Continue

Conheça tudo sobre a bebida feita com frutas que embriagam elefantes, além das suas variedades de sabores e compromisso com a conservação da vida selvagem na África Além de seu sabor único e textura cremosa, a Amarula também tem uma história interessante por trás de sua criação. A bebida é feita a partir da fruta da árvore Marula, nativa da África, que tem uma longa tradição de uso em rituais e festas em muitas culturas africanas. Você pode estar se perguntando, Amarula é fruta ? Ou ainda, Amarula é feito de que ? A marca de licores Amarula é produzida a partir da fruta Marula. A fruta Marula é uma importante fonte de alimento para muitos animais selvagens na África subsaariana, incluindo elefantes, girafas, babuínos e antílopes. De fato, muitas vezes os elefantes comem a fruta madura da Marula e ficam embriagados. Há relatos de elefantes cambaleando e tropeçando depois de comerem grandes quantidades da fruta fermentada naturalmente. Colheita de Marula Embora a Amarula seja um licor feito a partir da fruta da Marula, ela é processada de uma forma diferente daquela que os animais selvagens consomem. A polpa da fruta é removida e fermentada antes de ser destilada em álcool neutro. A mistura é então envelhecida em barris de carvalho francês por dois anos antes de ser misturada com creme e açúcar para criar a textura cremosa e o sabor adocicado da Amarula. A fruta Marula é tão importante na África que tem até um festival dedicado a ela. O Annual Marula Festival é um evento que celebra a colheita da fruta da Marula e a produção de Amarula. O festival cultural acontece em Phalaborwa, na África do Sul, e inclui uma série de eventos culturais, como música, dança e teatro. A Amarula também é conhecida por suas propriedades afrodisíacas, apesar da falta de evidências científicas para apoiar essa afirmação, muitos apreciadores da bebida acreditam que ela tem um efeito estimulante e pode aumentar a libido. Vale o teste, não é mesmo? Sabores de Amarula Outra curiosidade interessante sobre a Amarula é a sua variedade de sabores. Além da versão clássica, a Amarula Cream, a marca sul-africana lançou outras opções deliciosas. O Amarula Raspberry foi lançado em 2019 e ganhou a medalha de ouro no World Liqueur Masters em 2020. Com notas de framboesa e um toque da infusão cítrica de Baobá, é um licor de creme aveludado com um aroma fresco, suave e harmonioso de chocolate cremoso. O Amarula Vanilla Spice foi eleito o melhor licor cremoso do mundo nos World Liqueur Awards de 2020, e é feito a partir do extrato de baunilha de Madagascar, o gengibre nigeriano e o fruto de marula amadurecida ao sol. Já o licor Amarula Ethiopian Coffee combina o sabor único da fruta de marula com os aromas intensos de chocolate mocha dos grãos de Café Arábica Etíope de origem única, resultando em uma experiência com notas cremosas de marula, cítricos e caramelo. Amarula Vegan Recentemente, a marca sul-africana lançou uma nova opção que está fazendo sucesso entre os consumidores preocupados com a alimentação consciente. O Amarula Vegan é o primeiro licor cremoso 100% vegetal da marca, feito com base de leite de coco. Com a mesma cremosidade e qualidade dos outros sabores da marca, este licor é uma ótima opção para pessoas que são intolerantes à lactose, veganas ou que simplesmente buscam um consumo mais consciente. Amarula é uma bebida versátil que pode ser apreciada pura, com gelo ou em diversas combinações de drinks e coquetéis. Para degustar a bebida pura, sirva em um copo de licor em temperatura ambiente ou ligeiramente refrigerado. Se preferir, adicione algumas pedras de gelo para refrescar o sabor. Amarula também é uma ótima opção para preparar drinques deliciosos, como o famoso “Amarula Colada”, que combina Amarula, suco de abacaxi e coco ralado. Experimente e desfrute da suavidade e do sabor distinto desta bebida africana. Com seus ingredientes de alta qualidade, técnicas tradicionais de destilação e compromisso com a sustentabilidade, a Amarula continua sendo uma das marcas mais respeitadas e apreciadas no mercado de licores. Além disso, a empresa se dedica a projetos de conservação da vida selvagem e da biodiversidade na África, em especial dos elefantes africanos. Preservação de elefantes – Amarula Giving as One A marca lançou em 2002 o Amarula Trust, um fundo de conservação que financia projetos voltados para a preservação da fauna e da flora na África do Sul. O projeto principal do Amarula Trust é a preservação dos elefantes africanos, que são uma espécie ameaçada de extinção devido à caça ilegal para o comércio de marfim. A marca é um grande defensora desses animais e trabalha em parceria com diversas organizações para protegê-los. O projeto cresceu e hoje é chamado de “giving as one” e além da preservação animal, existe a preocupação com o desenvolvimento socioeconômico e inclusão de mulheres no mercado de trabalho. Projeto socioêconomico – Amarula Giving as One Assim, outro fato interessante sobre a Amarula é que seus frutos são colhidos por mulheres da região, gerando emprego e renda para as comunidades locais. A marca ainda mantém uma parceria com a The Handwork Hub, uma organização que busca melhorar as condições de vida e trabalho de mulheres africanas. O Handwork Hub é um projeto de empoderamento