

## **MASSA DE FARINHA DE BANANA VERDE**

Roberta Vicente Carneiro (UNIRITTER), Karla Suzana Moresco (UNIRITTER); E-mail: roberta\_carneiro@outlook.com

Atualmente a doença celíaca (DC), é considerada problema de saúde pública, acomete mais de 300 mil brasileiros. Uma das grandes dificuldades por parte das pessoas com restrições alimentares está associada à manutenção de uma alimentação variada e equilibrada nutricionalmente. Isso se deve principalmente a falta de produtos no mercado que atendam a essa demanda. Este trabalho tem como objetivo o desenvolvimento de uma massa feita com farinha de banana verde. A formulação foi desenvolvida no laboratório de preparação tecnologia e análise de alimentos do Centro Universitário Ritter dos Reis, bem como também as análises de umidade e cinzas. As demais análises de composição química (fibras, carboidratos, lipídios foram realizadas no Instituto de Ciência e Tecnologia dos alimentos da Universidade Federal do Rio Grande do Sul seus resultados comparados com os encontrados em tabelas brasileira de composição química de alimentos e posteriormente comparados com produtos similares de massas sem glúten encontradas no comércio local. Na amostra comparativa foi utilizado uma quantidade de 70g de cada uma das massas e confirmou-se que a massa de farinha de banana verde é um produto rico em fibras, 258% (3,15g) a mais na comparação dos outros dois produtos, isso corresponde a mais de 10% da quantidade de fibras que devem ser consumidas diariamente, que é de 25 a 30g para indivíduos saudáveis, nutriente este que desempenha fundamental função, por ser responsável em melhorar o funcionamento intestinal, aumentar a saciedade, ajuda no controle da glicemia, entre outros. O teor de Kcal apresentou uma redução de mais de 75% (156,58 Kcal) em relação às outras duas marcas, e carboidratos 102% (28,63g) reduzidos na mesma comparação com os produtos usados no estudo. Constatou-se que este produto além de usar a banana, uma fruta constante na mesa dos brasileiros, a utiliza de forma integral para fazer a farinha, contribuindo desta forma para minimizar o desperdício de alimentos, tendo em vista que esta fruta em estado verde não é consumida e em alguns casos quando não chega a maturação de forma adequada é descartada, tornando-se um problema que afeta a sustentabilidade e não pode ser negligenciado, ainda é capaz de ampliar a oferta de produtos aos portadores de DC e público em geral que busca uma alimentação saudável.

**Palavras-chave:** farinha de banana verde, doença celíaca, sustentabilidade