

[MENU](#)[MAIL](#)[CAPAS DE JORNAL](#)

Bolotas: o superalimento que promete revolucionar a sustentabilidade alimentar

De ingrediente ancestral a alimento inovador, a bolota promete surpreender pelo seu valor nutricional, versatilidade e impacto nas comunidades locais. O projeto, que conta com a colaboração do MARE – Politécnico de Leiria mostra um novo olhar para um alimento esquecido que pode ser a chave para soluções inovadoras e sustentáveis.



Os investigadores do LSRE-LCM e MARE – Politécnico de Leiria, Raul Bernardino, Susana Bernardino, Clélia Afonso e Leonardo Inácio, em conjunto com os parceiros de projeto, acreditam que as bolotas podem ser utilizadas na alimentação humana enquanto um superalimento sustentável e multifuncional. A equipa que integra o projeto MEDACORNET (PRIMA/0006/2022), liderado pela LandraTech, tem como objetivo desenvolver novos produtos alimentares, à base de bolota, e promover uma alimentação mais sustentável e diversificada.

Além da empresa líder e dos parceiros LSRE-LCM e MARE, o MEDACORNET envolve o Instituto Politécnico de Bragança (IPB), o Laboratório Colaborativo Mountains of Research (MORE), a Universidade de Bari (UBA Itália), a Universidade de Osijek (UO, Croácia), a Universidade Abdelmalek Essaâdi (AEU, Marrocos), a universidade de Tunis El Manar (UTM, Tunísia), o Laboratório de mecânica computacional de Universidade de Tlemcen (MLCUT, Argélia) e a GEOAI ANALYTICS, S.L. (GeoAI, Espanha).

Historicamente utilizada na alimentação humana e animal, principalmente em períodos de escassez, a bolota é agora reavaliada como um recurso valioso. Rico em hidratos de carbono, fibras, antioxidantes e com propriedade bioativas, este fruto apresenta benefícios significativos para a saúde, podendo ter diversas aplicações, como farinha para pão, substituto de café, ou noutras combinações alimentares.

A sustentabilidade e economia circular também estão no centro do estudo do MARE. A equipa de investigadores defende ainda que a utilização da bolota pode ajudar na preservação da biodiversidade e na regeneração de ecossistemas agroflorestais. Deste modo, sistemas baseados na exploração sustentável do fruto podem promover práticas agrícolas mais resilientes, reduzindo o desperdício e promovendo uma economia circular.

Graças a este estudo, será possível combinar inovação, sustentabilidade e tradição, onde a bolota surge como uma solução promissora para enfrentar desafios alimentares e da preservação ambiental, caminhando para um futuro mais verde e equilibrado.

Artigos Relacionados

Opinião: O luto parental – a aceitação da nova condição de pais

15 Maio 2023

Há um novo restaurante tailandês no Saldanha (e é express)

20 Outubro 2023

A alegria dos reencontros e os sabores tradicionais sentam-se à mesa deste restaurante nesta época festiva

4 Dezembro 2024

Também pode gostar



Médico Revela: A Gordura Abdominal Nã...

Patrocinado Saúde - Notícias



Um "truque" que poderá ajudá-lo a ouvir melhor...

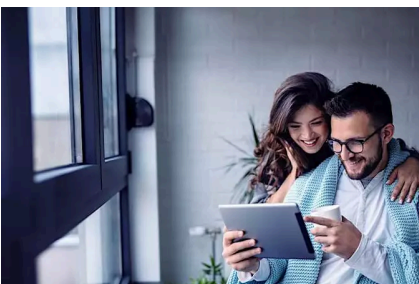
Patrocinado Amplificador Audi...



Transforme sua TV em uma Smart TV em...

Internet e 1.000 canais de TV gratuitos na sua...

Patrocinado TV BOOST



Sabia que 2025 pode ser o ano da poupança co...

Patrocinado Endesa



67% de desconto na lanterna mais potente...

Patrocinado ushoppyworld.com



Óculos inteligentes: Tecnologia de última...

Redefina a sua visão com as lentes mais modernas do...

Patrocinado postsociale.com

Nova Fechadura Inteligente Grátis

Patrocinado securitasdirect.pt

notícias: O jogo “Oops, esqueci-me do trabalho” está a ganhar força! Clique...

Patrocinado elvenar.com

Mais Recentes

Todo o cuidado é pouco quando se fala da validade dos alimentos: mas quais os que podemos comer depois de expirar?

há 20 minutos

Cada vez mais pessoas estão a colocar rolos de papel higiénico no frigorífico: este é o motivo

há 26 minutos

Coxidiginia: conheça a dor silenciosa que afeta principalmente as mulheres

há 40 minutos

Conheça a empresa (com fábrica em Portugal) de onde saem as cervejas de marca própria do Lidl e da Mercadona

há 1 hora

Este é o melhor azeite do mundo pelo 8.º ano consecutivo: custa 5,20 euros

há 2 horas

Nem jejum nem ginásio: conheça o truque japonês para perder peso em todas as refeições

há 2 horas

O alerta vem de um especialista em sono: «este é o motivo das almofadas ficarem amarelas. Cuidado, pode ser perigoso»

há 2 horas

Especialista responde: «é possível estar apaixonado por duas pessoas ao mesmo tempo?»

há 2 horas

Shakira cancela concerto e é hospitalizada devido a dores abdominais

há 2 horas

'UB

É um dos frutos mais consumidos, mas sabe quantos limões são produzidos por ano por um limoeiro?

há 2 horas

«Estes queijos famosos estão à beira da extinção devido a um colapso iminente», alertam especialistas

há 3 horas

Porto despede-se hoje do ex-presidente Pinto da Costa em cortejo fúnebre

há 3 horas

Situação de seca diminuiu em janeiro em Portugal continental

há 3 horas

Dez distritos do continente sob aviso amarelo: este é o motivo

há 3 horas

Este são os cancros mais comuns nas mulheres: prevenção e o diagnóstico precoce são fatores essenciais

há 3 horas

Óbito : Morreu a actriz sul coreana Kim Sae-ron

há 13 horas

Descubra os melhores presentes sexuais para cada signo: não vale a pena corar

há 15 horas

Sabe quais são as partes do corpo do homem que mais atraem as mulheres?

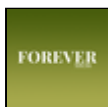
há 17 horas

Quer fortalecer a sua relação? Então, não fuja e faça já estas perguntas

há 18 horas

Infarmed suspende a comercialização e retira do mercado nacional todos os lotes deste produto: saiba qual

há 19 horas



Forever Young

13 634 seguidores

Seguir Página

FOREVER YOUNG

SAÚDE & BEM-ESTAR

CULTURA

PRAZERES

VIAGENS&RESORTS

ASSINATURAS

ESTATUTO EDITORIAL

FICHA TÉCNICA

FICHA TÉCNICA VIAGENS&RESORTS

ESTATUTO EDITORIAL VIAGENS&RESORTS

CONTACTOS

Subscreva a newsletter

Subscreva a nossa newsletter para estar sempre a par das novidades.

Email

Subscrever

© 2025 Forever Young. Todos os direitos reservados. |

Produzido por: Neurónio Criativo

[Termos e](#)

[Condições](#)

[Política de](#)

[Privacidade](#)

