

PRODUÇÃO ARTESANAL DE HAMBÚRGUER DE FRANGO COM ADIÇÃO DE CHICÓRIA

SOUZA, Hendrew Oliveira.
ROCKENBACH, Gabrieli Thais.
SANTOS, Julia Cristina Pinto.
REICHERT, Mabilá Nelcy Dalpra

RESUMO

O presente trabalho teve como objetivo desenvolver e avaliar um hambúrguer artesanal de frango acrescido de chicória, buscando agregar valor nutricional, sensorial e funcional ao produto. A formulação incluiu ingredientes naturais como cebola, alho, temperos e aveia, alinhando-se à proposta de criar um alimento mais saudável e com menor teor de aditivos artificiais. Após sua elaboração, foi realizada uma análise sensorial com 24 participantes, utilizando prova de aceitação para características de sabor, textura, aroma e aparência. Entre os avaliadores, 19 declararam “gostei muito”, enquanto 5 optaram por “não gostei e não desgostei”, indicando percepção neutra. Os resultados demonstram boa aceitação do produto e evidenciam o potencial da chicória como ingrediente funcional em preparações cárneas. Conclui-se que a combinação entre carne de frango e chicória é tecnicamente viável e bem recebida sensorialmente, apresentando-se como alternativa inovadora no segmento de alimentos artesanais e funcionais.

PALAVRAS-CHAVE: hambúrguer artesanal; frango; chicória; análise sensorial; alimento funcional.

1. INTRODUÇÃO

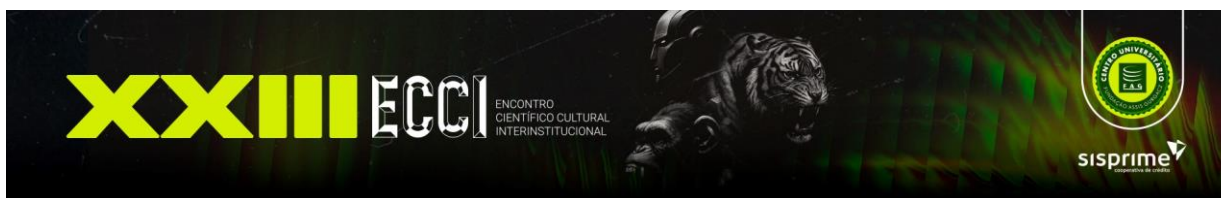
O consumo de hambúrgueres é amplamente difundido pela praticidade e aceitação sensorial, especialmente entre jovens e adultos. Entretanto, os hambúrgueres industrializados geralmente apresentam altos teores de gordura, sódio e aditivos artificiais, fatores que podem comprometer a saúde a longo prazo.

Nesse contexto, a elaboração de um hambúrguer de frango com chicória busca oferecer uma alternativa saudável, funcional e inovadora, unindo proteína magra a um vegetal rico em fibras, vitaminas e compostos bioativos, capazes de auxiliar no equilíbrio intestinal, no controle glicêmico e na melhora da saúde digestiva.

Além disso, a proposta atende às demandas atuais de mercado por produtos mais naturais, que promovam saúde e bem-estar, e contribui para a diversificação do setor alimentício com valorização de ingredientes regionais e funcionais.

2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

O hambúrguer surgiu a partir do “Hamburg steak”, prato de carne moída consumido por imigrantes alemães no século XIX e popularizado nos Estados Unidos. No Brasil, começou a ganhar espaço a partir da década de 1950, com a abertura da rede Bob’s no Rio de Janeiro,



considerada a primeira lanchonete de fast-food do país. Desde então, o hambúrguer passou a integrar a culinária nacional, recebendo adaptações regionais e versões artesanais, que hoje competem com as grandes redes e buscam maior qualidade e valor nutricional.

O frango é uma das principais fontes de proteína magra, amplamente utilizado na indústria alimentícia por sua alta digestibilidade, baixo teor de gordura saturada e custo acessível (SILVA et al., 2019). A carne de frango é rica em aminoácidos essenciais e micronutrientes importantes para a manutenção saúde.

A chicória (*Cichorium intybus* L.) é um vegetal de elevado valor nutricional, rico em fibras, vitaminas do complexo B, vitamina K, compostos fenólicos e inulina, um probiótico que auxilia no equilíbrio da microbiota intestinal (CARVALHO et al., 2020). Além disso, estudos apontam que o consumo de chicória pode contribuir para a melhoria do trânsito intestinal, controle da glicemia e fortalecimento do sistema imunológico.

Os ingredientes complementares, como cebola, alho e cheiro-verde, além de agregarem sabor, apresentam compostos bioativos com propriedades antioxidantes e antimicrobianas (PEREIRA et al., 2018). O uso de temperos naturais como orégano, páprica e lemon pepper possibilita a redução de aditivos artificiais, favorecendo um perfil mais saudável ao produto final.

Pesquisas recentes têm destacado a importância de desenvolver produtos cárneos funcionais, nos quais a adição de fibras e compostos vegetais aumenta o valor agregado, amplia a aceitação por consumidores preocupados com a saúde e promove a inovação no setor alimentício (OLIVEIRA et al., 2021).

Assim, a união entre proteína magra de frango e chicória representa uma proposta viável e relevante para a produção de alimentos funcionais, sustentáveis e diferenciados.

3.METODOLOGIA

O projeto será desenvolvido no período de 16/09/2025 a 14/10/2025, sendo realizado o desenvolvimento do produto no laboratório de nutrição da FAG no dia 28/10/2025.

Formulação do Produto: Frango moído, chicória, cebola, alho, aveia em flocos finos, ovos, sal, lemon pepper, orégano, cheiro-verde, páprica e pimenta-do-reino em pó.

