

APROVEITAMENTO INTEGRAL DE ALIMENTOS EM UM RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO EM EXPANSÃO

Lorena Rayssa Gomes de Araújo (1); Davi Aires de Oliveira (1); Maria Tereza Lucena Pereira (2); Raíra da Silva Campos (3); Jefferson Carneiro de Barros (4)

Universidade Federal de Campina Grande – lorena_rayssa@hotmail.com/ daviaairesasd@gmail.com/
mariatereza-lucena@hotmail.com/ raira965@hotmail.com

Introdução: Unidades de Alimentação e Nutrição (UAN) são espaços voltados para preparação e fornecimento de refeições equilibradas em nutrientes, segundo o perfil da clientela. No gerenciamento de uma UAN o desperdício é um fator de grande importância. Assim, o aproveitamento integral, pode trazer inúmeros benefícios, entre eles a diminuição do desperdício e o aproveitamento nutricional dos alimentos. **Objetivo:** neste trabalho buscou a redução do desperdício de alimentos através do aproveitamento integral dos alimentos no Restaurante Universitário (RU) da Universidade Federal de Campina Grande, Campus Cuité. **Metodologia:** Foram desenvolvidas receitas utilizando-se as cascas e talos de frutas e hortaliças. Realizou-se análises sensoriais através do teste de aceitação, utilizando escala hedônica de cinco pontos (5 – adorei e 1 – detestei). A amostra foi composta de 36 comensais, que correspondem 20% da amostra total. As preparações ofertadas foram: farofa da casca de abacaxi e talos, doce de casca de melancia, bolo da casca de abacaxi. Foram analisadas os aspectos como: textura, cor, sabor, aroma e avaliação global. **Resultados:** As três preparações que foram ofertadas tiveram uma boa aceitação perante os provadores. **Conclusão:** A realização do estudo possibilitou a construção de ideias que visam a diminuição do desperdício a partir do aproveitamento integral dos alimentos, podendo ser uma opção viável para inclusão em Unidades de Alimentação.

Palavras-chave: Unidades de Alimentação Coletiva, Aproveitamento Integral, Análise Sensorial.

INTRODUÇÃO

A alimentação é uma das atividades mais importantes do ser humano, tanto por razões biológicas quanto pelas questões sociais e culturais que envolvem o comer. Assim, o ato de se alimentar engloba vários aspectos que vão desde a produção dos alimentos até sua transformação em refeições e disponibilidade aos indivíduos (MONTEIRO, 2012).

Unidades de Alimentação e Nutrição (UAN) são espaços voltados para preparação e fornecimento de refeições equilibradas em nutrientes, segundo o perfil da clientela. Uma UAN é considerada como a unidade de trabalho ou

órgão de uma empresa que desempenha atividades relacionadas à alimentação e à nutrição. O objetivo primário de uma UAN é servir refeições saudáveis, do ponto de vista nutricional, e seguras do ponto de vista higiênico sanitário, no sentido da manutenção e/ou recuperação da saúde do comensal, visando auxiliar no desenvolvimento de hábitos saudáveis (RICARTE, 2008).

No gerenciamento de uma UAN o desperdício é um fator de grande importância (RICARTE, 2008). Atrelado a isso, a crescente demanda por alimentos seguros e que tragam algum benefício a saúde vem sendo acompanhada pela busca por processos limpos de produção, uma vez que o tratamento dos resíduos sólidos e líquidos que são gerados acarreta custos cada vez maiores para a indústria de alimentos. Uma alternativa que vem crescendo consiste no aproveitamento de cascas, talos como matéria-prima para a produção de alimentos passíveis de serem incluídos na alimentação humana (PIOVESANA, 2013).

A alimentação integral possui como princípio básico a diversidade de alimentos e a complementação de refeições, com o objetivo de diminuir os custos, proporcionar preparo rápido e oferecer paladar regionalizado. Estudos mostram que o homem necessita de uma alimentação sadia, rica em nutrientes, que pode ser alcançada com parte dos alimentos que normalmente são desprezadas (BRASIL, 2003).

Alimentos como folhas (de cenoura, beterraba, batata doce, couve-flor, abóbora), cascas (de batata inglesa, banana, tangerina, laranja, mamão, pepino, maçã, abacaxi entre outros), talos (de couve-flor, brócolis, beterraba), entrecascas (de melancia, maracujá), sementes (de abóbora, melão, jaca), pão amanhecido, entre outros, podem ser aproveitados integralmente (BRASIL, 2003).

