

ELABORAÇÃO DE RECEITAS GASTRONÔMICAS DE PÃES PARA CELÍACOS

PRISKI, Luis Felipe ¹
PRITSCH, Nilce ²
PRITSCH, Nelia ³
CHAVES, Marcia Alves ⁴
COSTA, Ivolnei da ⁵

O número de alérgicos e intolerantes alimentares têm aumentado nos últimos anos, condicionando a mudanças no padrão alimentar de uma parcela da população. Entre os principais alimentos envolvidos estão o glúten presente em grãos como trigo, centeio e cevada e derivados lácteos que desencadeiam intolerância a lactose e alergia a proteína do leite. Os pães sem glúten são muito procurados, contudo, sua elaboração não é simples, uma vez que são necessários testes com várias modificações para alcançar um resultado semelhante ao observado em panificados tradicionais. Assim, objetivou-se desenvolver pães sem glúten, a fim de proporcionar segurança alimentar e nutricional bem como satisfação do público alvo com restrições alimentares. Com base em estudos de artigos e pesquisas científicas foram realizadas duas receitas com substituintes diferentes, porém, muito semelhantes em suas preparações. O pão de milho (Formulação A) foi composto de fubá (42,41%), polvilho doce (15,97%), água (31,41%), óleo de soja (7,46%), fermento biológico (1,96%) e sal (0,78%). O pão de aveia (Formulação B) foi elaborado com os respectivos ingredientes: farinha de aveia (42,67%), polvilho doce (16,47%), água (32,41%), açúcar mascavo (3,78%), fermento biológico (2,02%), azeite de oliva (1,82%), sal (0,81%). Após preparadas, as massas permaneceram em repouso por 10 e 20 minutos, simultaneamente, sendo posteriormente assadas em formas de 10 x 30 cm por 30 minutos a 180°C. Para as formulações A e B, observaram-se resultados, satisfatórios de textura e sabor, com aspecto semelhante de bolos. Como a massa sem glúten não é sovada, a estrutura da mesma antes e após o cozimento são distintas, porém, notou-se maior maciez no pão de aveia, justamente por ele conter mais fibras, que na presença de água entumescem, melhorando este atributo. Conclui-se que apesar os resultados preliminares há a necessidade de novos estudos para alcançar um ótimo padrão de satisfação dos consumidores.

Palavras-chave: Panificados; Gluten; Aveia.

¹ Acadêmico do curso de Gastronomia – Centro Universitário UDC.

² Acadêmico do curso de Gastronomia – Centro Universitário UDC.

³ Acadêmico do curso de Gastronomia – Centro Universitário UDC.

⁴ Professor do curso de Gastronomia – Centro Universitário UDC.

⁵ Professor e Coordenador do curso de Gastronomia – Centro Universitário UDC.