Etapas do preparo:

1. Preparo da chicória

Higienizar e triturar as folhas de chicória. Reservar em refrigeração.

2. Mistura dos ingredientes

Em um recipiente, vamos adicionar o frango moído, a chicória triturada e os demais ingredientes. Misturar até obter uma massa homogênea.

3. Modelagem dos hambúrgueres

Modelar os discos com aproximadamente 60g cada.

Padronizar espessura para garantir uniformidade no cozimento.

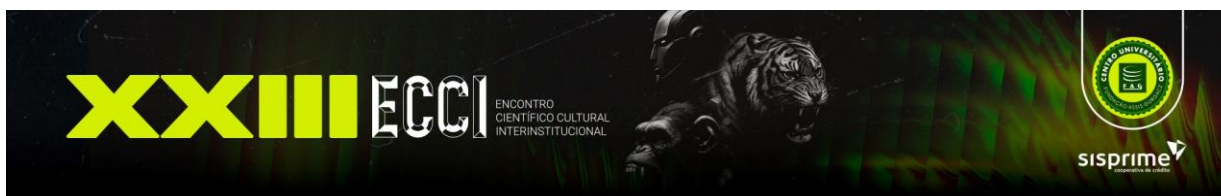
4. Cocção

Levar os hambúrgueres ao forno em temperatura controlada (180–200 °C). Monitorar o tempo e a temperatura para garantir a segurança microbiológica do produto.

5. Avaliação do produto

Será feita análise sensorial (cor, aroma, sabor, textura) pelos alunos do curso de farmácia da FAG.

Avaliar parâmetros físico-químicos (teor de proteínas, fibras e umidade).



4. ANÁLISES E DISCUSSÕES

Durante a avaliação sensorial do produto inovador — hambúrguer de frango com chicória — foi aplicada uma prova de aceitação com os participantes. No total, 24 pessoas responderam ao teste, das quais 19 votos foram para “gostei muito”, indicando um nível elevado de satisfação com o sabor, textura e aparência do produto. Outros 5 votos corresponderam à categoria “não gostei e não desgostei”, sugerindo uma percepção neutra por parte desses avaliadores.

De modo geral, o hambúrguer de frango com chicória apresentou boa aceitação, com a maior parte dos participantes demonstrando preferência positiva. Esses resultados sugerem que o produto tem potencial para ser bem recebido pelos consumidores, especialmente considerando sua proposta inovadora e combinação de ingredientes.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

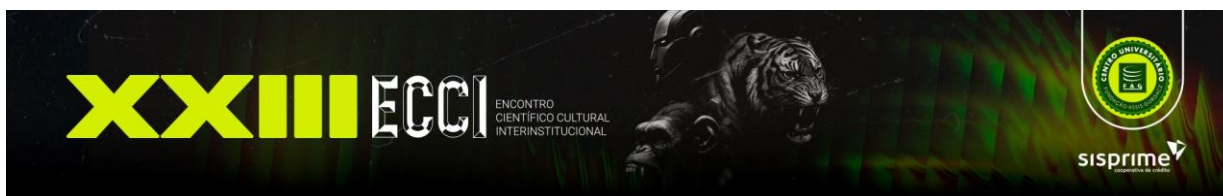
O desenvolvimento do hambúrguer de frango com adição de chicória demonstrou que é possível elaborar um produto artesanal com características sensoriais agradáveis e valor nutricional agregado. A inserção da chicória contribuiu tanto para a melhoria do perfil funcional do alimento — devido à presença de fibras, compostos fenólicos e inulina — quanto para a criação de uma proposta inovadora frente aos produtos cárneos convencionais.

A análise sensorial evidenciou boa aceitação geral pelos participantes, com grande parte deles avaliando positivamente o sabor, a textura e a aparência do produto. O fato de 79% dos avaliadores (19 de 24) terem atribuído a nota “gostei muito” reforça que a combinação dos ingredientes foi adequada e bem equilibrada. Já os votos neutros sugerem que ajustes leves na intensidade dos temperos ou na textura podem ampliar ainda mais o alcance do produto.

Desse modo, os resultados obtidos demonstram que o hambúrguer de frango com chicória possui potencial para inserção no mercado de alimentos artesanais e funcionais, atendendo consumidores interessados em opções mais saudáveis, nutritivas e diferenciadas. Recomenda-se que estudos futuros avaliem a composição físico-química detalhada, vida de prateleira e testes com diferentes perfis de consumidores, a fim de fortalecer a aplicabilidade comercial do produto.

REFERÊNCIAS

- CARVALHO, A. S.; LIMA, M. R.; SANTOS, J. P. Compostos bioativos da chicória (*Cichorium intybus* L.) e sua aplicação na alimentação humana. *Revista de Ciências da Saúde*, v. 15, n. 2, p. 45-52, 2020.
- OLIVEIRA, F. M. et al. Desenvolvimento de produtos cárneos funcionais: uma revisão. *Brazilian Journal of Food Technology*, v. 24, e2021011, 2021.
- PEREIRA, A. L.; SOUZA, R. O.; COSTA, D. M. Propriedades antioxidantes e antimicrobianas de temperos naturais. *Revista de Nutrição e Saúde*, v. 9, n. 1, p. 12-21, 2018.
- SILVA, L. C. et al. Carne de frango: composição nutricional e importância na dieta. *Revista Brasileira de Nutrição Humana*, v. 14, n. 3, p. 123-130, 2019.



Hambúrguer: História curiosa do prato que o mundo aprendeu a amar. Revista Fórum, 19 maio 2025. Disponível em: <https://revistaforum.com.br/historia/2025/5/19/hamburguer-historia-curiosa-do-prato-que-mundo-aprendeu-amar-179561.html>