



Promoção

Embrapa

Cerrados



Coordenação técnica

José Orlando de Melo Madalena – Embrapa Cerrados

Coordenação do evento

José Orlando de Melo Madalena – Embrapa Cerrados
Luciana Azevedo – Universidade Federal de Lavras

Informações

Embrapa Cerrados
BR 020, Km 18 - Rodovia Brasília/Fortaleza
73310-970 – Planaltina, DF
Fone: (61) 3388-9945
tucano@cpac.embrapa.br
www.cpac.embrapa.br

Arte: Wellington Cavalcanti
Fotos: Leo de Miranda e Gustavo Porpino
Março/2009
Tiragem: 50 exemplares

Ministério da
Agricultura, Pecuária
e Abastecimento



CURSO

Receitas com araticum

Sabor e aroma em equilíbrio perfeito

25 e 26 de março de 2009

Universidade Federal de Lavras, MG

Embrapa

Introdução

Em praticamente todas as regiões abrangidas pelo Bioma Cerrado, verifica-se a falta de cuidados na observância da legislação ambiental vigente, o que aumenta ainda mais os riscos de degradação da biodiversidade.

Pesquisa desenvolvida, entre 2001 e 2007, pela Embrapa Cerrados indica que aproximadamente 40 % da área original do Cerrado já está totalmente antropizada, ou seja, sem condições de uma regeneração natural. Desse total, não se consideram as áreas de uso extrativista ou aquelas ainda hoje usadas pela pecuária extensiva.

No entanto, ressalte-se que os 20% de reserva legal exigidos no bioma também podem se constituir como fonte de renda, pelo aproveitamento das espécies já presentes ou pelo enriquecimento da área preservada.

Exemplo disso é o uso das frutas do Cerrado, que guardam sabores inigualáveis. Parte delas, além de ser um produto diferenciado, também possui alto valor nutricional, expresso, em alguns casos, em funcionalidade orgânica.

A Embrapa Cerrados oferece cursos sobre aproveitamento alimentar com espécies do bioma. O uso de frutas do Cerrado em novas receitas, como as que são apresentadas a seguir, pode ser mais um item de peso para fortalecer a indústria turística da região.

O desenvolvimento de receitas com nativas do Cerrado traz também outro forte objetivo: levar para as populações rurais e urbanas opções alimentares saudáveis, de grande importância até mesmo na segurança alimentar, nos casos em que não se tem dinheiro suficiente para a aquisição de alimentos convencionais.

As receitas privilegiam a facilidade de acesso aos ingredientes, os quais, em sua maioria, são encontrados no fundo do quintal, sem a necessidade de produtos industrializados. Além disso, o cuidado na apresentação e no preparo dos pratos, ensinado nos cursos, estimula ainda a auto-estima das comunidades.

Além das receitas, a Embrapa Cerrados vem desenvolvendo licores e doces que agregam valor ao patrimônio do bioma, pois utilizam produtos e subprodutos de forma a gerar a menor quantidade possível de resíduos.

A Embrapa Cerrados desenvolve ainda projetos a fim de propiciar orientação técnica para a formação de cadeias produtivas de nativas do Cerrado, reprodução de boas práticas e obtenção de produtos seguros. Criam-se, assim, fornecedores estáveis para o atendimento de um mercado cada vez mais exigente.

Dia Nacional do Cerrado
11 de setembro

Receitas com araticum



Bolo de araticum

Rendimento: 16 porções

Ingredientes

- 1 xícara de chá de massa de araticum sem o suco
- 2 xícaras de chá de farinha de trigo
- 3 ovos grandes com claras separadas
- 1 colher de sopa bem cheia de fermento químico
- 1 xícara de chá de açúcar
- 1 pitada de sal iodado
- 1 xícara de chá de leite
- 1 xícara de chá de nata ou 2 colheres de sopa bem cheias de margarina
- 1 colher de sopa de óleo ou manteiga de nata

Modo de fazer

- Bata a nata com o açúcar e a polpa de araticum até dissolver os ingredientes em uma massa homogênea. Acrescente as gemas e o leite.
- Logo após, adicione a farinha de trigo lentamente até incorporar o volume todo e junte o fermento.
- Bata as claras em neve em separado até atingir a consistência firme. Incorpore-as à massa inicial já com o fermento. Cuidado para não quebrar a estrutura.
- Despeje a massa na forma untada e leve ao fogo pré-aquecido. Coloque o termostato em 180 °C – 210 °C por 45 a 50 minutos.



Pudim de araticum com queijo minas

Rendimento: 16 porções

Ingredientes

- 1 xícara de chá de suco de araticum
- 3 ovos grandes
- 1 lata ou uma caixinha de leite condensado
- 1 xícara de chá de queijo minas ralado (meia cura)
- 1 xícara de chá de leite
- 2 colheres de sopa de açúcar para caramelizar o fundo da fôrma

Modo de fazer

- Bata no liquidificador ou manualmente todos os ingredientes, com a exceção do queijo. Despeje na fôrma caramelizada e distribua o queijo ralado por toda a sua superfície.
- Leve ao forno a fôrma em banho-maria, aquecendo a água antes de colocar no forno pré-aquecido.
- Coloque o termostato em 180 °C – 210 °C por 45 a 50 minutos.
- Retire e deixe esfriar para desenformar.

Se não podemos fazer tudo, façamos o melhor que está ao nosso alcance para a preservação do Bioma Cerrado.