feminino que produz mais de 1 milhão de cordões dourados para as garrafas de Amarula por mês. Voltando à Amarula Vegan, essa nova opção de licor tem ganhado cada vez mais espaço nas prateleiras dos mercados e nas casas dos consumidores. Além do sabor característico da marca, a Amarula Vegan é uma ótima alternativa para quem busca uma opção mais saudável e sustentável. O leite de coco usado na sua fabricação é uma alternativa saudável e saborosa ao leite de origem animal, além de ser uma opção ecologicamente correta. Em resumo, a Amarula é uma marca que preza pela qualidade, sustentabilidade e responsabilidade social em todas as suas operações. Seus licores são reconhecidos mundialmente pela sua qualidade e sabor, e agora com a Amarula Vegan, a marca amplia sua oferta e atende a um público cada vez mais preocupado com a alimentação consciente e a sustentabilidade. Gostou da dica? Conte como você gosta de beber a sua Amarula e marque @feedmechannel nas redes sociais. Você sabe o que é Cava? Visitamos a Freixenet na Espanha e explicamos aqui tudo sobre este espumante clique aqui e conheça mais. Onde comer sobremesa em São Paulo? Clique aqui Sclerocarya birrea or marula tree or Nunu or Danya (Hausa): A plant with nutritional values and medicinal usesOccurrence and DescriptionSclerocarya birrea or marula tree is a medium to large (15-20 m high), deciduous, with a wide crown and characteristic silvery, mottled bark, peeling in disc-shaped flakes. The Marula tree is in the same family, Anacardiaceae, as the mango, cashew and pistachio nut. The generic name (Sclerocarya) is derived from the Greek for hard (skleros) and nut (karyon). The small dark red flowers are unisexual and found in fragrant clusters at the end of the branches. The compound leaves are grey-green in colour, but turn pale yellow prior to being shed. Denuded of leaves, the top branches appear abnormally thick and erect, like upturned fingers (digitaliform).The leaves attract many butterflies, including the magnificent green lunar moth, whose large silkworm-like cocoons, are used by Southern Africans, as ankle rattles for dancing. The tree remains bare for several months of the year. The plum sized fruits are covered in a soft, leathery, pale green-yellow exocarp which encloses the juicy white flesh. The fruit has an exotic flavour and a distinctive scent. The fruit contains a large hard seed, surrounding two or more edible kernels, rich in oil.Marula trees are distinctive for their exceptional fruit and nut yields, making them very easy to harvest. In fact, this characteristic has not only been noted by humans, but also by elephants who will travel miles to gorge on the fruits. Importantly, the Marula fruit harvest occurs at the beginning of the school year making the cash income from their sale very important for the payment of school fees and clothing. The fruit of the Sclerocarya birrea tree has multiple uses.Nutritional value of Sclerocarya birreaThe fruits are eaten fresh or fermented to make a beer. The proximate analysis of Sclerocarya birrea fruit revealed that it is very rich in ascorbic acid, with 100 g providing about 200 mg vitamin C (200% of recommended daily intake). The kernels are eaten or used to extract oil. The leaves are consumed by livestock and also have medicinal uses, as does the bark. Uses of marula Archaeological evidence has confirmed that the Marula tree has been a central part of the Southern African way of life for thousands of years; hoards of Stone Age Marula nuts have been found in Zimbabwean caves, with carved tools and piles of shells in close proximity (Hutchings et al, 1996). The same tools are used to this day to crack the stones and extract the kernels.It is likely that the modern day uses for the tree have also been passed down the generations from Stone Age homo sapiens. Every part of the tree is utilised for an incredible variety of domestic needs. The fruits are edible, eaten either raw or made into a delicious jelly. They are also brewed into a popular beer; a marula liqueur is available commercially.The kernels are either eaten raw or roasted, have a delicious taste and are regarded by many indigenous people as a delicacy, a ‘Food of Kings’. An oil can be also extracted from the kernels which is traditionally used for cooking, as a meat preservative and for skin care and hair applications.Health benefits of Sclerocarya birreaThe bark is widely used medicinally to treat diarrhoea, diabetes, fever and malaria, and the roots are used to treat sore eyes. The leaves are used to make a relish, and the hard wood makes excellent kitchen utensils. It is the oil from the Marula kernel that has come to give the Marula tree its spiritual status. The kernels are so full of oil that a squeeze with the hand can release a rich yield.This healing oil is used as a cosmetic, by Southern African women, and is massaged onto the skin of their face, feet and hands. Across the generations it has proven to protect against dry, cracking skin and in fact its moisturising properties are so effective that it is also used to treat leather and in preserving meat.Hence within the Zulu tribe, the Marula tree symbolizes women’s fertility, softness and tenderness, and new-born baby girls are welcomed into the