



BENEFÍCIOS FUNCIONAIS DO CONSUMO DE KEFIR E ELABORAÇÃO DE SORVETE DE MORANGO.

II Congresso Online Nutricionistas de Excelência, 2ª edição, de 12/04/2021 a 16/04/2021
ISBN dos Anais: 978-65-86861-95-2

MELO; Thiersy Millian Lopes De ¹, MARTINS; Lauhana De Sá ², BARROS; Danielle Luz Gonçalves ³, NASCIMENTO; Edilson Francisco Nascimento ⁴

RESUMO

O Kefir que é um leite fermentado produzido através da incubação dos grãos em leite, onde sofrem ação de bactérias e leveduras. As propriedades benéficas do kefir vão muito além da sua microflora, mas também no tratamento e controle de algumas patologias. O Kefir se mostra bastante eficiente como anti-inflamatório em consequência da alteração da microbiota do trato gastrointestinal, aumentando a produção de células de defesa e diminuindo enterobactérias patogênicas produtoras de toxinas.. Além disso, o kefir possui propriedades antitumoral, antioxidante e imunomoduladora. O trabalho tem por objetivo Desenvolver preparação a base de kefir e avaliar o índice de aceitação do preparo. Participaram da análise 20 provadores não treinados. Foram preenchidas fichas de análise sensorial, com estudantes universitários, com idade entre 18 a 30 anos, de ambos os sexos. Observou-se através das notas obtidas no IA índice de Aceitabilidade, que o sorvete de morango a base do leite fermentado de kefir apresentou boa aceitabilidade acima de 80% em todos os atributos. Destacando o atributo sabor com IA de 89,44%, considerado o quesito mais importante para aprovação do produto, agradando o paladar dos sujeitos da pesquisa. Portanto, conclui-se que 85% dos participantes da pesquisa “certamente comprariam o produto” ou “provavelmente comprariam”, demonstrando que a preparação testada poderia ser comercializada. Estudos demonstram que a utilização do kefir proporciona inúmeros benefícios a saúde, além de ser possível a utilização desse alimento funcional como base alimentícia para preparação de receitas.

PALAVRAS-CHAVE: “anti-inflamatório”, “antioxidante”, “funcional”, “Kefir”

¹ Uniceplac , thiersym@gmail.com

² Uniceplac , laumartins94@gmail.com

³ Uniceplac , danielle.barros@uniceplac.edu.br

⁴ Uniceplac , edilson.nascimento@uniceplac.edu.br