

SORVETE DE CAJÁ-MANGA: OFICINA COMO ESTRATÉGIA PARA CONSUMO DE FRUTOS DO CERRADO

Priscila Alves Carvalho, Tatiana Coura Oliveira, Samara Maria Gonçalves dos Santos

ODS 3

Projeto de extensão

Introdução

O Cerrado representa cerca de 24% da extensão brasileira, abriga uma fauna e flora de extrema riqueza e se configura como o segundo maior bioma do país. Entre seus recursos, destacam-se os frutos nativos, que possuem elevada qualidade nutricional e atributos sensoriais únicos, sendo o Cajá Manga, uma opção de aroma intenso e sabor agridoce, apreciado tanto na forma *in natura*, quanto como sucos, doces e geleias. Se por um lado uma variedade de estudos evidencia o potencial nutricional dos frutos do Cerrado, por outro, seu consumo precisa ser melhorado. Nesse contexto, as oficinas culinárias podem ser consideradas importantes estratégias para promover a utilização destes alimentos no dia a dia dos indivíduos, promovendo práticas alimentares saudáveis.

Objetivos

Realizar uma oficina culinária como estratégia para ampliar as possibilidades de consumo do Cajá-Manga.

Material e Métodos

A ação extensionista foi desenvolvida no Laboratório de Técnicas Dietéticas da Universidade Federal de Viçosa, Campus Rio Paranaíba (UFV-CRP) em um encontro único realizado em maio de 2025. A atividade teve como público-alvo universitários de diferentes cursos de graduação. O formulário de inscrição, disponibilizado por meio do Google Forms®, buscou levantar o conhecimento prévio sobre o Cajá-Manga, tipo e alcance do meio de divulgação e curso de procedência do inscrito. A atividade teve como foco a elaboração de um sorvete, utilizando ingredientes como: polpa do fruto, leite condensado, creme de leite fresco e inhame. O processo foi dividido em etapas: cozimento do inhame, preparo da base do sorvete no liquidificador, incorporação da polpa e do creme de leite e, por fim, congelamento da mistura. Durante a atividade, foram destacadas as propriedades nutricionais do Cajá-Manga, além de seu potencial versátil na culinária. Posteriormente, os inscritos receberam outro formulário onde, anonimamente, puderam realizar a avaliação da ação.

Apoio Financeiro

Edital N.º 01/2025/DXC
(Seleção de Eventos de Extensão e Cultura para Apoio de Custeio)

Ações Desenvolvidas

Participaram da oficina 16 alunos, dos quais, 10 (62,5%) realizaram a avaliação da mesma. Destes, 60% já haviam consumido algum fruto do Cerrado antes da oficina e 50% relataram já conhecer o Cajá-Manga. A ação foi considerada positiva, uma vez que 60% dos participantes consideraram a receita “excelente”, 30% em “muito boa” e 10% em “boa”. Em relação aos aspectos sensoriais, a saber: aparência, aroma, sabor, textura e impressão geral, 10% dos participantes optaram por “gostei muitíssimo”, 40% “gostei muito” e 20% “gostei moderadamente”; 10% “nem gostei/nem desgostei”; enquanto 20% optaram por “desgostei moderadamente”. Ao serem questionados sobre a possibilidade de reproduzir a receita em casa, caso encontrassem Cajá-Manga disponível em seus locais habituais de aquisição de gêneros alimentícios, 50% dos participantes indicaram que “provavelmente fariam” esta receita, 30% estavam em dúvida se fariam ou não e, 20% “certamente fariam”.

Conclusões

A realização da oficina demonstrou ser uma estratégia eficaz para aumentar o conhecimento e incentivar o consumo de frutos do Cerrado. Os resultados indicam um potencial de adesão às preparações com o fruto, além de reforçar o papel de ações educativas na valorização da biodiversidade e na ampliação do repertório alimentar.

Bibliografia

REIS, A. F.; SCHMIELE, M.. Características e potencialidades dos frutos do Cerrado na indústria de alimentos. **Brazilian Journal of Food Technology**, v. 22, p. e2017150, 2019.

BARBOSA, I. P.; COSTA, L. B.; SANCHES, F. L. F. Z.. Conhecimento e perfil de consumo de frutos nativos do Cerrado e do Pantanal de Mato Grosso do Sul. **Interações (Campo Grande)**, v. 25, n. 2, p. e2523824, abr. 2024.

CAPOBIANGO, Michely; RIBEIRO, Rita Cássia; SILVA, Amanda Resende; ASSUNÇÃO, Inara Barcelos; PORTO, Priscila Bretas Vieira. Oficinas culinárias como estratégia para a promoção de práticas alimentares saudáveis. **Percursos Acadêmicos**, Belo Horizonte, v. 4, n. 8, p. 253-266, jul./dez. 2014.