

## PRODUÇÃO DE IOGURTE NATURAL COM KEFIR E POLPA DE GOIABA

### INTRODUÇÃO

O projeto tem por finalidade a produção de iogurte natural, a partir da polpa da goiaba, utilizando micro-organismos probióticos (fungos e bactérias) presentes no Kefir, que auxiliam na reconstrução da flora intestinal. Tais micro-organismos consomem a lactose presente no leite, por meio da qual adquirem a energia necessária ao seu metabolismo e reprodução (SANTOS, et al., 2012). Nesse sentido, tanto pessoas intolerantes à lactose (média ou baixa) quanto aquelas que não possuem intolerância, podem se beneficiar do iogurte natural, que inclusive, apresenta baixo custo e facilidade de ser produzido.

### OBJETIVOS

#### OBJETIVO GERAL

- Elaborar iogurte natural de baixo custo com Kefir, leite fermentado e polpa de goiaba, que atenda as pessoas em geral, inclusive aquelas que possuam intolerância à lactose (nível médio ou baixo);

#### OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Diagnosticar a incidência da intolerância à lactose e o conhecimento sobre o Kefir do público investigado.
- Conhecer o nível de aceitação das pessoas em relação ao iogurte;

### METODOLOGIA

Trata-se de uma pesquisa quantitativa de natureza experimental.

#### Passos da Pesquisa:

- Definição do tema;
- Estudo sobre o material de pesquisa;
- Realização do processo de reprodução e fermentação do Kefir;
- Elaboração de três experimentos para produção do iogurte;
- Aplicação de testes de satisfação;
- Análise e tabulação dos dados.

EXPERIMENTO 01	EXPERIMENTO 02	EXPERIMENTO 03
20% Fruta	60% Fruta	70% Fruta
10% Açúcar	5% Açúcar	10% Açúcar
70% Iogurte	35% Iogurte	20% Iogurte

### RESULTADOS E DISCUSSÃO

A produção do iogurte natural com Kefir foi orientada após aplicação de questionário online aplicado ao público, em que constatou-se que apenas 6% dos participantes tem intolerância à lactose e 94% dizem não apresentar intolerância. Verificou-se também que 30% das pessoas que responderam o questionário sabem da utilização do Kefir para preparação de alimentos derivados do leite, porém 70% não tinham conhecimento do uso dessas bactérias e fungos. Com relação aos experimentos desenvolvidos, observou-se uma maior aceitação do público ao experimento 2, levando em consideração os itens: sabor e textura, conforme mostra o quadro abaixo:

TESTE 01 – IOGURTE DE GOIABA									
INDICADORES	NÍVEIS DE SATISFAÇÃO								
	1	2	3	4	5	6	7	8	9
SABOR	8%	4%	0%	16%	20%	12%	4%	24%	12%
COR	0%	4%	8%	4%	16%	20%	20%	20%	8%
TEXTURA	4%	8%	8%	16%	0%	20%	8%	16%	20%
TESTE 02 – IOGURTE DE GOIABA									
INDICADORES	NÍVEIS DE SATISFAÇÃO								
	1	2	3	4	5	6	7	8	9
SABOR	8%	4%	0%	16%	20%	12%	4%	20%	16%
COR	0%	4%	8%	4%	12%	24%	16%	24%	8%
TEXTURA	4%	8%	8%	16%	0%	16%	16%	12%	20%
TESTE 03 – IOGURTE DE GOIABA									
INDICADORES	NÍVEIS DE SATISFAÇÃO								
	1	2	3	4	5	6	7	8	9
SABOR	4%	24%	20%	4%	32%	4%	4%	4%	4%
COR	0%	12%	0%	12%	8%	28%	8%	20%	12%
TEXTURA	4%	8%	4%	4%	24%	4%	20%	20%	12%

Níveis de satisfação dos sujeitos pesquisados com relação a degustação dos três testes de iogurte com Kefir e polpa de goiaba produzidos.

### CONCLUSÕES

Levando em consideração a pesquisa desenvolvida, nota-se que a produção do iogurte natural a partir do Kefir é uma proposta viável, de baixo custo que poderia ser utilizada pelo público em geral, especialmente aos intolerantes à lactose (níveis médio e baixo). Além disso, a pesquisa constata a falta de conhecimento do público alvo em relação a utilização do Kefir na alimentação, fato que reforça a necessidade de processos educativos que evidenciem o potencial nutricional deste alimento.

### REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

SANTOS, F.; SILVA, E.; BARBOSA, A.; SILVA, J. Kefir: uma nova fonte alimentar funcional? **Diálogos e Ciências**. Online. Disponível: <http://www.diálogos.ftc.br/> Acesso em 12 de setembro de 2019.

FIGUEIREDO, A.; NASCIMENTO, F.; SOUZA, J.; MIRANDA, R. CARVALHO, S.; SILVIA, M. Elaboração de Iogurte de Kefir com cupuaçu e mel. In: Anais da Amostra de Pesquisa em Ciência e Tecnologia, **Anais...**, Fortaleza, 2017.