world with traditional Marula ceremonies. The kernel from Nigerian Sclerocarya birrea was found to contain 36.7% crude protein, whereas Sudanese Sclerocarya birrea contained only 28.0% of protein, with lysine as the limiting amino acid. The protein contains a good level of sulfur-containing amino acids (methionine and cysteine), when compared to that of four different food materials.Marula oil contains a large proportion of mono-unsaturated fatty acids and natural antioxidants. It can be classified as a high-oleic acid (70-78%) with relatively low vitamin E content.The exceptional stability has therefore been suggested to be due to its fatty acid composition. However, recent studies have mentioned that some of the minor components in the oil may also be contributing to this important anti-oxidant property. Marula oil contains a similar fatty acid composition to olive oil however it is 10 times more stable to oxidation. Easily absorbed, high proportions of oleic acid, as well as the essential linoleic fatty acid (4-7%) combine to make the oil ideal for topical application. Marula oil has also shown to improve skin hydration, clears acne, skin smoothness and reduce redness.Marula kernels are also rich in minerals and vitamins. 100 g provide about 120 mg calcium, 460 mg magnesium (more than 100% of the daily recommended intake), 5 mg iron (50% of the daily value for men and 20% for women), 600 mg potassium, 5 mg zinc, 800 mg phosphorous (~90% of daily value), 0.40 mg vitamin B1 (~50% of daily value). Due to the high content of calcium, magnesium and potassium as well as low level of sodium, marula kernels can be recommended for patients with hypertension.Maryland tree has economic value, nutritional value, medicinal properties and health benefitsCredit: WikimediaSclerocarya birrea is most widely studied with regard to its antidiabetic effect and the plant has shown hypoglycemic activity. The stem-bark ethanol extract was found to be used as complementary remedy in diabetes. Sclerocarya birrea was evaluated for the treatment of type 2 diabetes using in vitro models.Complications are frequently encountered in diabetes and these are associated with irreversible functional and structural changes in various organs, particularly the kidneys, eyes, nerves, heart, and blood vessels. The extract caused significant reduction in blood pressure in anesthetized and conscious normal and diabetic rats. Sclerocarya birrea is used in folk medicine for the treatment of inflammatory disorders. Sclerocarya birrea is one of plant species used widely in traditional medicine in Africa against many diseases and affections, such as hypertension, dysentery, stomachache or gastroenteritis.In some African countries, the stem bark, roots, and leaves of Sclerocarya birrea are used for an array of human ailments, including malaria and fevers, diarrhea and dysentery, stomach ailments, headaches, sore eyes, toothache, backache and body pains, infertility, schistosomiasis, constipation, abdominal cramps and some other unspecified gastrointestinal problems, toothaches and swollen or infected gums, cough, hypertension, arthritis, proctitis, epilepsy, diabetes mellitus, sores, boils, carbuncles, abscesses and certain other bacterial infections. In East Africa, roots are an ingredient in an alcoholic medicine taken to treat an internal ailment known as kati, whereas the bark is used for stomach disorders.These are the thoughts of:Sa’eed Halilu BawaSenior Lecturer (Associate Professor) at University of the West Indies, St. Augustine Campus, Trinidad.Studied Food and Nutrition Sciences, Dietetics at Kaduna Polytechnic, Nigeria; Warsaw University of Life Sciences, Poland. Plant Description The edible fruits of Sclerocarya birrea and the multiple uses associated with almost all parts of the marula, make it one of southern Africa's most valued trees. Sclerocarya birrea is one of the plants that played a role in feeding people in ancient times. Plant in a well-drained soil and do not overwater. You may find stock of this plant at Random Harvest. HEALTH/BEAUTY Udomoh Eshemokha - November 3, 2021 0 The difference between Jamaican Black Castor Oil and Haitian Black Castor Oil. What's really the difference between Jamaican Black Castor Oil and Haitian Black Castor... LATEST ARTICLES A árvore da Marula é um nativo africano altamente valorizado por seus frutos. Ele é encontrado em 29 países da África subsaariana – de Cabo Verde à Etiópia e à África do Sul – e é uma boa fonte de nutrição porque a fruta é rica em Vitamina C e contém uma noz rica em proteínas. Ela é uma árvore de tamanho médio pertencente ao gênero Brachystegia. Esta árvore é encontrada principalmente em florestas de Miombo em diferentes regiões da África. É uma árvore caducifólia pertencente à mesma família do Caju, Manga e pistache. Os frutos desta árvore são o principal ingrediente da “Amarula Cream Licor” e outras bebidas alcoólicas. Estas árvores são nativas da África do Sul, onde a bebida “Amarula” foi preparada pela primeira vez. Em 1989, esta bebida foi comercializada para o público pela primeira vez. Tanto a castanha como os frutos desta árvore foram considerados fontes de nutrição para os africanos durante muito tempo. Tornando-se amarelados quando maduros, os