PRODUÇÃO DE GELÉIA DE ABOBORA COM COCO COM O APROVEITAMENTO DA CASCA

Letícia da Costa Rufino

Prof.ª Cintia Alessandra Matiucci Pereira

RESUMO: A geleia foi criada para a melhora de conserva dos alimentos, entre eles as frutas, foi feita uma geleia de abóbora com casca e coco fresco, no primeiro teste foi feito com a abóbora ralada para pode adquirir o ponto certo da geleia juntamente com o coco fresco obtendo uma boa qualidade e sabor do produto, de acordo com o resultado apresentado foi verificado que a geleia artesanal pode ser conservada por era até dois meses fechados a vácuo fora da geladeira, porem consegue ser conservada por até sete meses congelados em um recipiente fechado.

PALAVRAS-CHAVES: Abóbora, coco e doce.

INTRODUÇÃO

A geleia foi criada para a melhora de conservas dos alimentos, entre eles as frutas. Os Árabes costumavam a usar esses alimentos para fins medicinais, pois os frutos são capazes de ajudar em diversas doenças, antigamente entre o século I e IV eles costumavam a fazer a geleia de marmelo e mel.

Na idade media já era vendido em compotas porem já usavam vários tipos de frutas não apenas o marmelo (GUILIANA FLORES 2015).

A geleia é um produto obtido na combinação de suco de frutas com açúcar, rico em vitaminas, sais minerais e são ricas em fonte de energia, são necessárias

proporções adequadas de pectina de acido das frutas e de açúcar para se obter a geleia, as frutas maduras empestam seu sabor e cor característico já as frutas verdes encontramos a pectina e o acido que são produtos importantes para o preparo da geleia. (SEBRAE 2014).

Com o passar do tempo à geleia foi ganhando vários sabores e principalmente formas diferenciadas como a geleia artesanal, além de ser um produto diferenciado em comparação com as geleias produzidas em forma industrial elas também tem uma serie de benefícios, não são tão calóricas, são mais saudáveis do que as produzidas industrialmente, podem ser usada em diversas formas na culinária.

Umas das grandes diferenças entre a geleia artesanal e da geleia industrializada é que as geleias artesanais não oferecem conservantes e componentes químicos, além disso, muito dos produtores optam pelo uso de açucares mais saudáveis como o mascavo e o demerara. (POR ATABUA, em 2020).

O objetivo dessa pesquisa é desenvolver uma geleia artesanal e estudar mais sobre esse tipo de produto sobre a tecnologia das geleias.

A abóbora ou Jerimum é um fruto da aboboreira que contem varias espécies de planta da família Cucurbitaceae, ela é nativa da América do Sul, no Brasil a abobora é cultivada a muito tempo desde a época dos indígenas antes da colonização.

Sua época de cultivo é de maio a setembro quando as frutas estão no ponto perfeito para o consumo o fruto deve estar sempre com sua casca lisa, sem manchas e sem brilho e sempre as menores pois as maiores não acabam sendo tão saborosa.

O fruto é bem rico em sabor e nutrientes que ajudam o nosso organismo, a abóbora acaba tendo por uma quantidade de porção um valor energético de 24,5 kcal, carboidrato 6,1g, proteína 0,7g (Taeq Saudável descomplicado 2022).

As cascas são ótimos nutrientes, principalmente para fazer sucos na maioria dos casos é indicado a beber o suco sem coar para aproveitar os nutrientes contidos na casca e sementes que fazem muito bem para a saúde. (Blog e Receitas 2020).

MATERIAIS E MÉTODOS

Com este trabalho foi desenvolvido uma nova geleia misturando se frutas diferentes com a casca e a polpa.

Foram selecionados os frutos sadios, lavados em agua corrente.

As matérias primas que foram usadas na fabricação da geleia no primeiro teste são 700g de açúcar comercial (cristal), 5 ml de caldo de limão, 150g de abóbora de pescoço com casca 150g de coco seco, 3 ml de agua do coco, 2 cravos e 2 paus de canela.

Primeiro passo foi ter ralado a abóbora junto com a casca levadas ao fogo e cozidas por 30 minutos, após elas estarem bem cozidas foram levadas ao fogo com açúcar, 3 cravos e 2 canelas em pau.

