

COMO O FEIJÃO-MUNGO PODE SER CONSUMIDO?

O feijão-mungo pode ser consumido cozido, na forma de farinha (alimento processado), em saladas, no kichadi ou kichari (tipo de sopa), com legumes ou apenas com especiarias, cebola e gengibre. O broto (estádio inicial de desenvolvimento da planta) pode ser consumido cru ou rapidamente cozido. Nas culinárias chinesa, japonesa e indiana, o grão de feijão-mungo é usado para fazer sopas, fermentados e até mesmo doces. Além do consumo como brotos, pode ser consumido sem tegumento, na forma de cotilédone, inteiro, enlatado, refogado, tostado ou moído na forma de farinha, como sobremesas, snacks e pratos principais. Também pode ser usado na fabricação de macarrão e na elaboração de ensopados.

PESQUISAS COM FEIJÃO-MUNGO

Pesquisas com melhoramento e manejo do feijão-mungo estão sendo realizadas pela Embrapa Meio-Norte desde 2013, com avaliação de acessos do Banco Ativo de Germoplasma de Feijão-caupi (*Vignas*). Essas linhagens são, principalmente, de

origem asiática, provenientes do The World Vegetable Center, localizado em Taiwan. As pesquisas visam identificar linhagens com potencial produtivo elevado e boas características de grãos para introdução nas principais regiões produtoras.

O feijão-mungo pode representar grande alternativa para ocupar áreas de plantio na segunda safra, principalmente no estado do Mato Grosso, pois permite a colheita mecanizada, além de apresentar ciclo de maturação curto. Atualmente, existem quatro linhagens na Embrapa Meio-Norte com potencial de lançamento como cultivares. Elas foram apresentadas tanto ao mercado nacional quanto internacional e obtiveram ótima avaliação. Em 2017, as linhagens foram apresentadas na maior feira de alimentos e bebidas do mundo, *Gulfood* (Dubai, Emirados Árabes Unidos); em 2018, no *VI Fórum Brasileiro de Feijão e Pulses* (Curitiba, PR); e em 2019, no maior evento mundial de pulses, a *GPC – Global Pulses Confederation* (Rio de Janeiro, RJ).

Atualmente, a Embrapa Meio-Norte está trabalhando em duas frentes de pesquisa com o feijão-mungo. São elas: Desenvolvimento e manejo de cultivares de feijão-mungo para o agronegócio das pulses no Brasil e Desenvolvimento de ração à base de grãos proteicos para alimentação e nutrição de galinhas caipiras do Nordeste.

Embrapa

Meio-Norte

Av. Duque de Caxias, 5.650, Bairro Buenos Aires
64.008-780 Teresina, PI
Fone: (86) 3198-0500 - Fax: (86) 3198-0530
www.embrapa.br/meio-norte
Serviço de Atendimento ao Cidadão(SAC)
www.embrapa.br/fale-conosco/sac

Foto da capa

Adão Cabral das Neves

Técnicos Responsáveis

*José Alves da Silva Câmara
Kaesel Jackson Damasceno e Silva
Maurisrael de Moura Rocha
Adão Cabral das Neves
José Ângelo Nogueira de Menezes Júnior*

MINISTÉRIO DA
AGRICULTURA, PECUÁRIA
E ABASTECIMENTO



Teresina, PI
Abril/2021

Diagramação: Jorimá

UMA PULSE CHAMADA FEIJÃO-MUNGO



Embrapa

O QUE É FEIJÃO-MUNGO?

O feijão-mungo é uma importante leguminosa que produz grãos esverdeados, pequenos e arredondados. É conhecido também pelos nomes de feijão moyashi, feijão-soroça, feijão-mungu, feijão-da-china, feijão-mongo ou mung. O termo *moyashi* também define os grãos germinados de feijão-mungo, muito utilizados na culinária asiática. A planta é anual, de porte ereto ou semiereto, com caule, ramos e folhas cobertos por pelos e altura que varia de 0,3 m a 1,5 m. Figura 1.



Figura 1. Planta de feijão-mungo.

A floração tem início entre 25 e 42 dias após a emergência, dependendo da cultivar, da região e da época de plantio. Figura 2.



