

ELABORAÇÃO DE UM IOGURTE DE MIRTILO À BASE DE KEFIR COMO PROBIÓTICO NATURAL E REDUZIDO TEOR DE LACTOSE

Orientadora: PALEZI, Simone Canabarro

Pesquisadora: PIETTA, Giordana Maria

Curso: Engenharia de Alimentos

Área do conhecimento: Área das Ciências da Vida

Kefir é um leite fermentado, ligeiramente efervescente e espumoso, de fácil preparo e economicamente acessível; é rico em vitamina B1, B12, cálcio, aminoácidos essenciais, ácido fólico e vitamina K. O iogurte é um produto alimentar de grande consumo, cujas propriedades funcionais com fonte de componentes prebióticos e probióticos são conhecidas. Já mirtilo é um fruto organoléptico com excelentes aspectos nutricionais e funcionais, visto que apresenta níveis elevados de polifenóis. O principal objetivo neste projeto foi elaborar um iogurte de mirtilo à base de kefir e avaliar sua função como probiótico natural, com reduzido teor de lactose. O iogurte de kefir avaliado neste estudo apresentou médios valores de proteínas o que indica ser uma boa fonte de proteína de origem animal. Em relação às análises físico-químicas realizadas com o produto iogurte, este apresentou uma elevada quantidade de umidade, uma alta quantidade de lipídeos, baixa quantidade de cinzas e um alto índice de proteína o que o torna um produto ótimo para o consumo. Neste estudo, não se observou o crescimento de coliformes termotolerantes, leveduras e bactérias ácido-lácticas nas amostras analisadas, tanto do kefir quanto do iogurte. Na análise sensorial, a amostra de iogurte apresentou-se de ótima aceitação entre os provadores. Na realização das análises, percebeu-se a importância de se consumir um produto contendo kefir como probiótico natural, pois é considerado um alimento funcional já que promove benefícios à saúde, promovendo o bem-estar e tornando o organismo humano resistente a diversas doenças em razão de seus componentes nutricionais, além de ser uma grande fonte de proteínas, o que traz inúmeros benefícios à saúde.

Palavras-chave: Kefir. Iogurte. Mirtilo. Proteínas. Probiótico.

simonecpalezi@hotmail.com

giordana_pietta@hotmail.com