frutos amadurecem a qualquer momento entre meados de janeiro e meados de março e outono; os frutos da árvore são coletados debaixo das árvores. Quando a casca exterior se torna seca, as castanhas são recolhidas, se não for preciso quebrar a casca para retirar a noz que é comestível. Valor Nutricional da Marula O teor de Vitamina C dos frutos de Marula é oito vezes maior do que em uma laranja. As frutas também são ricas em ácidos oleicos e antioxidantes. As nozes dessas árvores são ricas em conteúdo nutricional com altos níveis de proteína, energia e minerais. Eles são ricos em minerais como ferro, Magnésio, Zinco, fósforo e Cobre. Então, confira Os 25 Benefícios da Marula Para Saúde: Benefícios da Marula Para Saúde 1. Alivia Dores na Garganta: Além de ser um expectorante natural, a Marula ajuda a acalmar a garganta quando está irritada, suprimindo a tosse. Um chá feito com folhas desta planta, consumida em média três vezes ao dia, melhora a respiração. 2. Combate as Alterações Hormonais: As alterações hormonais ocorrem em mulheres com muita frequência. Estas mudanças têm um efeito sobre a pele. O Óleo extraído da Marula desempenha um papel ativo no sentido de assegurar que esses ataques internos não afetam negativamente a sua pele. Ele fortalece a sua pele para ajudar a lutar contra eles e manter o olhar radiante com a saúde em todos os momentos. 3. Eficaz no Combate a Inflamações: Esta fruta é considerada uma grande combatente de inflamações em todo o corpo, isso porque, a Marula possui propriedades expectorantes, eliminando o muco que as inflamações podem acumular no organismo. A erva atua ainda como anti-inflamatória, adstringente, analgésica e calmante. 4. Contém Alto Teor de Ácidos Graxos: Ela também tem um alto teor de ácidos graxos essenciais, os quais não são produzidos pelo organismo e são necessários para uma vida saudável. Graças a estes ácidos graxos, um dos benefícios do óleo desta fruta é que permite ter a pele muito macia e hidratada, por isso é ideal para quem busca combater a pele seca. 5. Hidrata Pele e Lábios Secos: A Marula além de tratar a pele seca, também é conhecida por sua capacidade de curar lábios secos e rachados. Ela penetra na pele em seus lábios para remover secura de dentro. Ao utilizar este óleo benéfico, você pode ter lábios macios e rosa. 6. Ajuda a Fortalecer as Unhas: A Marula é otima fruta para manter as unhas bonitas. Devido à sua riqueza em uma ampla variedade de nutrientes que beneficiam da pele, óleo desta fruta é também usado no tratamento de unhas quebradiças. Se você tem unhas fracas que são propensas a rachaduras e quebras, você deve usar este óleo. 7. Benefícios da Marula Para o Tratamento de Úlceras: As fibras encontradas na Marula ajudam a combater úlceras que são lesões na mucosa que podem acometer todo o trato gastrointestinal. As refeições ricas em fibras alimentares insolúveis e solúveis possivelmente estimulam positivamente os fatores de proteção da mucosa e reduzem hormônios que estimulam a secreção gástrica (como a gastrina), potencialmente auxiliando em menores lesões na mucosa. 8. Pode ser Usada Para Combater o Envelhecimento: Ele ajuda na prevenção e cura de dano que é causado pelo envelhecimento da pele. Este óleo é embalado com antioxidantes que livra a pele de todos os sinais de envelhecimento como pele seca, sem brilho que tem manchas causadas pelos raios do sol. 9. Proporciona Saúde ao Cabelo: O calor é uma das principais causas que danificam os cabelos depois da ação de produtos químicos aplicados de forma inadequada. Mas, por conta dos antioxidantes e minerais essenciais, a Marula protege contra os efeitos negativos dos raios solares e da prancha. 10. Ótima Opção Para Combater as Estrias: Esta fruta tem um óleo de massagem maravilhoso para as mulheres grávidas. Como mencionado anteriormente, a Marula tem nutrientes benéficos que ajudam a manter a elasticidade e flexibilidade da pele. Aplicá-lo duas vezes por dia ajuda a manter afastado hiper-pigmentação que muitas mulheres grávidas desenvolvem frequentemente. 11. Protege Contra os Danos Ambientais: Um dos benefícios mais importantes de óleo de Marula é que trabalha dia e noite para proteger a pele contra os efeitos nocivos dos elementos ambientais. Sua pele preciosa é defendida contra os raios agressivos do sol, vento frio, bem como a poluição. Enquanto você dorme, trabalha com o processo de renovação natural da pele para ajudar a reverter os danos. Ele também fortalece a pele de dentro com uma mistura de enriquecimento, condicionamento e nutrientes para que você acorde com a pele bonita, todas as manhãs. 12. Pode ser Utilizada Para Tratar Ferimentos: A Marula é bastante utilizada para ajudar a cicatrizar ferimentos, isso, se deve aos seus poderosos princípios ativos diuréticos e anti-inflamatórios. Você ainda pode preparar um emplastro das flores e folhas amassadas, e colocar sob uma gaze. Prenda por alguns minutos. 13. Excelente Opção Para Aliviar Dores: A Marula é usada como pomada de pele. O resíduo da sua semente após a extração do óleo, pode ser aplicado como um cataplasma em aflições dolorosas da pele. 14. Aumenta a Fertilidade: Acredita-se que Marula induza a fertilidade – Acredita-se que as mulheres que consuma esses frutos têm uma prevalência maior para conceber do que aquelas que não o fazem. 