

# O MUNDO DAS “BABY LEAVES”

Vegetais saudáveis: *conheça algumas folhas baby*

## Valerianaceae



Canónigos / canonicals  
*Valerianella locusta*

## Apiaceae



Salsa / parsley  
*Petroselinum crispum*



Coentros / coriander  
*Coriandrum sativum*



Rúcula cultivada / cultivated rocket  
*Eruca sativa*



Mizuna / mizuna  
*Brassica rapa japonica*

Rúcula selvagem / wild rocket  
*Diplotaxis tenuifolia*



## Brassicaceae



Agrião de água / watercress  
*Nasturtium officinale*



Folha de mostarda / mustard  
*Sinapsis alba*



Red pak choi / pak choi  
*Brassica rapa chinensis*



Alface / lettuce  
*Lactuca sativa*



Acelga / chard  
*Beta vulgaris*



Espinafre / spinach  
*Spinacia oleracea*

## Asteraceae



Chicória / chicory  
*Chicorium intybus*

## Chenopodiaceae



Salicórnica / glasswort  
*Salicornia europaea*



Folha de beterraba / beet  
*Beta vulgaris*

Cofinanciamento

FCT Fundação para a Ciência e a Tecnologia

CRESC Algarve 2020

PORTUGAL 2020

UNIAO EUROPEIA FEDER - Fundo Europeu de Desenvolvimento Regional

Parceiros

InIov Instituto Nacional de Investigação Agrária e Veterinária, I.P.

UAIG UNIVERSIDADE DO ALGARVE

ITQB NOVA DE LISBOA