

PAÇOCA DE CAROÇO DE JACA: DO DESCARTE AO PRATO COMO ALTERNATIVA CULINÁRIA SUSTENTÁVEL

Valença-BA
Unidade Escolar
Anexo - CEEP em Saúde
do Leste Baiano
NTE 06

Estudantes: Gustavo Belém dos santos, Patrícia de Jesus Santos e Tailane Fonseca Nascimento

Professora Orientadora: Jaqueline Pereira Bittencourt
Coorientadora: Francielen Menezes Rocha

INTRODUÇÃO

A valorização de ingredientes regionais e a busca por alternativas alimentares sustentáveis evidenciam a necessidade de reaproveitamento integral dos alimentos. Nesse contexto, o caroço da jaca, frequentemente descartado, apresenta potencial nutricional e culinário ainda pouco explorado. O projeto propõe o desenvolvimento de uma paçoca à base de farinha do caroço de jaca, visando criar um produto inovador, acessível, nutritivo, de fácil preparo e economicamente viável. A iniciativa reforça a importância da sustentabilidade, da redução do desperdício alimentar e do fortalecimento da economia local por meio do aproveitamento de recursos regionais.

OBJETIVO

Desenvolver uma receita de paçoca utilizando a farinha do caroço de jaca como matéria-prima principal, promovendo uma alternativa alimentar sustentável, acessível e nutritiva, que valorize a cultura regional e contribua para a diversificação alimentar.

METODOLOGIA

Pesquisa
bibliográfica



Pesquisa
experimental



Análise
sensorial



Pesquisa
quantitativa



RESULTADOS

Os resultados demonstraram que o caroço de jaca possui alto teor de amido (cerca de 70%) e menor teor de lipídios em comparação ao amendoim, resultando em uma paçoca com menos calorias e gorduras totais. Observou-se aumento da umidade na formulação, o que pode influenciar a conservação. Nos testes sensoriais, realizados com 50 membros da comunidade escolar, houve boa aceitação do produto. Embora o aumento da substituição do amendoim tenha reduzido a cremosidade e a característica oleosa típica da paçoca tradicional, os provadores destacaram o sabor agradável e a leveza da versão com caroço de jaca.

CONCLUSÃO

O caroço de jaca possui potencial tecnológico e nutricional para ser utilizado em doces, especialmente como ingrediente alternativo em receitas tradicionais como a paçoca. Sua aplicação pode contribuir para a redução do desperdício, agregando valor a um insumo pouco aproveitado. No entanto, a formulação ideal ainda requer otimização em relação à textura e conservação. Além disso, a aceitação sensorial favorável indica que o produto pode ser explorado comercialmente, especialmente em nichos de mercado voltados à alimentação sustentável, vegana ou funcional.

REFERÊNCIAS

COSTA, R. M.; FERREIRA, M. A. Alimentos alternativos: o uso do caroço de jaca na culinária sustentável. *Revista de Gastronomia e Sustentabilidade*, p. 45–55, 2021.
FARIA, J. A. F.; SCHWAN, R. F.; DIAS, E. S. Alimentos funcionais e seus efeitos na saúde humana. *Revista Brasileira de Ciências Farmacêuticas*, v. 39, n. 4, p. 371–388, 2003. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbcf>. Acesso em: 12 mar. 2025.
FATSECRET. *FatSecret Platform*, versão 23.0. [S.l.]: FatSecret Platform, Inc., 2025. Disponível em: <https://platform.fatsecret.com/>. Acesso em: 24 maio 2025.
FREITAS, M. do C. S.; MINAYO, M. C. de S.; FONTES, G. A. V. Sobre o campo da Alimentação e Nutrição na perspectiva das teorias compreensivas. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 16, n. 1, p. 31–38, 2011.
OLIVEIRA, A. C.; SANTOS, D. C. Aproveitamento de subprodutos da jaca (*Artocarpus heterophyllus* Lam.) na alimentação humana. Em: **Anais do Congresso Brasileiro de Ciências dos Alimentos**. [s.l.: s.n.]. Disponível em: <http://anais.cbca2019.org.br>. Acesso em: 12 mar. 2025.