15. Benefícios da Marula Para Combater a Insônia: A Marula tem um grande nível de óleos essenciais e ácidos orgânicos fundamentais ao nosso corpo. É preciso ter o cuidado de não consumir a noite, pois consegue alterar os hábitos do sono. 16. Rica Fonte de Vitamina C: A Marula tem Vitamina C que é antioxidante e têm a propriedade de combater a formação de radicais livres, mas também de evitar e diminuir o dano que estes podem ocasionar no tecido celular do corpo, ajudando a prevenir o envelhecimento e alguns tipos de câncer. 17. Ajuda a Combater os Cravos e Espinhas: Esta fruta controla o aparecimento de espinhas e quem teme usar o por conta do aparecimento de espinhas, pode ficar tranquilo. Graças as suas propriedades hidratantes e antibactericidas, usá-lo na pele ajudará a minimizar as cicatrizes provocadas pela acne. Outros Benefícios As frutas podem ser usadas como pesticidas; Elimina o frizz do cabelo; Suas folhas ajudam no alívio da Azia; Protege contra os danos da chapinha; Ajuda a aliviar a dor do reumatismo; O óleo beneficia a saúde da tireoide; A casca ajuda a curar diarreia, disenteria e malária; Seu óleo funciona como hidratante corporal. Malefícios da Marula Com tanto açúcar, as leveduras que ocorrem naturalmente na maioria das cascas de frutas e o calor africano, a Marula também se transforma com um truque melhor: ela fermenta. Por isso, quando consumida em excesso ela é capaz de derrubar até elefantes. Alan Costa Achillea é bom para quê? para que serve, benefícios e malefícios Sabonete para o rosto: como usar, benefícios e malefícios Óleo de Rosa Mosqueta para o Rosto: como usar e seus benefícios Buchinha do Norte é bom para quê? para que serve, benefícios e malefícios Crataegus é bom para quê? para que serve, benefícios e malefícios Banana Vermelha Fruta: 10 benefícios, informação nutricional e malefícios Dolomita é bom para quê? para que serve, benefícios e malefícios Pequi fruta: 40 benefícios, informação nutricional e malefícios Castanha da Água: 5 benefícios, informação nutricional e malefícios Trigo Sarraceno é bom para quê? para que serve, benefícios e malefícios Pilriteiro é bom para quê? para que serve, benefícios e malefícios Hipericão é bom para quê? para que serve, benefícios e malefícios Share — copy and redistribute the material in any medium or format for any purpose, even commercially. Adapt — remix, transform, and build upon the material for any purpose, even commercially. The licensor cannot revoke these freedoms as long as you follow the license terms. Attribution — You must give appropriate credit , provide a link to the license, and indicate if changes were made . You may do so in any reasonable manner, but not in any way that suggests the licensor endorses you or your use. ShareAlike — If you remix, transform, or build upon the material, you must distribute your contributions under the same license as the original. No additional restrictions — You may not apply legal terms or technological measures that legally restrict others from doing anything the license permits. You do not have to comply with the license for elements of the material in the public domain or where your use is permitted by an applicable exception or limitation . No warranties are given. The license may not give you all of the permissions necessary for your intended use. For example, other rights such as publicity, privacy, or moral rights may limit how you use the material. A Marula é uma árvore nativa da África, conhecida cientificamente como Sclerocarya birrea. Ela é famosa por seus frutos, que são pequenos, redondos e possuem uma polpa suculenta. O fruto da marula é amplamente utilizado na culinária e na produção de bebidas alcoólicas, especialmente na África do Sul, onde é fermentado para criar um licor popular chamado Amarula. Além de seu uso na gastronomia, a marula também é valorizada por suas propriedades nutricionais e medicinais.Propriedades Nutricionais da MarulaO fruto da marula é rico em vitamina C, antioxidantes e ácidos graxos essenciais. Esses nutrientes são benéficos para a saúde, contribuindo para o fortalecimento do sistema imunológico e a promoção da saúde da pele. Além disso, a marula contém minerais como cálcio, potássio e magnésio, que são importantes para diversas funções corporais. O consumo regular de marula pode ajudar a melhorar a digestão e a saúde cardiovascular.Uso Culinário da MarulaNa culinária, a marula pode ser consumida in natura ou utilizada em diversas receitas. Seu sabor doce e levemente ácido a torna uma excelente adição a sobremesas, smoothies e molhos. Além disso, a polpa da marula pode ser transformada em geleias e compotas, oferecendo uma alternativa saudável e saborosa para acompanhar pães e queijos. O uso da marula em pratos salgados também é uma prática comum em algumas regiões africanas.Produção de Bebidas com MarulaA produção de bebidas alcoólicas a partir da marula é uma tradição em várias culturas africanas. O licor Amarula, por exemplo, é feito a partir da fermentação do fruto, que é então misturado com creme e outros ingredientes. Essa bebida é conhecida por seu sabor suave e cremoso, sendo uma opção popular em coquetéis e sobremesas. Além do Amarula, outras bebidas fermentadas e destiladas