Diante disso, é notória a relevância do desenvolvimento de intervenções em UANs, voltadas para o aproveitamento integral dos alimentos, tendo como finalidade diminuir o desperdício, aproveitar o elevado valor nutritivo desses alimentos e o baixo custo das preparações. O presente trabalho objetivou-se a redução do desperdício de alimentos através do aproveitamento integral dos alimentos no Restaurante Universitário da Universidade Federal de Campina Grande, Campus Cuité-PB.

METODOLOGIA

O trabalho foi desenvolvido no Restaurante Universitário (RU) da UFCG do Campus Cuité/PB no período de dezembro de 2017. Foram elaboradas 3 receitas utilizando as cascas e talos de frutas e hortaliças. As preparações desenvolvidas foram: farofa da casca de abacaxi e talos, doce de casca de melancia e bolo da casca de abacaxi.

Após a elaboração, foram realizadas análises sensoriais com as preparações feitas. Foram selecionadas receitas que utilizavam partes que normalmente são desperdiçadas e ainda, que utilizassem ingredientes disponíveis na Unidade. As preparações foram elaboradas em dias alternativos, consoante ao cardápio da Unidade, e nos dias em que se utilizaram alimentos cujas partes eram dispensadas habitualmente.

A análise sensorial foi realizada através do teste de aceitação, utilizando escala hedônica de cinco pontos, que variou entre 5 – adorei e 1 – detestei. O teste foi realizado na própria Unidade, durante o horário do almoço e jantar. A amostra foi composta por 36 comensais, que correspondem a 20% da amostra total, aleatoriamente escolhidos e orientados quanto à realização de tais degustações e como proceder durante a sua execução. Em cada preparação foram avaliados aspectos como, textura, cor, sabor, aroma e avaliação global. Os formulários continham ainda, espaços destinados a registros de opiniões. Os devidos formulários foram analisados e registrados no Microsoft Exel (2010) do pacote Microsoft Office, realizando-se uma análise de frequência dos resultados obtidos.

A seguir é apresentada o passo a passo de cada preparação realizada nas análises sensoriais:

- Farofa da casca de abacaxi e talos –

Ingredientes: ½ xícara de óleo, 1 cebola picada, 2 dentes de alho amassado, 100 g de bacon, 2 xícaras de talos, 1 xícara de cenoura ralada, 1 xícara de casca de abacaxi batida no liquidificador, ½ kg de farinha de mandioca, sal e pimenta a gosto. **Modo de Preparo:** levar ao fogo para refogar o óleo, cebola, alho e o bacon. Depois, acrescentar aos poucos os talos e as verduras e deixar refogar. Colocar o abacaxi, temperar e, por último, acrescentar a farinha de mandioca mexendo sempre.

- Doce de casca de melancia

Ingredientes: 2 xícaras (chá) de casca de melancia, 1 ½ xícaras (chá) de açúcar, ¼ xícara (chá) de água. **Modo de Preparo:** retirar a casca verde da melancia e utilizar apenas a polpa

branca. Cortar em cubos e reservar. Fazer uma calda com o açúcar, a água e o cravo. Acrescentar a casca da melancia e deixar cozinhar até apurar.

- Bolo da casca de abacaxi

Ingredientes: casca de 1 abacaxi, 1 xícara (chá) de água, 1 xícara (chá) de margarina, 1 ½ xícara (chá) de açúcar, 2 ovos, 2 xícaras (chá) de farinha de trigo, 1 colher (sopa) de fermento em pó. **Modo de Preparo:** em uma panela, levar ao fogo a casca de abacaxi com a água. Cozinhar em fogo baixo por 20 minutos, com a panela tampada. Bater no liquidificador e passar na peneira. Reservar o líquido (cerca de 1 ½ xícara). Untar e enfarinhar a forma. Pré-aquecer o forno em temperatura média (180 °C). Em uma tigela, misturar a margarina com o açúcar. Juntar os ovos e bater até formar um creme. Acrescentar o caldo reservado, a farinha e o fermento. Colocar na forma e levar ao forno por 30 minutos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para a análise sensorial de cada preparação utilizou-se uma amostra composta por 36 comensais, o correspondente a 20% do total de alunos que consomem no RU.

