

Nome: Carlos Eduardo Martins Fuzi nº:4 série:3ºB
Colégio Estadual Padre Antônio Vieira

Trabalho de Progamção: Agrinho

Trabalho sobre Reaproveitamento com a Goiabada Cascão

Introdução

A goiabada cascão é um doce tradicionalmente consumido no Brasil, feito a partir da polpa da goiaba e muito apreciado por seu sabor característico e doçura intensa. No entanto, muitas vezes, ao consumir esse doce, as cascas da goiaba são descartadas sem aproveitamento. Este trabalho explora formas criativas e sustentáveis de reaproveitar a casca da goiaba na culinária, valorizando um ingrediente muitas vezes subutilizado e promovendo práticas de aproveitamento integral dos alimentos.

Receita de Reaproveitamento: Geleia de Casca de Goiaba

****Ingredientes:****

- Casca de goiaba (lavada e higienizada)
- Açúcar
- Água
- Suco de limão

****Modo de Preparo:****

1. Lave bem as cascas de goiaba e retire as extremidades.
2. Corte as cascas em pedaços pequenos.
3. Coloque as cascas em uma panela com água suficiente para cobri-las.
4. Cozinhe em fogo médio até que as cascas estejam macias (aproximadamente 20 minutos).
5. Escorra a água e reserve as cascas cozidas.
6. Pese as cascas cozidas e adicione uma quantidade equivalente de açúcar na panela.
7. Adicione também o suco de limão.
8. Cozinhe em fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até que a mistura atinja o ponto de geleia (teste o ponto em um prato frio: se a geleia formar uma película quando inclinada, está pronta).
9. Deixe esfriar e armazene em potes esterilizados.

Metodologia

- ****Objetivo:**** Demonstrar uma maneira eficiente e saborosa de reaproveitar as cascas de goiaba na forma de geleia.
- ****Procedimento:**** Foi utilizada uma abordagem experimental na qual diferentes proporções de ingredientes foram testadas para determinar a melhor combinação para a receita de geleia de casca de goiaba.

Considerações

- A geleia de casca de goiaba é uma opção versátil que pode ser consumida puro, com pães, torradas, queijos ou mesmo em preparações culinárias como recheio de bolos e tortas.

- Além de ser uma forma de aproveitar integralmente o fruto, contribui para a redução do desperdício alimentar.
- O processo de preparo é simples e pode ser adaptado conforme o gosto pessoal, adicionando especiarias como canela ou gengibre para variações de sabor.

Conclusão

O reaproveitamento das cascas de goiaba na forma de geleia não apenas reduz o desperdício, mas também valoriza um ingrediente rico em nutrientes e sabor. Essa prática não só beneficia o meio ambiente ao minimizar o descarte de alimentos, como também enriquece a culinária com novas possibilidades gastronômicas e sabores únicos.

Este trabalho demonstra que pequenas mudanças nas práticas culinárias podem ter um impacto significativo na promoção da sustentabilidade e na valorização de recursos alimentares muitas vezes subestimados.

Referência

<https://www.terra.com.br/vida-e-estilo/degusta/economia-na-cozinha/sem-desperdicio-5-receitas-doces-com-cascas-para-aproveitar-toda-fruta,57ac428b755b0069e4659d10576e7e85uzjoityv.html>

<https://www.terra.com.br/vida-e-estilo/degusta/receitas/doces/goiabada-cascao-aprenda-a-fazer-a-receita-da-roca-em-casa,72fd464a58d6d82eff5e68e71356496kj19bt.html>

<https://rocacapital.com.br/products/compota-de-goiabada-cascao-rancho-paraiso>.