

XAROPE DE BETERRABA

**Diego Candido de Moura
Kelma F. Gonçalves
Jocimar Pagung
Ariane Lopes Vicente
Julio Cesar Corrêa**

RESUMO:

O xarope de beterraba é a combinação da beterraba, gengibre, mel e canela, com essa mistura obtêm-se um concentrado rico em nutrientes que pode ajudar a aliviar os incômodos das vias respiratórias. O objetivo desse trabalho foi desenvolver um produto de alta qualidade para atender a população mais carente, por ter baixo custo de produção e com ingredientes naturais com inúmeros benefícios a saúde, além disso um excelente expectorante, anti-inflamatório e rico em vitaminas para fortalecer o sistema imunológico. A análise sensorial realizada por meio de escala hedônica demonstrou que não houve aceitabilidade do produto, obtivemos 65,9% de rejeição, indicando que deve ter uma melhoria no produto.

PALAVRAS-CHAVE: Beterraba. Imunidade. Xarope. Vitaminas.

BEET SYRUP.

ABSTRACT:

Beet syrup is a combination of beetroot, ginger, honey, and cinnamon. This mixture is a nutrient-rich concentrate that can help alleviate respiratory discomfort. The objective of this work was to develop a high-quality product to serve the underprivileged population due to its low production cost and natural ingredients with numerous health benefits. Additionally, it serves as an excellent expectorant, anti-inflammatory, and vitamin-rich solution to strengthen the immune system. The sensory analysis conducted through a hedonic scale demonstrated a lack of acceptability for the product, with a rejection rate of 65.9%, indicating a need for product improvement.

KEYWORDS: Beetroot. Immunity. Syrup. Vitamins.

INTRODUÇÃO

O xarope de beterraba é a combinação do vegetal, gengibre, mel e canela, essa mistura é um concentrado rico em nutrientes que pode ajudar a minimizar os incômodos das vias respiratórias. (VITAT,2021).

O xarope de beterraba pode ser usado como antioxidante e anti-inflamatório, podendo assim diminuir a inflamação nas vias aéreas melhorando a tosse, asma ou bronquite. Reforça o sistema imunológico, pois a receita é rica em vitamina C, evitando gripes e resfriados; ajuda no controle da anemia graças as vitaminas do complexo B; nitratos presente na receita relaxam vasos sanguíneos baixando a pressão arterial. (VITAT,2021).

A beterraba é rica em vitamina A que ajuda a manter uma boa visão. Já os antioxidantes presentes no vegetal aliviam o estresse oxidativo, responsável pelo envelhecimento precoce dos órgãos e da pele. (VITAT,2021).

Ademais, em estudo realizado por cientistas da Universidade de Exeter, na Inglaterra verificou que a ingestão do suco da beterraba como pré-treino aumenta o desempenho dos atletas, por ser rico em nitratos, potássio, cálcio, que ajudam a melhorar a oxigenação dos músculos e a manter a saúde das fibras musculares. (VITAT,2021).

O mel é bom para a saúde em geral, não contém compostos químicos, além de ser saboroso. Apresenta em sua composição vitaminas A, B1, B2, B3, B5, B6, C e Biotina, sais minerais como cálcio, fósforo, ferro, enxofre, potássio, selênio, cloro, manganês, cobre e zinco. (BODYTECH,2016).

O mel oferece como benefícios para a saúde uma melhor resistência do organismo para problemas respiratórios como gripes e resfriados, utilizado para diminuir seus sintomas e desconfortos, pois apresenta propriedades antissépticas, antibacterianas, imunológicas e expectorantes. (BODYTECH,2016).

O mel também apresenta propriedades prebióticas, que ajudam no equilíbrio da flora intestinal. Pode ser usado como cicatrizante e fungicida através de seu uso tópico, diminuindo a dor e o inchaço por ter função anti-inflamatória. (BODYTECH,2016).

A canela tem função de expectorante natural, combate as infecções das vias aéreas, ajuda a soltar o catarro, combate a tosse, além de ter efeito secativo das mucosas nasais. (MINERVAFOODS,2016).

A canela contém cinamaldeído, uma substância que faz bem ao organismo pois acelera o metabolismo, melhorando a concentração e promovendo a queima de gordura corporal, o que faz com que a canela também melhore a disposição física e mental.

