

Plantas Alimentícias Não Convencionais - PANCs

Vanessa dos Santos Oliveira¹; Jane Goris¹; Frances Carlos de Oliveira da Silva Júnior²; Julia da Gama Villalba³; Micaele Quintana de Moura⁴

¹ EEB Osmar da Rocha Grafulha – vanessadossantosoliveira21@gmail.com

² Universidade Federal de Pelotas – francesjunior331@gmail.com

³ Universidade Federal de Pelotas - julia.villalba05@gmail.com

⁴ EEEB Osmar da Rocha Grafulha - micaele.q.m@live.com

O sistema alimentar contemporâneo está cada vez mais centrado em poucas culturas dominantes, o que acarreta consequências ambientais, sociais e econômicas significativas. Nesse contexto, cresce o interesse por alternativas alimentares sustentáveis, entre as quais se destacam as Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANCs), espécies nativas ou exóticas com valor nutricional e potencial culinário, mas que são pouco utilizadas comercialmente ou desconhecidas pela maioria da população. Tendo como objetivo debater sobre a sustentabilidade e o consumismo alimentar foi apresentado na Feira de Ciências realizada em 2025 na EEEB Osmar da Rocha Grafulha o projeto “Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANCs)”. Para demonstrar a viabilidade do uso das plantas não convencionais na alimentação foram realizadas receitas, como bolo e brigadeiro de erva-mate, bolachas com flores comestíveis, chá de Trapueraba roxa. Também foi levado para a feira mudas de Ora-pro-nóbis, Trapueraba roxa, e de amor perfeito, para que o público da feira (professores e alunos) pudessem aprender a reconhecer algumas das PANCs mais comuns. Com a realização desse projeto, buscamos apresentar de forma prática como as PANCs, plantas que geralmente tem baixo consumo, podem ser consumidas, tanto com receitas mais elaboradas quanto através de simples chás.