

## CARÁ-MOELA: RESGATE SOCIAL, PRODUÇÃO E PROCESSAMENTO

Suzete Maria Micas Jardim Albieri <sup>1</sup>  
Maria do Socorro Guedes Freitas Durigon <sup>2</sup>  
Bárbara Jardim Mariano <sup>3</sup>  
Ana Beatriz Freitas Durigon <sup>4</sup>  
Valdemir Lucio Durigon <sup>5</sup>

### INTRODUÇÃO

*Dioscorea bulbifera*, popularmente conhecida como cará-moela, cará-do-ar, cará-voador e cará-aéreo. É uma planta trepadeira nativa da África e Ásia, que produz tubérculos aderidos a sua parte aérea (o que lhe diferencia dos demais tubérculos) com o formato de moela de galinha dando origem ao seu nome. Suas folhas são cordiformes e tem grande semelhança com o formato de um coração podendo ser cultivada também como uma exótica planta ornamental. (Brasil Escola, acesso em 21/09/2018)

Ao ser introduzido no Brasil, após as invasões holandesas a planta adaptou-se facilmente em todo tipo de solo se desenvolvendo bem em regiões tropicais e subtropicais, com temperatura ideal na faixa de 25°C a 30°C.

A planta é encontrada no Brasil somente na forma doméstica (produzida no fundo do quintal) e quase não é encontrada a venda no estado do Rio de Janeiro, fazendo com que o preço de comercialização seja relativamente alto, podendo custar até R\$ 25,00 o quilo na região Nordeste.(misturadas dicas acesso em 21/02/2018)

O fruto produzido pela planta contém boa quantidade de cálcio, fósforo e ferro sendo altamente energético por ser rico em amido, glúten e excelente fonte de betacaroteno, possui ótima quantidade de vitaminas do complexo B, principalmente B5 (Niacina) e B1 (Tiamina), fazendo com o que o apetite seja estimulado auxiliando no processo digestivo.

A grande importância da produção do cará-moela para os pequenos produtores do interior do Brasil, levando em consideração a grande variedade de formas que o fruto pode ser utilizado ou convertido em seus derivados, podendo ser consumido de forma cozida, substituindo a batata-inglesa ou usado como matéria-prima na produção de pães, bolos, cremes, biscoitos entre outros, fazendo com que o pequeno produtor possa aumentar sua renda familiar e contribuir para o melhoramento de vida de seus familiares. O projeto tem como objetivo fazer o resgate social, produção e análise das características agrônômicas, de processamento e beneficiamento da cará-moela.

---

<sup>1</sup> Mestre em Educação Agrícola, docente do Curso Técnico em Agroecologia do Colégio Técnico da Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro – CTUR/UFRRJ, [suzetealbieri@gmail.com](mailto:suzetealbieri@gmail.com).

<sup>2</sup> : Mestre do Curso de Ciência e Tecnologia de Alimentos da Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro-UFRRJ: . [socorrodurigon@gmail.com](mailto:socorrodurigon@gmail.com);

<sup>3</sup> : Mestranda do Curso de Ciência e Tecnologia de Alimentos da Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro-UFRRJ: . [socorrodurigon@gmail.com](mailto:socorrodurigon@gmail.com);

<sup>4</sup> Aluna do Curso Técnico em Hospedagem do Colégio Técnico da Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro, [beafdurigon@gmail.com](mailto:beafdurigon@gmail.com) ;

<sup>5</sup> Doutor em Agronomia e Ciência do Solo, Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro, UFRRJ, [valdemirdurigon@yahoo.com.br](mailto:valdemirdurigon@yahoo.com.br).

O Colégio Técnico da UFRRJ (CTUR), forma cidadãos que possam contribuir com a melhoria da qualidade de vida da sociedade e por possuir os cursos Técnicos em Agroecologia, Meio Ambiente e Hospedagem, vem resgatando conceitos e produções com esse objetivo.

## **METODOLOGIA (OU MATERIAIS E MÉTODOS)**

De acordo com algumas informações, a cará-moela pode ser facilmente consorciada com culturas que tenham uma duração de 4 a 5 meses, porém não será realizado esse consórcio devido o ciclo da cultura do projeto ser completamente inconstante podendo variar sua duração conforme o local que for plantado (o que estará sendo observado durante o projeto).

A partir do mês de Março após a elaboração do projeto foram realizados a escolha do local para o plantio, o preparo das mudas e a adubação sem a utilização de fertilizantes químicos. Depois de ser feito isso, foi inicializado o preparo do solo, o plantio do cará-moela, os tratos culturais, o controle de possíveis pragas e doenças, assim como a monitoração do desenvolvimento das cultivares sendo realizado o acompanhamento semanal.

Após o acompanhamento do ciclo da cultura, foi feita uma análise da qualidade do fruto final em relação à adaptação aos fatores edafoclimáticas do município de Seropédica, a fim de avaliar a produtividade da planta fora de suas condições ideais de clima e solo.

Em Agosto foi repetido o processo sendo plantado novamente e semanalmente acompanhado para ficarmos atentos a qualquer mudança no processo.

A colheita foi efetuada manualmente pelos integrantes do projeto.

No final do projeto foi feito o processamento de bolo a partir do cozimento da batatas de cará-moela.

## **DESENVOLVIMENTO**



Fig 1 – A figura acima representa as batatas, a planta do cará, os carás na planta e o bolo pronto feito a partir de cará

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Uma das vantagens da produção desse fruto, está relacionado ao seu longo período de conservação longe da refrigeração, podendo passar semanas sem entrar em degradação, Justificando a apresentação deste projeto temos o seu alto valor nutricional por ser rico em amido, glúten, e excelente fonte de betacaroteno, vitaminas do complexo B, principalmente B5 e B1, fazendo com que o apetite seja estimulado auxiliando no processo digestivo, bem como fazer o resgate de uma cultura tão esquecida os dias atuais, de fácil plantio e manejo por se adaptar facilmente a qualquer tipo de solo, a cara moela é uma batata de sabor agradável, de fácil digestão e se adapta a várias receitas, sendo considerada uma planta alimentícia não convencional (panc)

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Foi de grande relevância se trabalhar com a cara moela, cultura rica em valores nutricionais, tão esquecida no mercado consumidor. No curso de agroecologia é muito importante o aluno ter esse conhecimento que pode ser repassado para a agricultura familiar e para os produtores rurais. Nos dias atuais fazer resgate de um alimento esquecido é muito relevante, pois essa cultura foi substituída por a alta produção que a batata inglesa trouxe sendo um tubérculo muito inferior nutricionalmente quando comparado a cara- moela.

**Palavras-chave:** Resgate Social; Cará moela, Agricultura familiar, Plantio, Produção.

## REFERÊNCIAS

Retirado de <http://misturadasdicas.blogspot.com.br/p/cara-moela.html> em 21/02/2018 13:30

Reirado de <http://www.brasilecola.com/saude/cara.htm> em 21/09/2018 14:50

Retirado de 15:20