

OFICINAS GASTRONÔMICAS E PRODUÇÃO DE CADERNO DE RECEITAS COM ABÓBORAS E INHAMES ORIUNDOS DA AGRICULTURA FAMILIAR

Maria Margarida Santana Morais¹; Vera Lúcia Santana Morais Ferreira²; Priscila Zaczuk Bassinello³ ; Ingrid Tavares de Lima⁴.

^{1,2} Discentes do curso técnico em cozinha, IFAL Marechal Deodoro, margaridamorais626@gmail.com, ferreiravera200@gmail.com

³ Pesquisadora, Embrapa Alimentos e Territórios, e-mail: priscila.bassinello@embrapa.br

⁴ Docente do curso técnico em cozinha, IFAL Marechal Deodoro, ingrid.tavares@ifal.edu.br

INTRODUÇÃO

O inhame e a abóbora são culturas tradicionais na alimentação da região Nordeste do Brasil, com grande potencial para melhorar a renda, a saúde e a nutrição da população (Rocha, Ferreira, 2022). No entanto, observa-se que o consumo desses alimentos entre os agricultores e suas famílias ainda se limita a poucas receitas, como ensopados, caldos e cremes, resultando em um aproveitamento reduzido dos frutos e tubérculos. Com base em diagnósticos e levantamento de demandas de comunidades de agricultores familiares, a equipe técnica do projeto “Apoio e promoção de ações estratégicas para agregar valor e fortalecer o cultivo de variedades crioulas de inhame e abóbora no estado de Alagoas, gerando oportunidades para fortalecer a agricultura familiar e a melhoria de renda e saúde” — financiado pelo Ministério do Desenvolvimento Agrário e conduzido pela Embrapa Alimentos e Territórios em parceria com o IFAL Campus Marechal Deodoro — realizou algumas ações visando explorar novas possibilidades culinárias para o inhame e abóbora e apresenta-las aos seus produtores.

OBJETIVO(S)

Objetivo geral: Sensibilizar e capacitar os agricultores e suas famílias para o consumo criativo e integral da abóbora e inhame.

Objetivos específicos: Elaborar um caderno com receitas variadas que possam expandir o repertório culinário familiar e ser fonte de renda extra para os produtores; Realizar oficinas gastronômicas visando ensinar formas diferentes de preparo e consumo de abóbora e inhame.

METODOLOGIA

As receitas foram desenvolvidas e/ou adaptadas por alunas e professora do curso técnico em cozinha modalidade EJA/EPT do IFAL –MD no laboratório de gastronomia do campus, a fim de integrarem um material didático (Oficinas gastronômicas, 2024) a ser utilizado e entregue durante a realização de oficinas teórico-práticas com os agricultores que cultivam abóbora e/ou inhame. Algumas receitas priorizaram o uso da casca, sementes e talos, visando o aproveitamento das partes dos frutos que apesar de serem úteis e nutritivos, não são amplamente utilizados. O material e as oficinas abordaram também conceitos de boas práticas na manipulação, aproveitamento integral e informações nutricionais dos alimentos foco da pesquisa.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Além da elaboração do caderno de receitas, foram realizadas três oficinas, sendo duas em cooperativas de agricultores, nas cidades de Igaci e Flexeiras, e uma no auditório do IFAL-MD. Nas oficinas, os participantes elaboraram, junto com as facilitadoras, preparações como bolos, pães, biscoitos, empadas, patês, bolinhos, pão de queijo, doces, chips, entre outras delícias. Observou-se uma excelente aceitação das diferentes formas de apresentação dos produtos e uma grande motivação para aumentar o consumo das hortaliças. Além disso, houve uma maior conscientização sobre a importância desses alimentos para a promoção da saúde familiar, geração de renda e incentivo ao consumo integral, por meio da diversidade de preparos.

Figura 1: Registros do caderno de receitas e das oficinas gastronômicas



Fonte: acervo pessoal

CONCLUSÃO

As oficinas e o caderno de receitas criativas facilitaram a troca de conhecimentos e experiências, permitiram a exploração de novas possibilidades de preparo e consumo de alimentos tradicionais e resultaram em motivação para a inovação culinária e fortalecimento da agricultura familiar. Ao sensibilizar e capacitar agricultores e suas famílias, o projeto também promoveu um maior aproveitamento dos alimentos, a valorização das culturas de abóbora e inhame e a melhoria da qualidade de vida nas comunidades atendidas.

REFERÊNCIAS

Rocha, J.S., Ferreira, J.C. Aproveitamento integral dos alimentos e reflexo na saúde da população. Research, Society and Development, v. 11, n. 6, 2022.
Oficinas Gastronômicas - Preparos culinários com abóbora e inhame / Ingrid Tavares de Lima; João Gomes da Costa; Priscila Zaczuk Bassinello et al. (Ed.) Maceió: Embrapa Alimentos e Territórios, 2024.