

DESENVOLVIMENTO DE UM SALGADINHO DE GRÃO DE BICO

Gislaine Lalesca da Silva dos Santos^a, Nicole Teixeira Sehnem^{a*}

a) Centro Universitário da Serra Gaúcha - FSG

*Autor Correspondente (orientador)
Nicole Teixeira Sehnem, endereço: rua Os Dezoito do Forte, 2366
- Caxias do Sul - RS - CEP: 95020-472

Palavras-chave:
Grão de bico. Disponibilidade de
nutrientes. Leguminosa.

INTRODUÇÃO/FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA: O grão de bico é original do Himalaia e da região do Cáucaso, e usado como alimento, na indústria e como uso terapêutico. O grão é uma leguminosa fonte de proteína, aminoácido, minerais e entre outras disponibilidades de nutriente como zinco, ferro etc. No Brasil o custo é alto no mercado, contudo o consumo é limitado devido a razão precária da produção (PHILIPPI, 2014). As proteínas presentes no grão de bico são: globulinas e albuminas quantidade pequenas de prolaminas e de glutelinas. Contém baixo índice glicêmico o grão de bico cru ou cozidos. Os grãos possuem bioativos dietéticos, esteróis, carotenoides e entre outros polifenóis totais, benefícios nutricionais a população (WALLACE, 2016). O grão possui pouca gordura e a maior parte dela é poli-insaturada. Este grão é uma grande fonte de potássio, o que o torna muito bom aliado para circulação sanguínea. Prevenir patologias como reumáticas ou a artrite, bem como as câimbras, anemia, diarreia, flatulência, além disso por ter um teor de zinco permite ao corpo assimilar e armazena insulina utilizado também para diminuir para baixar ou até mesmo concentrar os níveis de colesterol sérico (FERREIRA, 2006). Encontram-se dois tipos de grãos, Kabuli e Desi. O tipo Kabuli é origem de uma mutação natural e é distinguida pela cor branca ou bege, possui um nível de sacarose mais elevado e pobre em fibras. O tipo Desi é originado ao leste do mediterrâneo ao centro da Ásia. As sementes são coloridas com combinações de verde, preto, marrom e amarelo, os grãos são pequenos e rugosa protegido por espesso tegumento (ARTIAGA, 2012). O objetivo desse trabalho foi desenvolver um produto alimentício processado tendo como base o grão de bico.

METODOLOGIA: Estudo trata-se de uma pesquisa semi-qualitativa com o intuito de desafio

para a disciplina tecnologia dos alimentos do curso de Nutrição do Centro Universitário da Serra Gaúcha (FSG). Foi elaborada uma preparação salgadinho de grão de bico onde foi deixado de molho por 12 horas, após cozinhado por 15 minutos e colocado na geladeira por 24 horas. Após esse período, os grãos foram fritos em óleo de girassol quente e temperados com tempero natural e desidratado designado *chimichurri*, que em sua composição vem: cebola, alho, salsa, cebolinha, orégano, pimentão, tomate, manjerição, mostarda, louro e noz-moscada. Foi realizado teste de aceitação por análise sensorial com 30 indivíduos. Participaram da pesquisa 30 pessoas ambos os sexos. Para fundamentação desta foi realizado uma busca na bibliografia em artigos atualmente indexados e publicados. Foi elaborado a receita no laboratório de técnica e dietética do Centro Universitário da Faculdade da Serra Gaúcha. Durante o Curso de Nutrição (FSG).

RESULTADOS E DISCUSSÕES: O produto desenvolvido apresentou como características após o preparo, sabor característico de grão de bico, crocância, presença agradável de tempero sabor *chimichurri*, ausência de sabor acentuado de sal. Foi concluído que este alimento pode ser armazenado em temperatura ambiente e manter-se válido pelo período de 30 dias. Com relação ao teste de aceitabilidade, participaram da pesquisa 30 indivíduos ambos os sexos. Os resultados demonstraram que este alimento possuiu boa aceitação entre os pesquisados. Encontram-se grãos-de-bico em um pó de proteína que se utilizam para shakes, misturas para bolos, para preparo de pasta árabe homus e brownies também vários produtos e preparações alimentares. Não contém glúten, pois fabricam farinhas de grão de bico sem glúten (RICHMOND TIMES-DISPATCH, 2017).

CONCLUSÃO: Conclui-se que o produto criado foi uma forma de lanche e praticidades e uma opção saudável pois possui baixo teor de sódio, alto aporte proteico, ação termogênica pelas especiarias do tempero. Crocante, salgado devido ao tempero, mas em equilíbrio, simples e pronto para lanches, petiscos.

REFERÊNCIAS

ARTIAGA, O. P. **Avaliação de genótipos de grão de bico no cerrado do planalto central Brasileiro.** Brasília: UnB, 2012. Dissertação (Mestrado em Agronomia). Faculdade de Agronomia e Medicina Veterinária, Universidade Federal de Brasília, 2012.

FERREIRA, A. C. P.; BRAZACA, S. G. C.; ARTHUR, V. Alterações químicas e nutricionais do grão-de-bico (*Cicer arietinum* L.) Cru irradiado e submetido á cocção. **Ciênc. Tecnol. Aliment.** vol.26, n.1, p.80-88, 2006.

PHILLIPI, S, T. **Nutrição** e técnica dietética. – 3. ed. Barueri,SP: Manole, 2014.

RICHMOND TIMES-DISPATCH. **Startup baseado em Richmond recebe investimento de US \$ 8 milhões para comercializar sua proteína em pó feita com grão-de-bico.** Disponível em: <<http://www.richmond.com/>>. Acesso em: 31 julho 2017.

WALLACE, T.; MURRAY, R.; ZELMAN, K. M. O Valor Nutricional e os Benefícios de Saúde do Grão-de-bico e Hummus. **Nutrientes.** vol.8, n.12, p.766, 2016.