

## MICTI - INDICAÇÃO DOS CAMPI - RESUMO SIMPLES

### **CULINÁRIA DO BEM: USO DO ALIMENTO EM SUA APRESENTAÇÃO INTEGRAL NA PRODUÇÃO DE ALIMENTOS DE BAIXO CUSTO**

### **GOODNESS COOKING: TAKING FULL ADVANTAGE OF FOOD WITH LOW COST FOOD PRODUCTION**

*Filipe Éviton Anacleto (filipe258anacleto@gmail.com)*

*Maria Eduarda De Aviz (avizmariaeduarda@gmail.com)*

*Neiva Maria Batista Vieira (neiva.vieira@ifc.edu.br)*

*Mônica Oliveira Reis (monica.reis@ifc.edu.br)*

*Marli Fatima Vick Vieira (marli.vieira@ifc.edu.br)*

*Sueli Regina De Oliveira (sueli.oliveira@ifc.edu.br)*

*Anelise Destefani (anelise.destefani@ifc.edu.br)*

*Cristiane Vanessa Tagliari Corrêa (cristiane.correa@ifc.edu.br)*

*Grasiela Voss (grasiela.voss@ifc.edu.br)*

Hodiernamente existem diversos problemas envolvendo a alimentação, dentre eles está o impacto ambiental na produção dos alimentos, por meio de queimadas e uso exagerado de agrotóxicos. Outro fator que contribui para essa questão é o esbanjamento: em 2019 o desperdício de alimentos foi de 931 milhões de toneladas. Esse número sugere que 17% da produção total do

mundos foram para o lixo. Tendo em mente esses fatores, foi criado o projeto de extensão Culinária do Bem, que faz parte do programa ReCicLa do IFC - Campus Araquari. Este projeto tem como objetivo apresentar às pessoas uma forma alternativa de cozinhar, que visa a sustentabilidade com o reaproveitamento de alimentos, promovendo o uso consciente dos ingredientes utilizados, sem perder o valor nutricional das refeições. Sendo assim um meio saudável de ajudar o meio ambiente, além de gerar economia na compra de comida. O referido projeto busca auxiliar as pessoas a aproveitarem os alimentos que compram, utilizando-os de forma integral e não apenas da forma convencional, isso inclui talos, folhas e cascas. Outrossim tem como objetivo reeducar as pessoas quanto aos preconceitos com alimentos e mostrar que muitos alimentos, conforme o modo de preparo, podem vir a se tornar algo delicioso. O projeto coloca em prática esses objetivos pesquisando, testando e desenvolvendo receitas por meio da execução de oficinas que possam atingir principalmente as comunidades carentes. Assim, desenvolve ações integradas, mostrando como isso afeta a área econômica, social e ambiental. Propõe dessa forma, a mudança de valores de consumo e busca a melhoria da qualidade e dos hábitos alimentares, além da saúde e bem-estar social. As principais ações já realizadas são os posts na plataforma Instagram sobre o cuidado com os alimentos e a conservação deles, bem como as oficinas sobre o tema de desperdício de alimentos onde são ensinadas três receitas para o público inscrito, uma cuca salgada, um molho de tomate nutritivo e um sorvete de frutas com apenas dois ingredientes. Dentro do planejamento há a previsão da execução de mais oficinas e a práxis analítica quanto ao desperdício dos alimentos no refeitório da instituição na qual o projeto pertence. Nesta análise serão indicados os principais fatores que levam ao desperdício e a quantidade de comida que é descartada.

Fomento: Edital N° 13/2021- Campus Araquari Projeto de Extensão - Culinária do Bem.