Nesse estudo, a realização das receitas utilizando-se a casca do abacaxi – farofa e bolo – possibilitou a formulação de conceitos que revelam a importância da utilização de tais partes, de modo a acrescentar componentes nutricionais à dieta e reduzir o desperdício. A Tabela 1 apresentada a seguir, mostra a avaliação da preparação referente a farofa da casca de abacaxi, do total de provadores:

Tabela 1 – Percentual dos comensais que analisaram a farofa da casca de abacaxi no RU (n=36)

Farofa da casca de abacaxi

Adorou	19,44%
Gostou	63,89%
Achou Regular	5,56%
Não Gostou	11,11%

Tal resultado demonstra uma boa aceitação por parte dos provadores, possibilitando assim sua inclusão no cardápio da Unidade. Para

Martin et al. (2012) a utilização da casca do abacaxi

apresenta-se como boa fonte de fibras, na qual, a realização de receitas com resíduos do abacaxi, sobretudo de suas cascas, contribuem para o enriquecimento nutricional da dieta, além de minimizar os danos causados pelo desperdício, destacando como exemplo o bolo da casca do abacaxi como uma preparação com teores de fibras maiores que o bolo convencional.

A Tabela 2 apresenta os resultados obtidos na avaliação do bolo da casca de abacaxi:

Tabela 2 – Percentual dos comensais que analisaram o bolo da casca de abacaxi no RU (n=36)

Bolo da Casca de Abacaxi

Adorou	19,44%
Gostou	58,33%
Achou Regular	16,67%
Não Gostou	5,56%

A partir dos resultados obtidos pode perceber uma boa aceitação pelos comensais. Deste modo, as receitas com as cascas do abacaxi obtiveram uma aceitação bastante relevante, minimizando assim o desperdício de alimentos e melhorando o perfil nutricional das receitas ofertadas na Unidade.

Na Tabela 3 é apresentado os resultados da análise sensorial do doce da entrecasca de melancia:

Tabela 3 – Percentual dos comensais que analisaram o doce da entrecasca de melancia no RU (n=36)

Doce da Entrecasca de Melancia

Adorou	8,33%
Gostou	69,44%
Achou Regular	19,44%
Não Gostou	2,78%

A elaboração do doce da entrecasca da melancia apresentou-se de suma importância para o aproveitamento integral desta fruta frequentemente utilizada na Unidade, pelo seu alto valor nutricional, inclusive em suas partes que são comumente descartadas, na qual, segundo Lima (2013), a entrecasca da melancia apresenta-se como excelente fonte de fibra alimentar insolúvel, podendo o seu aproveitamento contribuir para o aumento dos teores de fibras insolúvel na dieta.

CONCLUSÃO

A realização do presente estudo possibilitou a construção de ideias que visam a redução do desperdício a partir do aproveitamento integral dos alimentos, podendo ser uma opção viável para a inclusão em Unidades de Alimentação, tendo em vista, serem receitas de caráter inovador, de sabor agradável, de boa aceitabilidade, nutritivas e diversificadas quanto ao cardápio alimentar. Tornando-se assim, imprescindível o olhar voltado para tais questões, principalmente em UANs.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Banco de Alimentos e Colheita Urbana: Receitas de Aproveitamento Integral dos Alimentos. **Mesa Brasil SESC – Departamento Nacional**, 2003.

LIMA, J. P. Produção de Farinha da entrecasca de melancia destinada a formulações de biscoitos. Dissertação (mestrado em Tecnologia de Alimentos) – Universidade da Paraíba, João Pessoa, 2013.

MARTIN, J. G. P., et al. Avaliação sensorial de bolo com resíduo de casca de abacaxi para suplementação do teor de fibras. *Revista Brasileira de Produtos Agroindustriais*. v. 14, n. 3, 2012.

MONTEIRO, M. A. M. Importância da ergonomia na saúde dos funcionários de unidades de alimentação e nutrição. *Revista Baiana de Saúde Pública*, v. 33, n. 3, 2012.

PIOVENSANA, A.; BUENO, M. M. Elaboração e aceitabilidade de biscoitos enriquecidos com aveia e farinha de bagaço de uva. *Brazilian Journal of Food Technology*. v. 16, n.1, 2013.

RICARTE, M. P. R.; FÉ, M. A. B. M.; SANTOS, I.



H. V. S.; LOPES, A. K. M. Avaliação do Desperdício de Alimentos em uma Unidade de Alimentação e Nutrição Institucional em Fortaleza – CE. Faculdade São Lucas e São Mateus – Porto Velho – RO. **Saber Científico**, v.1, n. 1, 2008.