também são produzidas a partir da marula, refletindo a versatilidade do fruto.Benefícios Medicinais da MarulaA marula é utilizada na medicina tradicional africana para tratar uma variedade de condições. Suas folhas, cascas e frutos são empregados em remédios caseiros para aliviar dores, inflamações e problemas digestivos. Além disso, a marula é conhecida por suas propriedades antimicrobianas, que podem ajudar a combater infecções. O óleo extraído das sementes da marula também é amplamente utilizado na cosmética, devido às suas propriedades hidratantes e nutritivas.Marula e SustentabilidadeA colheita da marula é uma prática sustentável que beneficia as comunidades locais. As árvores de marula são cultivadas em áreas que não competem com a agricultura, e a colheita dos frutos é feita de forma manual, garantindo que as árvores continuem a prosperar. Além disso, a comercialização de produtos derivados da marula, como o licor e cosméticos, gera renda para muitas famílias, contribuindo para o desenvolvimento econômico das regiões onde a árvore é cultivada.Marula na Indústria CosméticaO óleo de marula tem ganhado destaque na indústria cosmética devido às suas propriedades hidratantes e antioxidantes. Ele é frequentemente utilizado em cremes, loções e produtos para cabelo, ajudando a nutrir e proteger a pele e os fios. O óleo de marula é facilmente absorvido, tornando-se uma escolha popular para quem busca produtos naturais e eficazes. Além disso, sua composição rica em ácidos graxos essenciais ajuda a melhorar a elasticidade da pele e a reduzir sinais de envelhecimento.Marula e a Cultura AfricanaA marula possui um significado cultural profundo em várias comunidades africanas. O fruto é frequentemente associado a celebrações e rituais, simbolizando prosperidade e fertilidade. Em algumas culturas, a colheita da marula é um evento comunitário, onde as pessoas se reúnem para celebrar e compartilhar os frutos. Essa conexão cultural com a marula ressalta a importância da árvore e de seus frutos na vida cotidiana das comunidades africanas.Como Cultivar MarulaCultivar marula pode ser uma experiência gratificante, especialmente em regiões tropicais e subtropicais. A árvore prefere solos bem drenados e pode ser cultivada a partir de sementes ou mudas. É importante garantir que a planta receba luz solar adequada e água suficiente durante os períodos secos. A marula é uma árvore resistente, que pode crescer em condições adversas, tornando-se uma excelente opção para reflorestamento e recuperação de áreas degradadas. Marula é o nome de uma árvore caducifólia nativa da África Meridional e Oriental. Como as árvores de marula crescem em uma ampla faixa de países, elas são conhecidas por muitos nomes em muitos idiomas diferentes. Alguns dos nomes mais comuns incluem maroela, umganu e geléia de ameixa. Partes da árvore da marula são utilizadas para fins medicinais, bem como pelo seu valor nutricional.Geralmente, as árvores de marula são extremamente altas, crescendo até 59 pés (cerca de 18 m) de altura. A folhagem tende a formar uma copa larga e a casca é cinza mosqueada. As árvores de marula são dióicas, o que significa que podem ser machos ou fêmeas. Ao contrário de outros tipos de árvores, elas não podem se autofecundar. Para que a polinização ocorra, as árvores de ambos os sexos devem ser plantadas próximas umas das outras.As árvores de marula pertencem à família Anacardiaceae e estão relacionadas com mangas, pistache e cajus. Como essas plantas, partes da marula também são comestíveis. A árvore produz casca, fruta, raízes e sementes que são usadas em várias aplicações. A medicina popular usa as raízes, a casca e as folhas da árvore para curar várias doenças. As folhas e a casca interna são consideradas úteis para acalmar a pele, enquanto a casca externa é usada para tratar várias doenças estomacais. A casca também pode ser usada para fazer tinturas, pois produz uma atraente cor rosa.Os frutos e as sementes são as partes mais utilizadas da árvore. Seus frutos, que são abundantemente produzidos mesmo na natureza, são elogiados por seu rico teor de vitamina C, que pode ser até quatro vezes maior do que o encontrado em uma laranja. Os frutos maduros são de cor amarela clara com polpa branca, mas caem da árvore ainda verdes. As frutas amadurecem no solo, após o que são colhidas. A fruta pode ser comida fresca – o que geralmente é descrito como um sabor azedo e suculento – ou pode ser suco, feito em compotas ou geléias, ou usado para compor bebidas alcoólicas ou não alcoólicas.Os frutos da árvore possuem uma pedra interna, que contém entre duas e três sementes comestíveis. As sementes também são usadas para produzir óleo de marula. O óleo tem vida útil relativamente longa – cerca de dois anos – e é muito procurado em aplicações cosméticas. Embora o óleo também seja comestível, ele é desejável para produtos de cuidados com a pele devido aos seus altos níveis de antioxidantes e ácido oleico. Pode ser usado em aromaterapia, formulação de produtos para a pele ou para compor óleos de massagem. Maybe it was just a long, lonely COVID-19 winter or I am the eternal optimist, but I think Spring is … [Read More...] A Marula é uma fruta tropical que tem ganhado destaque nos últimos anos devido aos seus benefícios à saúde