



Figura 4. Polpa retida na peneira.

Embrapa

Roraima

Empresa Brasileira de Pesquisa Agropecuária

Rodovia BR-174, km 8 - Distrito Industrial
Tels: (95) 4009-7100 - Fax: (95) 4009-7102
Cx. Postal 133 - CEP. 69.301-970
Boa Vista - Roraima- Brasil
<https://www.embrapa.br/roraima>

Autores:

Maria Fernanda B. Durigan – Embrapa Roraima
Edvan Chagas – Embrapa Roraima
George Amaro – Embrapa Roraima
Maria Luiza Grigio – Doutoranda da Rede
Bionorte/UFRR

Fotos: George Amaro



Figura 5. Suco pronto.

**CONSUMO DE
CAÇARI DE RORAIMA**
(Myrciaria dubia (Kunth) McVaugh)

SUCO CASEIRO



Embrapa

MINISTÉRIO DA
AGRICULTURA, PECUÁRIA
E ABASTECIMENTO



Folder nº 12
Dezembro/2016 – 50 exemplares

Embrapa

Roraima

Consumo de caçari de Roraima: Suco caseiro

O caçari de Roraima, também conhecido como camu-camu ou araçá d'água, é um fruto silvestre, encontrado nas margens de rios e lagos da Amazônia (Figura 1), com grande potencial econômico pelas suas características agronômicas, tecnológicas e nutricionais. Entretanto, seu consumo ainda é restrito, devido à alta acidez e adstringência da casca, necessitando de adequadas técnicas para o seu uso caseiro e/ou agroindustrial.



Figura 1. Planta de caçari.

As quantidades de antioxidantes presentes na fruta são consideradas excepcionais. Atualmente é o fruto com a maior quantidade de vitamina C que se tem conhecimento, chegando a atingir 7.355,20mg de ácido ascórbico por 100 gde

polpa. Isso representa, em média, 6 vezes mais que a acerola, 30 vezes mais que o caju, 150 vezes mais que o limão e 100 vezes mais que a laranja, segundo dados oficiais da Tabela Brasileira de Composição de Alimentos (TACO). Além disso, possui quantidades consideráveis de antocianinas e polifenóis.

Os antioxidantes são essenciais à saúde, devido a sua capacidade de neutralizar radicais livres, responsáveis por diversas doenças. Além disso, eliminam potenciais elementos danosos ao DNA e inibem enzimas ativadoras de elementos pré-carcinogênicos e carcinogênicos.

O suco de caçari é muito apreciado, porém possui alguns “truques” no preparo para que não fique demasiadamente amargo ou “travoso”, como é conhecido localmente. A seguir, é apresentada receita de suco de caçari:



Figura 2. Frutos maduros de caçari.

Ingredientes:

- 10 frutos maduros de caçari (+ 300g)
- 3 colheres (sopa) de açúcar (+ 30g)
- 1 litro de água potável

Modo de Preparo:

Colocar a água e os frutos no liquidificador e bater no modo pulsar por, em média, 5 vezes. O “truque” aqui é que a polpa extravase e a casca seja triturada grosseiramente.

A casca é a responsável pelo sabor adstringente, portanto ela deve ser pouco triturada, apenas para liberar um pouco da cor e sabor, e não ingerida. Por esse motivo, o suco deve ser coado, retirando-se a casca e a semente da bebida.

Adoce a gosto. Nossa sugestão é adoçar com 3 colheres de açúcar, servir bem gelado e consumir logo após o preparo.



Figura 3. Suco com polpa.