

Título: DESENVOLVIMENTO DE BRIGADEIRO ELABORADO COM BIOMASSA DE BANANA VERDE, COM EFEITO PREBIÓTICO E ANTIOXIDANTE

Autores: SOARES, L. E. G.; ALVES, T.; FRANCISCO, A. C. B.; RABELO, P. R.; NAGATA, C. L. P.

Resumo:

O brigadeiro é um doce típico da culinária brasileira, criado na década de 1940 que utiliza o chocolate como ingrediente. O seu consumo abusivo pode levar não só ao excesso de peso, até a obesidade, como também a elevação de pressão arterial, taxas elevadas de glicose sanguínea, hipercolesterolemia, diabetes tipo 2, doenças coronarianas e até agravar alguns tipos de câncer. O brigadeiro típico é feito de leite condensado, que contém um alto teor de açúcar, e a manteiga, que pode conter um alto teor de gorduras. Nesse sentido o presente trabalho tem como objetivo transformar uma sobremesa altamente calórica em um produto nutritivo e ao mesmo tempo saboroso, adotando como estratégia uma receita de brigadeiro diferenciada. Para elaboração do brigadeiro procedeu-se ao derretimento de 150g de chocolate 53% a 70% de cacau em banho-maria, utilizando fogo baixo, posteriormente misturou-se cerca de 20g óleo de coco, 150g de biomassa de banana verde e 40g de açúcar demerara até obter uma massa homogênea e firme (cinco minutos). Para obtenção de uma massa ainda mais lisa, optou-se por utilizar o mixer. Esperou-se esfriar, em seguida foi realizada a moldagem e a decoração com castanhas e amêndoas laminadas, levando-os ao refrigerador por uma hora. Por fim, os doces foram embalados. A formulação rendeu 30 doces. Como resultado, o brigadeiro de biomassa de banana verde com cerca de 30g apresentou apenas 37 kcal, bem menos da metade em valor calórico do brigadeiro tradicional (em torno de 150 Kcal), com 3,5 g de carboidrato, 0,5g de proteína e 2,4 de lipídeos, tendo como benefícios a redução de calorias, gordura e sacarose, além do efeito antioxidante por ter sido fabricado com chocolate com alto teor de cacau (rico em flavonoides) e prebiótico em virtude do ingrediente biomassa de banana verde. O doce elaborado apresentou sabor agradável, além ser opção entre aquelas pessoas que buscam por alimentos menos calóricos com apelo funcional.

Palavras-chave: Cacau, Doce, Alimento teor calórico reduzido..