e à sua crescente popularidade na indústria de alimentos e beleza. Neste artigo, exploraremos tudo o que você precisa saber sobre a Marula, desde sua origem até seus usos e benefícios. Origem da Marula A Marula (Sclerocarya birrea) é uma árvore frutífera nativa da região da África subsaariana, especialmente encontrada em países como África do Sul, Namíbia, Moçambique e Zimbábue. Ela é conhecida por seus frutos amarelos e arredondados, que crescem em cachos nas árvores Marula. A árvore da Marula é valorizada por várias culturas africanas devido às suas frutas, que são ricas em nutrientes e têm um sabor doce e suculento. Características da Fruta Marula A Marula é uma fruta que possui várias características distintas, tornando-a única e especial. Abaixo, destacamos algumas dessas características em uma tabela: Característica Descrição Sabor Doce e suculento, com notas de cítricos e maracujá Textura da Casca Espessa e rugosa Cor da Casca Verde quando imatura e amarela quando madura Tamanho da Fruta Pequena, com cerca de 3 a 5 centímetros de diâmetro Teor de Nutrientes Rica em vitamina C, vitamina E, antioxidantes e minerais Usos da Marula A Marula é uma fruta versátil que pode ser usada de várias maneiras. Alguns dos usos mais comuns da Marula incluem: Consumo Direto: As frutas maduras da Marula podem ser consumidas diretamente. Elas são uma fonte de nutrição e têm um sabor delicioso. Produção de Bebidas Alcoólicas: A Marula é um ingrediente chave na produção da famosa bebida sul-africana conhecida como “Amarula”, um licor cremoso e suave. Óleo de Marula: O óleo extraído das sementes da Marula é amplamente utilizado na indústria de cuidados com a pele e cabelo devido às suas propriedades hidratantes e antioxidantes. Cosméticos: A Marula é frequentemente incorporada em produtos de beleza, como cremes, loções e óleos de massagem devido aos seus benefícios para a pele. O que Significa Sonhar Com Lagartixa [2023 Resolvido]Benefícios para a Saúde A Marula oferece vários benefícios para a saúde devido à sua rica composição nutricional. Alguns dos benefícios incluem: Vitamina C: Contribui para a saúde do sistema imunológico e ajuda na absorção de ferro. Vitamina E: Um poderoso antioxidante que protege as células contra danos dos radicais livres. Ácidos Graxos Essenciais: O óleo de Marula é rico em ácidos graxos ômega-3, que são bons para o coração e a saúde cerebral. Propriedades Hidratantes: O óleo de Marula é usado para manter a pele e o cabelo hidratados. A Marula é uma fruta fascinante que oferece uma ampla gama de usos e benefícios. Desde seu uso na indústria de alimentos até sua aplicação na beleza e cuidados com a pele, a Marula continua a ganhar popularidade em todo o mundo. Ao experimentar produtos à base de Marula ou saborear a Amarula, você está desfrutando de uma parte da rica herança africana e aproveitando os benefícios que essa fruta única tem a oferecer. Portanto, aproveite todos os aspectos que a Marula tem a proporcionar para o seu bem-estar e aprecie seu sabor incrível. A selection of Marula products and Marula OilDermot Cassidy A source of human nutrition in Africa for over 12,000 years, marula fruit is now famous as the source of one of South Africa’s most successful exports, a liqueur known as “Amarula Cream”. But the range of Marula products is increasing and during the last four years, the development of a range of skincare products based on marula pip oil has shown the extensive market potential of this indigenous African fruit. Until now the marula tree (Sclerocarya birrea) has only grown in the wild but, after twenty-five years of research, nine named marula cultivars have been identified. Few African trees are held in such high esteem by indigenous peoples as the majestic marula for the multitude of uses in terms of diet and culture. The tree occurs in the wooded savannah of southern Africa and the Sudano-Sahelian range of West Africa. People collect large quantities of ripe fruits, with different cultural groups having a variety of uses for them. Making jam and alcohol seems to be common to virtually all local peoples and various parts, including the bark, are used for medicinal purposes. Fruit gathered from wild trees are also sold to local processors for producing a wide range of food and cosmetic products providing an important source of income for local people. However, fruit quality and quantity vary from tree to tree and year to year, so identifying productive and reliable plants has been an ongoing research priority. Marula Gold When a team from the University of Pretoria began work on ‘ennobling’ the marula in 1980, commercial products such as the Amarula liqueur, were quick to emerge, to be followed by other food products, such as fruit juice, nuts and jelly. Marula pips, at first an ignored by-product of the fruit pulp extraction process, were subsequently recognised for containing a valuable oil. Odourless and tasteless, but rich in antioxidants and oleic acid, marula pip oil is reputedly 48 times more stable than the best olive oil, and therefore ideal for the perfume industry. Extracted using carbon dioxide under high pressure, the oil is now a central ingredient of over twenty hypoallergenic skin and hair care products, manufactured in South Africa