

## ELABORAÇÃO DA SALTEMÃ: SALTENHA COM TUCUMÃ

**LIMA, Mayara Monteiro<sup>1</sup>; OLIVEIRA, Fernanda Martins de<sup>1</sup>; SILVA, Suziane Casemiro da<sup>1</sup>; BARRETO, Thélisson Cássio S.<sup>1</sup>; SOUZA, Leane Mendes de<sup>1</sup>; SOUZA, Diana Marinho de<sup>1</sup>; AMARO, Êmili Lima; SANTOS, Inez Helena da Silva<sup>1</sup>**

<sup>1</sup> Centro Universitário São Lucas

**INTODUÇÃO:** Para um produto alimentício ser considerado novo, inicialmente ele deve se encaixar na legislação sanitária vigente, que considera como alimento todas as substâncias e misturas de substâncias que tem como finalidade proporcionar nutrientes ao ser humano, auxiliando na formação, manutenção e desenvolvimento normal do organismo atendendo aos requisitos presentes na Resolução nº 16/1999. A Amazônia possui uma grande diversidade de frutas com alto valor nutricional, dentre essas está o *Astrocaryum vulgare*, conhecido popularmente como tucumã. O tucumã é amplamente consumido na região Amazônica, apresenta polpa altamente nutritiva, contendo em sua composição elevada concentração de betacaroteno (99 µg/100g), um carotenóide precursor de vitamina A. São relacionados diversos efeitos desta vitamina, redução do risco de contrair doenças crônicas degenerativas, atividade protetora antitumoral e propriedades antioxidante. A deficiência de vitamina A pode ocasionar a hipovitaminose A, que se não tratada pode levar a cegueira. A principal forma de prevenir a deficiência de vitamina A é através de uma alimentação balanceada, consumindo-se diariamente alimentos fontes desse nutriente. **OBJETIVOS:** Elaborar uma saltenha recheada com frango e tucumã – Saltemã, aumentando as opções de alimentos regionais vendidos em feiras livres, voltado para o público jovem, como mais uma opção de alimento fonte em vitamina A. **MATERIAL E MÉTODOS:** A Saltemã foi produzida no Laboratório de Práticas Dietéticas do Centro Universitário São Lucas, localizado no município de Porto Velho-RO. Os principais ingredientes utilizados na preparação da massa foram farinha de trigo, ovo, corante. O recheio foi preparado com peito de frango, creme tucumã, cebola, alho, sal e cebolinha. Os ingredientes utilizados na preparação foram adquiridos de forma aleatória em estabelecimento comercial local. No processo de desenvolvimento da Saltemã foi realizada a pesagem dos ingredientes para conversão de medidas caseiras em unidades de medidas padronizadas, com os valores obtidos na pesagem foi calculada a ficha técnica de preparação. Após o cálculo da ficha foi elaborado o rótulo nutricional do produto. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** Ao analisar o rótulo nutricional de uma porção de 100 g da Saltemã a mesma apresentou-se como fonte de proteínas 7 g e fibras 3,1 g e alto conteúdo de vitamina A 202µg. De acordo com valores preconizados na RDC N° 54/2012 considera-se fonte de proteína os alimentos que apresentem no mínimo 6g gramas de proteína em 100 g de alimento, e fonte de fibras os que contêm o mínimo de 3g por porção de 100g. De acordo com esta mesma legislação, para ser considerado alto conteúdo de vitamina A os alimentos devem conter o mínimo de 30% da ingestão diária recomendada e ao consumir uma porção de Saltemã será ingerido 34% do recomendado. **CONCLUSÃO:** O produto



## II Simpósio Regional de Ciência e Tecnologia e Inovação da Amazônia Occidental

elaborado pode ser consumido tanto por jovens, como por indivíduos que buscam uma alimentação equilibrada, mostrando-se de grande valia para aumentar o aporte de proteínas, fibras alimentares e vitamina A, podendo ser incluído em dietas que visam acrescer o consumo destes nutrientes.

**Palavras chave:** Rótulo Nutricional. Amazônia. Carotenóides. Alimento regional.

E-mail: [mayaramonteiro2992@gmail.com](mailto:mayaramonteiro2992@gmail.com)