

DESENVOLVIMENTO DE SORVETE DE MORANGO SEM INGREDIENTES ULTRAPROCESSADOS

Ciências da saúde

Hemily Machado¹; Isadora Bernardi Marcolan¹; Barbara Gonçalves Florentino¹

¹ Acadêmica do Curso de Nutrição da UNISUL

Universidade do Sul de Santa Catarina - UNISUL

Curso de Nutrição, Balneário Camboriú - SC



Introdução

Sorvetes são cremes congelados de sabor doce, geralmente produzidos pela indústria com leite, açúcar, frutas e/ou outros ingredientes. São alimentos ultra processados, que não devem ser oferecidos à crianças menores de dois anos de idade, segundo o Guia alimentar para crianças brasileiras menores de dois anos (BRASIL, 2021).

O consumo de alimentos ultra processados na infância, que levam açúcar e aditivos alimentares em sua composição, têm sido associados à obesidade infantil e outras comorbidades nesta faixa etária. Neste sentido, o objetivo do presente trabalho, foi o desenvolvimento de um sorvete isento de açúcares e aditivos alimentares para o público infantil.

Objetivos

Determinamos o objetivo da elaboração de um sorvete saudável, constituído por alimentos naturais e sem o uso de ultraprocessados e açúcar. De forma que possa ser consumido por todos os públicos, incluindo bebês a partir dos 6 meses até adultos, desde que não se tenha intolerância ou alergia aos ingredientes utilizados.

Metodologia

O desenvolvimento deste trabalho fez parte da avaliação de desempenho A3 da Unidade Curricular Tecnologia e Análise dos Alimentos dos acadêmicos do Curso de Nutrição da Unisul. A coleta dos dados ocorreu nos períodos de agosto a outubro de 2023, por meio das seguintes bases de dados: Google Acadêmico, Pubmed e Scientific Electronic Library Online (SciELO). A partir destes estudos, foram elaboradas duas receitas para análise do sabor e consistência, cálculo da informação nutricional e testes sensoriais.

Resultados

Para desenvolvimento do sorvete isento de açúcares e aditivos na composição e que atenda as características de um sorvete convencional, foram elaboradas duas receitas utilizando os seguintes ingredientes: banana, morango, iogurte natural e leite em pó integral (figura 1).

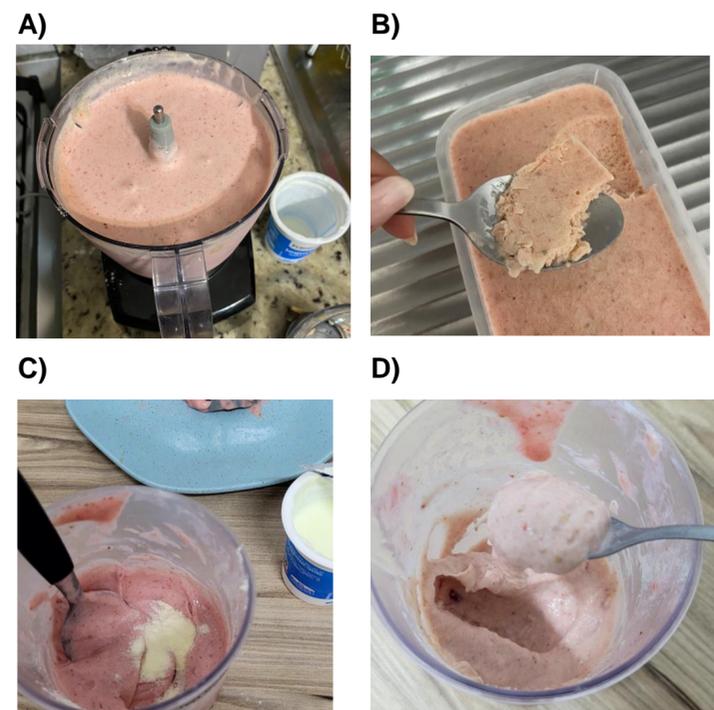
Figura 1 – Lista de ingredientes das receitas 1 e 2 para desenvolvimento do sorvete isento de açúcares e aditivos alimentares.

A)		B)	
Ingrediente	Quantidade (g/ml)	Ingrediente	Quantidade (g/ml)
Banana caturra	192 g	Banana caturra	118 g
Morango	200 g	Morango	85 g
Leite em pó integral	20 g	Leite em pó integral	25 g
Iogurte natural integral	200 ml	Iogurte natural integral	40 g

O teste se iniciou com a higienização das frutas em água com solução de hipoclorito de sódio 0,1 %, sendo a proporção de 10ml da solução para 1 litro de água. Após a higienização, as frutas foram cortadas e levadas ao congelador, onde permaneceram por aproximadamente 3 horas. Em seguida, todos os ingredientes

foram triturados por meio de um aparelho processador (mixer), e misturados até obter uma mistura homogênea. Posteriormente, a massa de consistência cremosa foi acondicionada em recipiente plástico, e levada ao congelador, por onde permaneceu pelo período de 24 horas.

Figura 2 – Teste das receitas 1 e 2 para análise de consistência do produto durante o processamento e após o congelamento.



Legenda: A – Processamento (receita 1); B – Após o congelamento pelo período de 24 horas (receita 1); C - Processamento (receita 2); D – Após o congelamento pelo período de 24 horas (receita 2);

Após o teste de consistência, foi escolhida a receita 2 para elaboração da tabela nutricional do produto. Segundo a Instrução Normativa nº 75 de 8 de outubro de 2020 (IN 75 – 2020), para fins de comercialização, a porção para estes alimentos é de 60 g. A embalagem escolhida para armazenar o produto é própria para sorvetes, confeccionada em papel biodegradável, tendo capacidade para quatro porções (figura

Conclusões

Os resultados obtidos nos testes iniciais mostram que o sabor obtido é o desejado e que, pode ser armazenado até por uma semana sem modificações de sabor. Contudo, se faz necessário testar outras vezes para o aperfeiçoamento do produto, para assim ter uma exatidão quanto a sua consistência e prazos de validade.

Bibliografia

- MINISTÉRIO DA SAÚDE. Instrução normativa IN nº 75, de 8 de outubro de 2020. **ANVISA**. Disponível em: https://antigo.anvisa.gov.br/documents/10181/3882585/IN+75_2020_.pdf/7d74fe2d-e187-4136-9fa2-36a8dcfc0f8f Acesso em: 11 de outubro de 2023.
- MINISTÉRIO DA SAÚDE. Guia Alimentar para Crianças Brasileiras Menores de Dois Anos, 2021. **ANVISA**. Disponível em: https://bvsmis.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_crianca_brasileira_versao_resumida.pdf Acesso em: 11 de outubro de 2023.