



Mangaba

Processamento

Polpa

Os frutos maduros de coloração esverdeada são coletados no chão ou na árvore de outubro a dezembro. Para coletá-los na árvore, deve-se sacudi-la levemente. Os frutos semimaduros (de vez) devem ser colocados em caixas de plástico, de papelão ou de madeira destampadas e em local ventilado. No período de sete dias estarão amadurecidos. Não devem ser armazenados em sacos plásticos para evitar que se tornem amargos. Depois de maduros, lavá-los bem, macerá-los e passá-los pela peneira. A polpa pode ser imediatamente usada em sucos, geléias, sorvetes, tortas ou conservada sob refrigeração em sacos plásticos.

Os frutos maduros apresentam casca muito fina e a polpa mole, sendo, portanto altamente perecível. Por isso, é mais seguro e rentável que se faça coleta dos frutos semimaduros (de vez). Mesmo assim, para serem transportados, frutos maduros e semimaduros devem ser acondicionados em caixas plásticas em camadas separadas por papel flexível e com o máximo de três camadas por caixa. A vantagem no uso do papel flexível é permitir o encaixe dos frutos de uma camada nos espaços dos frutos da outra.

Aproveitamento

Compota

Ingredientes

Mangabas maduras
Calda rala de açúcar

Modo de fazer

Lavar os frutos e deixá-los escorrer em peneira
Cortá-los em cruz e colocá-los dentro d'água
Levar ao fogo para aferventar
Depois de esfriar, trocar a água duas vezes ao dia, durante três dias
Retirar os caroços e colocar numa calda rala
Dar o ponto no dia seguinte

Geléia

Ingredientes

Meio quilograma de polpa de frutos maduros sem sementes
100 gramas de açúcar cristalizado
Suco de um limão para cada 500 gramas de polpa

Modo de fazer

Colocar na panela a polpa com igual peso de açúcar
Juntar o suco de limão
Deixar em repouso por duas horas
Levar ao fogo alto por mais ou menos 15 minutos
Retirar sempre a espuma que se forma na superfície
Abaixar o fogo e deixar cozinhar até o ponto de gota, mexendo de vez em quando
Retirar do fogo e, ainda quente, colocar em vidro esterilizado
Deixar esfriar e tampar com papel transparente preso por anel de borracha

Sorvete caseiro

Ingredientes

1 e meia xícara (chá) de polpa sem sementes
Meio litro de leite
3 xícaras (chá) de açúcar

Modo de fazer

Bater tudo no liquidificador
Levar ao congelador por cerca de cinco horas

Sorvete Industrial

Ingredientes

3 e meio quilogramas de polpa congelada
2 quilogramas de açúcar cristal
150 gramas de Emustab
110 gramas de liga neutra
10 litros de leite de vaca
400 gramas de leite em pó
400 gramas de xarope de glucose

Modo de fazer

Bater os ingredientes no liquidificador industrial colocando por último a polpa
Se a glucose for líquida, colocar no liquidificador em movimento; se for em pó, colocar tudo junto com os outros ingredientes
Bater por mais ou menos 7 minutos. Em seguida, levar à sorveteira e bater por mais ou menos 5 minutos
Rendimento: 16 quilogramas de sorvete

Observação: próprio para consumo, sem conservante, até 5 dias depois de feito.

Bombom

Ingredientes

- 1 lata de leite condensado
- 2 colheres (sopa) de leite
- Meia colher (sopa) de manteiga
- 3 colheres (sopa) de chocolate em pó

Modo de fazer

Fazer um brigadeiro levando ao fogo brando todos os ingredientes. Mexer sempre até desgrudar do fundo da panela. Despejar em vasilha untada com manteiga. Passar manteiga por cima para não criar nata. Deixar esfriar.

Montagem do bombom

Formar bolinhas com o doce de mangaba. Cobrir essas bolinhas com o brigadeiro. Passar por chocolate granulado ou derretido.

M
A
N
G
A
B
A



1ª edição

1ª impressão (2004): tiragem 500 exemplares
Impresso no serviço gráfico da Embrapa Cerrados

Arte: Wellington Cavalcanti
Embrapa Cerrados



Ministério da Agricultura,
Pecuária e Abastecimento



Aproveitamento
Alimentar

MANGABA

Hancornia speciosa Gom.



MANGABA

Embrapa
Cerrados

Informações retiradas do livro: *Cerrado: aproveitamento alimentar*.
Planaltina: Embrapa - CPAC, 1998. 188p; autoria: Semíramis Pedrosa de Almeida.