Logo após retirei do fogo misturei os pedaços de coco juntamente com sua água e levei novamente ao cozimento até ela começar a se desprender do fundo da panela aproximadamente 5 minutos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

De acordo com o resulto apresentado verificamos que a geleia artesanal de abóbora com coco fresco pode ser conservada por até dois meses fechados a vácuo fora da geladeira, por tanto consegue ser conservada por até sete meses congelados em um recipiente fechado.

O limão foi necessário no experimento desta geleia, para que a geleia obtenha uma boa geleificação e realce o sabor natural.

A abóbora com casca foi lavada em agua corrente para ser utilizada no processo da geleia, foi utilizada a casca da abobora para desenvolver uma geleia artesanal e estudar mais sobre esse tipo de produto e sobre a tecnologia de alimentos, a água do coco foi colocada para ter mais qualidade no sabor e dar um diferencial.

A abóbora é um alimento muito rico em vitaminas, ferro, e acido fólico que são muito importantes para o sistema imunológico ajudando a diminuir bastante o risco de doenças, ajuda a evitar problemas oftalmológicos, é boa para a pele, pois contem muita vitamina C que produz o colágeno, ajuda na imunidade, contem vitaminas A, C e E.(2 Marias Saudável e Orgânico 2022).

O coco é considerado uma das frutas mais nutritivas do mundo, ele é rico em nutrientes e possui muitos benefícios á saúde, sua polpa é repleta de sais minerais com cálcio, magnésio, zinco, ferro, selênio, manganês, fosforo e potássio e é fonte de vitaminas A,B,C e E.

Além de muito nutritivo o coco pode ser utilizado de muitas formas na alimentação como o óleo, a farinha e o leite de coco, ou pode ser consumido in natura por meio de sua agua e da polpa.

O coco tem um valor energético por uma quantidade de porção de 406 kcal, carboidrato 10,4g, proteína 3,7g.(Taeq descomplicado saudável 2022).

Figura 1 Abóbora sendo lava na água corrente com bucha e sabão

Figura 2 Abóbora ralada com a casca

Figura 3 Coco seco

Figura 4 Abóbora já com o coco e açúcar

Figura 5 Geleia artesanal pronta

Conclusão

A geleia artesanal acaba tendo uma durabilidade maior congelada do que conservada fora da geladeira, a casca da abóbora e a água do coco não acabou interferindo no sabor da geleia, por tanto a geleia artesanal de abóbora de pescoço com coco acaba tendo o mesmo sabor e qualidade.

A casca não acabou interferindo na qualidade e sabor do produto já a água do coco acabou realçando mais no seu sabor e qualidade.

Abstract: The jelly was created to improve the conservation of foods, including fruits.

A pumpkin jelly with peel and fresh coconut was made, in the first test it was made with grated pumpkin to be able to acquire the right point of the jelly together with the fresh coconut obtaining a good quality and flavor of the product.

According to the result presented, it was verified that the artisanal jelly can be preserved for up to two months closed under vacuum outside the refrigerator, but it can be preserved for up to seven months frozen in a closed container.

KEYWORD : pumpkin, coconut, sweet.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

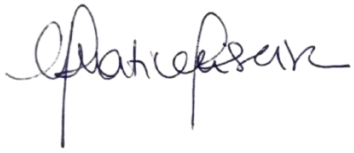
FLORES, G.; et al.; Geleia uma delicia para todos os momentos. **Blog da Giuliana floresblog**. **Disponivel** 2015.

SEBRAE. Respostas. et al.;Fabricação de geleia e fruta. **SEBRAE Respostas**. 2014.

ATABUA. 2021 et al.;Você conhece a historia da geleia. **aTabua**.

MARIAS. 2022 et al.; 5 Benefícios da abobora para deixar o seu corpo mais saudável. **2 Marias saudável e orgânico**.

TAEQ SAUDAVEL DESCOMPLICADO.2022 et al.; Abóbora

TAEQ SAUDAVEL DESCOMPLICADO.2022 et al.;Coco

SUPERBOM, et al.; Dicas para aproveitar cascas de alimentos. **Blog e Receitas** 2020.