

## Introdução

A polpa da juçara faz bem à saúde. Uma dieta balanceada, baseada em seu consumo, equivale à dieta mediterrânea, considerada a dieta mais saudável do mundo. A polpa da juçara é muito semelhante à polpa do açaí, extraída dos frutos de palmeiras do gênero *Euterpe* no Norte do Brasil, notadamente *E. oleracea* e *E. precatoria*.

A atividade de extrair a polpa de juçara é uma estratégia de segurança alimentar e de qualidade de vida que adapta práticas tradicionais realizadas na Região Norte do Brasil à realidade da Mata Atlântica. O processo de produção é simples e pode diminuir a pressão sobre a exploração de juçara para a retirada de seu estipe ('palmito' ou 'creme'), gerar melhores condições de vida para as comunidades e contribuir para a conservação da Mata Atlântica.

## Autores

Joana Mac Fadden, Carlos Eduardo Seoane, Victor Paolinetti, Artur Dalton Lima, Renan Aurélio Zanatta, Diego Amêndola, Vinicius Sandri Diaz, Luis Fernando Martins, Maurício Sedrez dos Reis, José Maria da Rosa Filho, Luis Claudio Foufre, Rogério Dereti, Rick Miller

### Realização



### Financiamento



### Apoio



Cooperafloresta



## Florestas

Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento  
Estrada da Ribeira, km 111, Colombo, PR, Cx.P. 319, CEP: 83411-000  
Telefone: (41) 3675-5600 - Fax: (41) 3675-5601  
[www.cnpf.embrapa.br](http://www.cnpf.embrapa.br)

Ministério da  
Agricultura, Pecuária  
e Abastecimento



# EXTRAÇÃO CASEIRA DE POLPA DE JUÇARA

## *Euterpe edulis Martius*



**Embrapa**  
Florestas



## A palmeira juçara

A juçara tem ocorrência ao longo de toda a costa brasileira, desde o Estado de Rio Grande do Norte até o Rio Grande do Sul, ocorrendo também no interior dos estados de São Paulo, Paraná e Minas Gerais, Mato Grosso do Sul, Goiás e mesmo em alguns locais do Paraguai e Argentina. Ocorre em altitudes que variam de 0 a mil metros ao nível do mar. A juçara é uma planta que ocupa o interior da floresta, ou seja, terrenos sombreados. Isto porque quando a planta é jovem não tolera luz direta do sol.

Os frutos da juçara são redondos e, quando maduros, têm cor negra. Cada fruto pesa em média um grama, e um cacho de frutos pode pesar cinco quilogramas. A juçara oferta seus frutos por um longo período durante o ano, o que varia conforme a região e a altitude. Os adultos que recebem grande quantidade de luz atingem seu ponto de frutificação entre sete e dez anos de idade e podem dar seis cachos por safra.



Frutos da juçara

## A polpa do fruto das palmeiras *Euterpe*

Os índios brasileiros há muito têm o hábito de se alimentar da polpa dos frutos das palmeiras do gênero *Euterpe*. Este hábito manteve-se entre as populações rurais na Região Norte, e com o tempo foi passado aos moradores das cidades.

A polpa de açaí, que na sua extração adiciona-se água, transforma-se no popular produto 'açaí' e se constitui em uma importante opção alimentar dos habitantes do Norte do Brasil. A partir da década de 90, o açaí tornou-se popular em todo o Brasil, consumido geralmente com xarope de guaraná e banana. Por exemplo, na cidade do Rio de Janeiro, são consumidas 200 toneladas por mês de açaí congelado.

Os estados produtores comerciais de açaí são: Acre, Amazonas, Pará, Amapá, Tocantins e Maranhão. Comercialmente, extrai-se polpa de juçara em Santa Catarina desde 2004 e no Paraná e São Paulo desde 2007. O mercado brasileiro cresce cerca de 30 % ao ano, e o internacional, cerca de 15 % ao ano.

## Extração caseira de polpa de juçara

- 1- Selecionar um cacho com frutos maduros.
- 2- No local previsto onde o cacho cairá, estender lona de 2 por 2 metros, exclusiva para este uso.
- 3- Cortar a base do cacho com a ajuda de um podão ou de uma vara de bambú com uma serra na ponta, fazendo com que o cacho caia na lona.
- 4- Os cachos são transportados na própria lona ou em baldes, exclusivos para este uso.
- 5- Em uma mesa, destacar os frutos do cacho. Selecionar os frutos negros, com aparência de uma pequena jabuticaba. São descartados os frutos verdes, vermelhos, danificados, doentes ou já secos.
- 6- Lavar os frutos selecionados em água de boa qualidade ou corrente, ou em uma bacia, trocando três vezes a água.

7- Em uma bacia, colocar os frutos em molho de água de boa qualidade, morna, em torno de 40 °C, por 30 a 40 minutos; o ponto será quando, ao apertar com a mão, a polpa soltar facilmente da semente. Descartar a água.

8- Usando luvas, envolver os frutos em pano de prato, amassar e, em uma bacia, jogar água potável aos poucos, para que a polpa possa ser totalmente separada da semente. A quantidade de água total adicionada vai determinar o tipo de produto resultante (grosso, médio ou fino).

9- Colocar o produto em embalagem higienizada. Pode ser adicionado suco de limão (20 ml/litro) para melhor conservar, mesmo que o produto seja encaminhado para o congelamento.

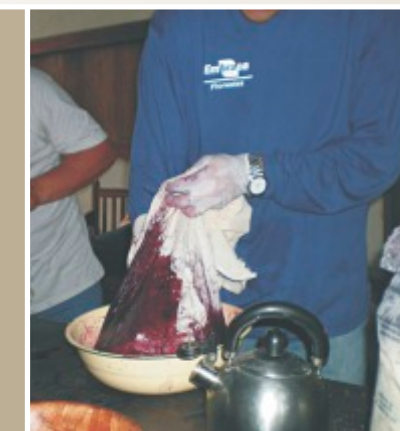
10- Para consumir, adicionar açúcar a gosto.

11- As sementes deste processo são ótimas para plantio, devendo-se mantê-las em local úmido e sombreado.

*Obs: Nunca utilizar liquidificador para despolpar.*



Frutos selecionados em molho de água



Separação da polpa