by Limpopo Marula Products. The ‘Marula Gold’ range includes soaps, shampoos, skin creams, deodorants and mosquito repellent. The range of marula-based food products is also rising. The flesh of the ripened yellow fruit has a strong flavour and contains up to four times as much Vitamin C as citrus fruit. A factory in Polokwane, capital of Limpopo province, produces fruit juice and juice concentrates. The walnut-sized kernel is also extremely nutritious. High in energy, protein (28.3 per cent), and minerals (especially magnesium, iron, copper, zinc and phosphorus) marula kernels have been traditionally used as an emergency food source. Promagold, a company established by local entrepreneur Shirley Potgieter to promote the Marula Gold range, markets marula chocolates, chutneys, nut mixes and rusks. Whole nuts are also in demand, with a recent order from Scandinavia for 30 tonnes. Processing marulaCEH Growing demand The identification of the nine lines, specially selected for the qualities of their flesh and stones, will help to ensure that the supply of pips and fruit pulp can match the growing demand for marula products. Currently, some 6,000 collectors gather fruit for the production of Amarula liqueur. For collectors, many of whom live on the edge of the Kruger National Park, it can be a vital source of income, with earnings of up to US$70 per tree. This potential has been recognised by the Limpopo provincial government, which has established a three-month long marula festival during harvesting season (January to March). Distel, manufacturers of Amarula, have sponsored a booklet about marula, and the provincial government has also established a marula nursery which aims to distribute 5 million trees for planting in homesteads, as part of a reforestation programme. The marketing of the skincare and food products is still in its early stages but is starting to gain momentum in a range of local stores in the region. Meanwhile, research continues in a variety of directions, including the development of a nut cracking machine, extraction of a preservative found in marula oil, investigating the 153 flavourings found in marula peel, and further development of the oil for the cosmetic and pharmaceutical industries. With contributions from Dermot Cassidy Source: www.new-ag.info Credits for Banner Image: www.demandafrica.com Credits for Feature Image: www.afribeautycollective.com Marula Production Guidelines The marula tree is a prolific seed bearer and matured fruit falls when still green and turns yellow on the ground. Marula is very easy to grow from seeds, provided these are treated in the right way. Seed should be collected from fallen, ripened fruit and be soaked overnight in warm water before sowing. After soaking, place the seeds on damp, fluffy peat moss at room temperature for about a week or two. This softens the plugs found at the broad end—usually two per seed, sometimes one. The broad end should carefully be pared down with secateurs until the outline of the plug is visible. Read More.. Marula nuts are growing SA’s rural entrepreneurs in a win-win partnership with scientists and conservationists Among the many indigenous drought-tolerant trees, Marula, Sclerocarya birrea subsp caffra, stands out. It is an abundant multipurpose tree, growing wild from Senegal and South Sudan in the north to northern Namibia and northern KwaZulu Natal in the south. Virtually all parts of the tree has been utilised in some way. Animals eat the leaves and fruit. Bark is often used for medicinal purposes and its wood can be used for making drums. Marula is a prolific bearer. While the average fruit volumes per tree are just below half a ton, fruit fall of 1 to 3 tons below massive marula trees have been reported in just one season. Read More.. The Management, Use and Commercialisation of Marula: Policy Issues Marula (Sclerocarya birrea subsp. caffra) forms an integral part of the diet, tradition and culture of rural communities in southern Africa. It also comprises the basis of various commercial enterprises which operate both endogenously – where the trade of marula products takes place at a local level by households to supplement other livelihood activities – and exogenously – where a more formal and ‘externally driven’ commercialisation process occurs. Read More.. If you have any questions or want to become a featured company on our website to broaden the scope of your business, please send us a mail on info@agri4africa.com. Esta página cita fontes, mas que não cobrem todo o conteúdo. Ajude a inserir referências (Encontre fontes: Google (notícias • livros • acadêmico • imagens livres • WP refs) • ABW • CAPES). (Fevereiro de 2019) Marula Classificação científica Reino: Plantae Divisão: Magnoliophyta Classe: Magnoliopsida Ordem: Sapindales Família: Anacardiaceae Gênero: Sclerocarya Espécie: Sclerocarya birrea Nome binomial Sclerocarya birrea(A. Rich.) Hochst. A marula[1] (Sclerocarya birrea) (skleros dura, karya noz - referência à semente), também chamada morula[2] ou canhoeiro[3] ou ocanheiro[4] ou cocanheiro[5], é uma árvore de tamanho mediano, originária do bioma das savanas da África oriental. Caracteriza-se por um tronco único acinzentado e uma copa de folhas verdes, podendo atingir cerca de 10