



Pesquisadores da USP criam iogurte enriquecido com fibras de maracujá

No Centro de Energia Nuclear na Agricultura (Cena) da USP, em Piracicaba, pesquisa desenvolveu um iogurte enriquecido com fibras incorporadas pela adição de farinha de maracujá elaborada a partir das cascas e sementes da fruta. O estudo procurou gerar uma alternativa para agregar valor aos subprodutos resultantes do processamento industrial da fruta, evitando o desperdício e aumentando o valor nutricional do iogurte.

O produto foi desenvolvido por Nataly Maria Viva de Toledo, bacharel em Ciências dos Alimentos e mestranda em Ciências. O trabalho teve orientação da professora Solange Guidolin Canniatti Brazaca, do Departamento de Agroindústria, Alimentos e Nutrição (LAN), da Escola Superior de Agricultura Luiz de Queiroz (Esalq) da USP, em Piracicaba. O estudo relata que as cascas e as sementes do maracujá são os principais resíduos agroindustriais provenientes do processo de esmagamento da fruta para obtenção do suco. A casca é rica em fibras, vitaminas e minerais. Já as sementes apresentam grande quantidade de óleo com alto teor de ácidos graxos insaturados.



As análises laboratoriais foram realizadas nos Laboratórios de Nutrição Humana e de Higiene e Laticínios do LAN. “A casca do maracujá corresponde a mais da metade da composição mássica da fruta e não pode mais ser considerada como resíduo industrial uma vez que estudos relatam características funcionais e tecnológicas interessantes para o desenvolvimento de novos produtos”, afirma Nataly. A pesquisa teve financiamento da Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de São Paulo (Fapesp).

Escolhidos aleatoriamente, 60 provadores não treinados de ambos os sexos foram submetidos ao teste que utilizou uma escala hedônica de nove pontos que varia de 1 (desgostei muitíssimo) a 9 (gostei muitíssimo). Entre as amostras de iogurte com adição de farinha de maracujá, pode-se afirmar que a amostra com 2% de farinha foi a que obteve grande aceitação com nota igual a 7,5. De acordo com os provadores, o iogurte com adição de 2% de farinha possui um teor de fibras agradáveis e bom dulçor e é menos doce que a amostra de iogurte sem adição de farinha.

Alimento mais saudável

Muitos provadores comentaram que apesar de preferirem o sabor da amostra sem farinha, comprariam o produto com adição de 2% de farinha por associarem a presença de fibras a um alimento mais saudável. Do total de provadores, cerca de 60% afirmou que compraria o produto se este estivesse disponível no mercado.

De acordo com a cientista dos alimentos, o iogurte elaborado nesse estudo apresentou características nutricionais superiores ao iogurte comercializado, destacando-se pelo seu elevado teor de fibra alimentar. “As fibras presentes nos subprodutos do maracujá possuem muitos benefícios à saúde e devem ser consumidas diariamente”, ressalta. “Autores relatam seu efeito sob a redução do colesterol no sangue, controle de glicemia e do peso e prevenção de problemas gastrointestinais”.

A pesquisa também destaca que o iogurte é um produto amplamente recomendado devido suas características sensoriais, probióticas e nutricionais uma vez que além de ser elaborado com leite contendo alto teor de sólidos, cultura láctica e açúcar, pode ainda ser enriquecido com leite em pó, proteínas, vitaminas e minerais. “Os produtos lácteos são importantes fontes de cálcio, proteínas e outros nutrientes em uma dieta balanceada. Atualmente, as indústrias e pesquisadores têm apresentado crescente interesse no desenvolvimento de produtos lácteos com teores reduzidos de gordura, com pouco ou sem açúcar, ou enriquecidos com fibras”, afirma Nataly.

A pesquisa foi desenvolvida pelo programa de pós-graduação (PPG) em Química na Agricultura e no Ambiente do Cena e teve a colaboração do professor Ernani Porto, da Esalq.