

DESENVOLVIMENTO DE UM SONHO DE PADARIA ENRIQUECIDO COM ORA-PRO-NOBIS E ADICIONADO DE AMORA E IPÊ ROXO

Larissa Morgana Longo Bassani¹, João Vitor Chiapetti, Maria Clara Schneider Machado, Stella Dalla Rosa, Isabel Benini, Nei Fronza²

Mudanças de padrões alimentares acontecem, principalmente, mediante o conhecimento dos benefícios oriundos de uma dieta saudável, equilibrada e com praticidade. O aumento da procura das possibilidades da gastronomia para variar o cardápio, conseqüentemente, tem aumentado variedades alimentares antes mais restritas, tendo uma grande procura por alimentos que substituam as proteínas de origem animal, em especial, ovos e carnes.. Neste sentido, as plantas alimentícias não convencionais (PANCs) tornam-se uma opção de consumo nutritiva, com diferentes formas de preparo, de baixo custo e de fácil acesso sendo também uma produção sustentável. O conceito de alimentação muda conforme o conhecimento da população sobre alimentos saudáveis e seus benefícios. A busca por uma vida saudável leva as pessoas a buscarem novas formas de alimentação tendo em vista sua funcionalidade e sustentabilidade. Diante disso, o presente trabalho teve como objetivo fazer uma revisão bibliográfica acerca do tema PANC e desenvolver um produto alimentício com a utilização destas espécies ainda pouco conhecidas e aplicadas. Realizou-se uma busca sistemática da bibliografia com base no “Google Acadêmico”, “Medical Literature Analysis and Retrieval System On-line”. Os descritores utilizados para a busca foram: Plantas; Amora; Ora-pro-nobis; Antioxidantes; Anti-inflamatório; Ipê roxo; Benefícios; Proteínas. No hodierno trabalho foi realizada uma pesquisa sobre três principais PANCs com base na produção de um sonho enriquecido com ora-pro-nobis a qual é rica em alto teor de proteínas, aminoácidos essenciais, ferro, zinco, manganês, vitamina A e vitamina C, além disso combate doenças nutricionais. Também será feito um recheio de geleia de ipê roxo com amora que servirá como atrativo as crianças devido a coloração avermelhada, os quais são ricos em antioxidantes, proteínas, ação febrífuga, cicatrizante, anti diarreicas, anti-inflamatórias e anti-infecciosa. Neste contexto, o objetivo deste trabalho será de um sonho mais nutritivo, devido à alta procura por alimentos práticos e rápidos principalmente os de padaria e assim proporcionar uma opção mais saudável perante as outras. Incluir as PANCs na alimentação é um modo fácil e barato de manter uma dieta mais saudável e com variedade, já que elas são ricas em minerais, antioxidantes, fibras e até mesmo proteínas. No entanto, existe uma grande dificuldade na aplicação de PANCs em alimentos processados, visto o desconhecimento técnico sobre este grupo de plantas, o preconceito por parte dos consumidores, o aspecto sensorial atribuído ao produto final, como a cor, sabor mais forte ou até mesmo a textura.

Palavras-chave: Plantas; Antioxidantes; Anti-inflamatório; Benefícios; sonho.

¹ Apresentador(a)/ Autor(a) para correspondência: larissamorgana.bassani@gmail.com

² Orientador(a)