

Avaliação nutricional de bolachas produzidas a partir de farinhas de trigo, batata-doce e sementes de abóbora

Manecas, A. D.^{a(*)}; Matola, W. F.^a; Francisco, F. M.^{a,b} & Bartolomeu, K. M.^a

^a*Departamento de Engenharia Química, Faculdade de Engenharia, Universidade Eduardo Mondlane, C. Postal nº 257, Maputo, Moçambique*

^b*Departamento de Engenharia Civil, Faculdade de Engenharia, Universidade Eduardo Mondlane, C. Postal nº 257, Maputo, Moçambique*

(*) manecasantonio@gmail.com

O nível de malnutrição em crianças com idade pré-escolar, nos países menos desenvolvidos, é considerado elevado. De entre outros factores, destaca-se a deficiência nutricional. O presente trabalho teve como objectivo, elaborar bolachas com valor nutricional acrescido, utilizando farinha composta de: trigo, batata-doce de polpa alaranjada e sementes de abóbora. Foram elaboradas três formulações, com as seguintes composições percentuais: 100:0:0, 35:30:35 e 30:20:50, de acordo com a sequência das farinhas acima mencionadas. As propriedades físico-químicas das farinhas e das bolachas foram determinadas qualitativamente, e a aceitabilidade das bolachas foi avaliada com base na análise sensorial.

A bolacha mais aceite pelos avaliadores foi a confeccionada com 100% de farinha de trigo, seguida da bolacha com a formulação de 30:20:50. Porém, a bolacha mais nutritiva foi a que continha na sua formulação 30:20:50, visto que, em 100g desta bolacha foi possível obter 50% da Dose Diária Recomendada do valor de proteínas, 38% de fibras, 60% de gorduras e 57% de carotenóides, para crianças na faixa etária de 4 a 6 anos de idade. Portanto, pode-se concluir que a substituição parcial da farinha de trigo pelas farinhas de batata-doce de polpa alaranjada e de sementes de abóbora para além de melhorar o valor nutricional das bolachas, poderá também ser uma alternativa para o enriquecimento nutricional de outros produtos alimentares, de forma a minimizar o problema de malnutrição, em crianças com idade pré-escolar, em Moçambique.

Palavras-chave: Bolachas, crianças, farinhas compostas, malnutrição.