(GNDISUL,2023).

O gengibre ajuda na resistência corporal contra o vírus da gripe e de resfriados, pois fortalece o sistema imunológico. O gengibre pode controlar a febre devido o fato de ser termogênico. Tem ação antibiótica, antifúngica e também antiviral. Pode ser usado como descongestionante nasal através da inalação do vapor quando fervido em água. (AMADISPA,2023).

O gengibre diminui as irritações na garganta, pois tem ação anti-inflamatória e analgésica. Facilita também a expectoração e a desobstrução das vias aéreas causada pelo excesso de muco nos pulmões, amenizando assim, a tosse. (AMADISPA,2023).

DESENVOLVIMENTO:

O xarope foi apresentado aos provadores durante a aula prática de Tecnologia de Alimentos, no laboratório de nutrição da FAG no dia 01/11/23. O preparo do xarope foi realizado com 24 horas de antecedência, para extrair todas as propriedades medicinais dos ingredientes.

Para o preparo do xarope foram utilizados:

- 10 unidades de beterraba médias;
- 4 unidades de canela em pau;
- 2 unidades de gengibre médios
- 250 ml de mel.

Modo de preparo:

Lavar e cortar em fatias a beterraba e o gengibre e misturar com o restante dos ingredientes, deixar repousando por 24 horas.

Na sequência foi realizado a análise sensorial com os alunos do Curso de Farmácia.

RESULTADOS E DISCUSSÕES:

A análise sensorial, realizada por meio de ficha de análise sensorial com escala hedônica, com 38 pessoas demonstrou a aceitação ou não dos provadores ao xarope. Os resultados encontrados foram de 34,1% de aceitação e 65,9% de não aceitação, sendo que:

- 2 pessoas gostaram muitíssimo;
- 2 pessoas gostaram muito;

- 9 pessoas gostaram moderadamente;
- 6 pessoas não gostaram nem desgostaram;
- 10 pessoas desgostaram moderadamente;
- 5 pessoas desgostaram muito;
- 4 pessoas desgostaram muitíssimo.

Os pontos positivos apontados pelos provadores foram o sabor doce da beterraba, a textura, a cor e a opção de poder utilizar um produto natural para aliviar problemas como tosse e inflamação da garganta.

Já os principais pontos negativos apontados foram sabor forte do gengibre e da canela.

A avaliação dos resultados encontrados demonstraram que o produto não teve uma boa aceitação pelos provadores.

CONCLUSÃO:

Podemos concluir com a análise sensorial que a rejeição ao xarope foi de 65,9%, com isso podemos ver que o xarope não foi bem aceito pela maioria das pessoas, isso demonstra que o xarope deve ser aprimorado, principalmente em relação as quantidades de gengibre e da canela.

REFERÊNCIAS

Xarope de beterraba: Para que serve, benefícios e como fazer. Disponível em: <https://vitat.com.br/xarope-de-beterraba/> . Acesso em 04/11/2023.

Mel alivia sintomas de problemas respiratórios; confira mais benefícios. Disponível em : <https://blog.bodytech.com.br/mel-alivia-sintomas-de-problemas-respiratorios-confira-mais-beneficios/>. Acesso em 04/11/2023.

Os benefícios da canela. Disponível em : <https://minervafoods.com/receitas/os-beneficios-da-canela/#:~:text=A%20canela%20combate%20infec%C3%A7%C3%B5es%20das,um%20feito%20secante%20nas%20mucosas>. Acesso em 04/11/2023.

Quais os benefícios da canela para a saúde? Disponível em : <https://qndisul.com.br/noticia/beneficios-da-canela/#:~:text=A%20canela%20faz%20bem%20ao,a%20disposi%C3%A7%C3%A3o%20f%C3%ADsica%20e%20mental>. Acesso em 04/11/2023.

Conheça 10 benefícios do gengibre. Disponível em: <https://amadispa.com.br/conheca-10-beneficios-do-gengibre/#:~:text=8%20%E2%80%93%20Alivia%20a%20tosse%20e,de%20promover%20a%20sua%20assepsia>. Acesso em 04/11/2023.