

## FERMENTAÇÃO NATURAL NA PANIFICAÇÃO

Aliça Emanuely Decezare Bittencourt<sup>1</sup>, Ayechan Diana Deitos, Brenda Doss Girardi, Gabriela Luisa Paludo, Laura Letícia Cousseau, Samantha Lemke Gonzalez<sup>2</sup>

O processo de fermentação natural em pães é milenar, o registro mais antigo é 3.700 a.C., e sua origem provavelmente está ligada ao início da agricultura e do cultivo de grãos pelo homem. A fermentação natural, também conhecida de sourdough (do inglês, massa azeda), acontece a partir de uma mistura de farinha e água, ocorrendo a fermentação a partir das bactérias ácido-láticas, que se desenvolve principalmente em substrato de cereais. Essa ação pode ter sido um dos primeiros processos microbiológicos empregados pelo homem e ocasionou o uso de massa fermentada para panificação. Essa massa fermentada caracteriza-se por sabor ácido, aroma e aumento de volume devido à formação de gás. O fermento desenvolvido na massa são bactérias lácticas e leveduras, quando menciona-se pão, estes são intermediários no processo mas sua atividade acarreta na massa impacto de qualidade no produto final, como sabor, textura e volume, além de aumentar a vida útil do produto, sem adição de conservante, e conter benefícios nutricionais. Logo, no desenvolvimento da massa ocorre fermentação láctica, proteólise e síntese de compostos voláteis e formação de composto antifúngicos e antibacterianos, além de liberação de ácidos orgânicos e exopolissacarídeos. Na fermentação, as leveduras produzem etanol e dióxido de carbono, esse é retirado na rede de glúten com formação de alvéolos no miolo do pão, e as bactérias convertem esse etanol em ácido orgânico. Os ácidos produzidos auxiliam no sabor, na formação da rede de glúten e ampliam a retenção de gás. Normalmente, a fermentação natural apresenta algumas vantagens, tais como: quebra do glúten, índice glicêmico mais baixo, maior vida de prateleira, aumento da capacidade de digestão, sabor, aroma e textura superior ao fermento biológico comercial. Outro fato que pode-se destacar é que pessoas com intolerância a glúten, síndrome do intestino irritável e sensibilidade não celíaca ao glúten podem estar consumindo este produto, em virtude do glúten sofre deterioração natural, ou seja, ser hidrolisado em proteínas mais simples devido o tempo mais longo de fermentação. O objetivo do trabalho será informar a comunidade acadêmica sobre o processo, uso e benefícios dos produtos finais conseguidos a partir do uso do fermento natural. Com a transmissão de conhecimentos deseja-se que os ouvintes entendam mais sobre o assunto e comecem a utilizar desse processo nas suas residências.

**Palavras-chave:** Fermentação Natural, Fermento, Processo, Compostos Formados, Característica do Produto.

---

<sup>1</sup> Autor para correspondência: alicabittencourt1@gmail.com

<sup>2</sup> Orientador(a)