

PET 2 – 4º ano – 1ª Semana – 2021
Componente Curricular: Ciências

1- Qual é o prato mais apreciado pelos brasileiros?

Arroz com feijão.

2- Quais são os principais nutrientes presentes no arroz?

O arroz é rico nos aminoácidos metionina e cisteína, porém é pobre no aminoácido lisina, assim como os outros cereais.

3- E no feijão?

O feijão, por sua vez, apresenta todos os aminoácidos essenciais, sendo inclusive rico em lisina, mas é pobre em metionina e cisteína (aminoácidos sulfurados).

4- Por que essa mistura de arroz com feijão faz tão bem para o nosso organismo?

Percebe-se, portanto, que o arroz e o feijão completam-se, pois, juntos, garantem que nosso corpo obtenha todos os aminoácidos essenciais.
