

DESENVOLVIMENTO E ANÁLISE SENSORIAL DE BISCOITOS TIPO “COOKIES” A BASE DE AVEIA NA COMUNIDADE ACADÊMICA DO CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE – UFRB

Angélica Morgana Araújo Freitas¹; Alessandra Santana Silva¹; Deise Apolônio Lima de Sena¹; Rosângela Mota Santos Barata¹; Isadora Balsini Lúcio²

¹ Estudante de Graduação em Nutrição, Centro de Ciências da Saúde / UFRB.

² Professora do curso de Nutrição, Centro de Ciências da Saúde / UFRB.

Atualmente, há uma demanda crescente por alimentos nutritivos e balanceados que possam prevenir ou controlar problemas de saúde, como obesidade, diabetes, dislipidemias, muitas vezes originados nos erros alimentares. O aumento do teor de fibras vem sendo enfatizado, para melhorar a qualidade nutricional de produtos, optando-se pelo uso de cereais integrais na sua formulação, como aveia, trigo e outros. As fibras são consideradas alimentos funcionais, por apresentarem diferentes efeitos fisiológicos no organismo, como aumento da viscosidade do conteúdo intestinal e redução do colesterol plasmático, além de regularem o funcionamento intestinal. O objetivo do presente trabalho foi a formulação e caracterização nutricional e sensorial de biscoito tipo “cookie” com alto teor de fibras. Na preparação dos biscoitos foram utilizados, como ingredientes, farinha de trigo integral, ovos, creme vegetal, água, sal de cozinha, açúcar demerara, aveia em flocos finos, mel, uvas passas e bicarbonato de sódio. A caracterização nutricional foi realizada por meio da análise da composição centesimal indireta e a análise sensorial foi realizada a partir do método afetivo, pela escala hedônica com pontos de 1 a 9. Os testes sensoriais foram realizados com 30 julgadores do CCS/UFRB, distribuindo-se uma amostra do biscoito, juntamente com a ficha de avaliação. Cada biscoito produzido apresentou aproximadamente 10 gramas; valor energético de 61 quilocalorias; 3,4 gramas de proteína; 1,7 gramas de gorduras totais, das quais 0,2 gramas de gorduras saturadas; 10,3 gramas de carboidratos e 1,8 gramas de fibras. Dos 30 participantes, 29 optaram entre gostei ligeiramente e gostei muitíssimo (pontuação entre 6 e 9). A aceitação global do biscoito foi de 97%, sendo o mesmo aprovado pelos julgadores. Portanto, o biscoito produzido pode ser uma boa opção para melhorar a qualidade nutricional do lanche consumido pela comunidade acadêmica, pois foi bem aceito, é fonte de fibras alimentares e apresenta boa composição de macronutrientes.

Palavras chave: Biscoitos; composição nutricional; análise sensorial.