Figura 2. Feijão-mungo em floração.

O número de vagens por planta varia de 4 a 34, dependendo principalmente da população de plantas por área e das condições edafoclimáticas. As vagens são cilíndricas, com 7 cm a 15 cm de comprimento e, em geral, cobertas por pelos. Na maturação, que normalmente é desuniforme, as vagens secas apresentam coloração marrom ou preta e cada vagem contém de 6 a 20 sementes. Estas são pequenas (3,5 a 7,0 g/100 sementes) e as cultivares comerciais têm tegumento de coloração verde. Figura 3.

A produtividade pode chegar a 2.000 kg por hectare. Existem duas espécies de importância econômica que são conhecidas como feijão-mungo: o feijão-mungo-verde (*Vigna radiata* L.) e o feijão-mungo-preto (*Vigna mungo* L.). No Brasil, o feijão-mungo ainda é pouco difundido, todavia, em face

do aumento da procura por alimentos com alto valor nutricional, representado pelo broto de feijão, seu principal produto, e da demanda crescente do mercado externo, a tendência é que o seu cultivo aumente substancialmente. No Brasil, essa espécie tem sido cultivada nos estados do Mato Grosso, de Minas Gerais, de Goiás, de Tocantins, da Bahia e do Piauí, com destaque para o aumento exponencial das áreas de produção do Mato Grosso. O feijão-mungo também representa importante alternativa para o preenchimento das áreas de cultivo na segunda safra nos cerrados .

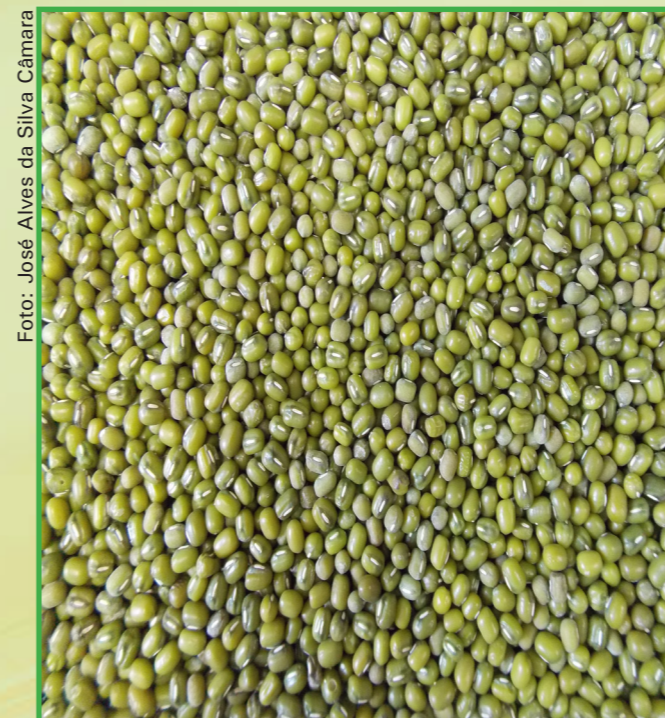


Figura 3. Grãos de feijão-mungo verde

IMPORTÂNCIA NA ALIMENTAÇÃO (DIFERENCIAIS PARA A SAÚDE)

O feijão-mungo têm uma longa história de uso medicinal e alimentar em toda a Ásia e vem aos poucos ganhando popularidade no Ocidente. No Brasil, ele é mais conhecido em forma de broto, normalmente encontrado na geladeira dos supermercados das grandes cidades.

Os grãos de feijão-mungo, além de serem fontes de vitaminas e proteínas, também apresentam grande quantidade de fibras e minerais, como cálcio e potássio, o que o credencia como portador de ótimas qualidades nutricionais e nutracêuticas (produtos naturais formados por diversos componentes, que proporcionam benefícios para a saúde e para o bem-estar das pessoas). O consumo de feijão-mungo pode exercer funções biológicas importantes para o organismo humano, como antiestresse, anti-inflamatório, antioxidante e protetor hepático, auxiliando no controle do colesterol, melhorando o sistema imunológico, equilibrando o sistema digestivo e auxiliando no controle da diabetes.