

*frutos de qualidade
gerando saúde para você.*

FD00008

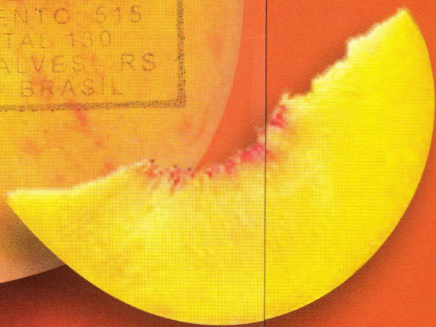
CNPVU

2007

FD-08.00008



EMBRAPA UVA E VINHO
SETOR DE INFORMAÇÃO
BIBLIOTECA
RUA LIVRAMENTO, 515
CAIXA POSTAL 130
BENTO GONÇALVES - RS
95700-000 - BRASIL





o pêssego e seus benefícios

Refrescante e moderadamente energético, o pêssego possui propriedades hidratantes graças ao seu alto conteúdo em água, seu teor limitado em açúcares e a presença de ácidos orgânicos em proporções equilibradas. Apresenta um teor de fibras importante para o bom funcionamento dos intestinos. Apresenta também um valor considerável de vitaminas C, carotenóides e pigmentos flavonóides que agem como fatores antioxidantes indispensáveis no combate ao câncer e o envelhecimento precoce.

Enfim, o pêssego, assim como muitas outras frutas, participa para o bom equilíbrio mineral do organismo, em particular o potássio, cálcio, magnésio, sódio e fósforo.

dicas de compra

Itens a serem observados na hora da compra:

- Se está aromático
- Se é tenro e suculento
- Cor amarelada e avermelhada
- Ausência de podridões e ferimentos



O pêssego não se conserva por muito tempo após colhido, devendo ser consumido preferencialmente entre 2 a 3 dias após a sua compra, preservando assim seu aroma e sabor.

produção integrada, o que é?

A Produção Integrada surgiu na Europa, na década de 70, através da Organização Internacional da Luta Biológica (OILB), com sede em Bruxelas (Bélgica).

No Brasil, a Produção Integrada começou a ser pesquisada em 1997, sendo a maçã a primeira fruta a ter o sistema estabelecido. Trata-se de um sistema de cultivo que controla e registra todo o processo de produção, sendo fiscalizado durante a produção e comercialização, por instituições credenciadas no Inmetro, gerando produtos certificados, de alta qualidade. O pêssego é a sexta fruta brasileira a receber esse atestado de conformidade.

Antes da fruta alcançar o ponto de venda são realizadas análises de resíduos de agrotóxicos. Ao final do processo, após a sua aprovação, a fruta recebe um selo oficial que garante a sua qualidade, segurança e rastreabilidade, permitindo conhecer sua origem e controles realizados durante o ciclo produtivo baseado nas normas e regulamentos em vigor.



benefícios da produção integrada

Por seguir normas estritas e precisas de produção, o fruto gerado pela Produção Integrada, possui qualidade atestada por órgãos fiscalizadores, trazendo benefícios tanto para os consumidores, quanto para o produtor, devido à redução no uso de agrotóxicos.



O estabelecimento de normas visa, ainda, a obtenção de frutas de qualidade, saborosas, provenientes de pomares com as mais modernas técnicas de cultivo, além da preservação ambiental.

valor nutricional

Água: 87 %

Açúcar: 9 %

Proteínas: 0,7 %

Gorduras: 0,10 %

Minerais: 0,2 %

Vitamina C: 7 mg/100 g

Fibras: 2 %

Calorias: 40 cada 100 g

* Esses valores são considerados como indicativos, susceptíveis de alteração segundo a variedade, grau de maturidade, região e ano de produção.



MASSA

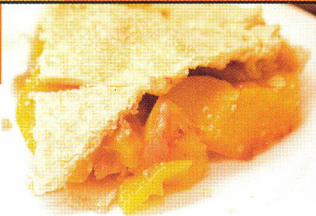
- 2 xícaras de farinha de trigo
- 10 colheres (sopa) de manteiga
- 8 colheres (sopa) açúcar de confeiteiro
- 1 ovo
- 1 pitada de sal

RECHEIO

- 4 pêssegos em fatias
- 30 g biscoito Maria
- 1 ovo
- 50 ml vinho branco suave
- 50 g casca de laranja cristalizada
- 50g de amêndoas trituradas

COBERTURA

- 200 ml de leite
- 4 colheres (sopa) de açúcar
- 1 gema
- 6 colheres (sopa) farinha
- ½ colher (chá) fermento em pó



torta de pêssego ao vinho

Frutos de qualidade gerando
2007 FD-08.00008



9520-1

MODO DE PREPARO



1. Misture bem os ingredientes da massa, enrole em um filme plástico e leve na geladeira por 30 minutos.
2. Faça uma farofa com os ingredientes do recheio, menos o pêssego e o vinho. Forre uma forma de fundo removível com a massa, arrume os pêssegos em fatias, coloque por cima a farofa e regue com o vinho.
3. Bata os ingredientes da cobertura e despeje sobre o recheio.
4. Asse em forno médio por 40 minutos. Depois de frio, desenforme e polvilhe açúcar de confeiteiro.

Realização:



Ministério da Agricultura,
Pecuária e Abastecimento



Apoio: Cooperativa Pradense, Super Apolo e Super Cesa, UFPel, CNPq.