

Iniciativas alertam estudantes para as vantagens do consumo de leguminosas



Numa iniciativa promovida pelo Centro de Investigação e de Tecnologias Agroambientais e Biológicas (CITAB) da UTAD, alunos dos cursos de Ciência Alimentar e Engenharia Alimentar estiveram na Cantina da UTAD a sensibilizar a comunidade académica para as vantagens do consumo de leguminosas.

Esta foi uma das iniciativas realizadas no âmbito da Semana da Alimentação e do Ano Internacional das Leguminosas, a par de outras realizadas em colaboração com a Escola de Hotelaria e Turismo de Lamego, que incluíram um Ciclo de Oficinas designado “Leguminosas no Ponto!” onde foram confeccionadas iguarias com leguminosas como feijão vermelho, feijão-frade, grão-de-bico, entre outras.

O objetivo das Oficinas Leguminosa no Ponto! foi promover o consumo de leguminosas pelos mais jovens, através de oficinas de formação de profissionais de cozinha de instituições de ensino ao nível da confeção de iguarias atrativas para os alunos e que incluem leguminosas e também intervindo diretamente junto dos alunos com oficinas de jogos com o mote leguminosas.

No decorrer de cada Oficina enquanto o Chef da Escola de Hotelaria e Turismo do Douro-Lamego procedeu à confeção das iguarias, um investigador da UTAD/CITAB – Projeto Eurolegume explicou as vantagens do consumo, o valor nutricional das leguminosas a confeccionar e a sua biodiversidade.