

Corylus avellana L.

Família: Betulaceae;

Nome vulgar: Avelreira;

Origem e Distribuição Geográfica: Europa, Ásia Menor e parte também da América do Norte.

A avelreira, avelaneira ou avelãzeira (*Corylus avellana*) é um arbusto da família Betulaceae e cresce naturalmente em quase toda a Europa, Ásia Menor e parte também da América do Norte. A avelã consiste num fruto mais ou menos esférico a ovoide, lenhoso e indeiscente, cuja casca é extremamente resistente. No seu interior, encontra-se a semente comestível, de sabor levemente adocicado e algo oleaginoso.

A avelã é consumida ao natural, ou usada em doces, normalmente associada ao chocolate, ao qual acrescenta um sabor muito apreciado, dispõe de um elevado conteúdo de gordura (48-66%), pelo que é muito aproveitada como matéria oleaginoso para objetivos alimentares e industriais.

A avelã é utilizada para a elaboração de produtos de grande riqueza alimentar, como o leite de avelã, manteiga de avelã, pasta de fruta de avelã, pastéis de avelã, biscoitos de avelã.



Agrupamento de Escolas de Abação