



Saberes e sabores do Mato Grosso

Alana Caroline Franciskievicz
Ana Paula Juliana Perin
Aloma Hancke
Darlan De Barba
Fernanda Barizon
Gean Carlos Leandro
Gustavo Yuji Sato
Jéssica Maiara Viceli
Maici Duarte Leite
Natiele Minusculi

Resumo

Embora o Brasil tenha problema com famílias de baixa renda sofrendo com má nutrição, ele é conhecido pelo desperdício de alimentos. Este trabalho apresenta a oficina de culinária intitulada "sabores e sabores do Mato Grosso". Esta oficina ocorreu durante o Projeto Rondon, operação Garantã do Norte, e buscou apresentar receitas que aproveitam ingredientes de baixo custo, geralmente descartados, mas que contêm alto valor nutricional. Além disso, foram apresentadas receitas para pessoas com restrições alimentares, como é o caso de produtos derivados de trigo.

Palavras chave: sustentabilidade, conscientização, reaproveitamento, nutrição

FLAVORS AND KNOWLEDGE OF MATO GROSSO

Abstract

Although Brazil has a problem with low income families suffering with poor nutrition, it is well known by its food waste. This paper reports the cooking workshop named "flavors and knowledge of Mato Grosso". This workshop was done during the Rondon Project, Operation Garantã do Norte, and it aimed to present recipes that use ingredients with low cost, but have high nutritional value. Besides that, during the workshop, recipes for people with restricted diet, such as wheat derived products.

keywords: sustainability, awareness, reuse, nutrition

INTRODUÇÃO

O Projeto Rondon é uma iniciativa do Ministério da Defesa, que consiste em uma ação interministerial do Governo Federal realizada em coordenação com os Governos Estadual e Municipal, sendo conduzido em estreita parceria com o Ministério da Educação, o Ministério do Desenvolvimento Social e Agrário, o Ministério da Saúde, o Ministério do Meio Ambiente, o Ministério da Integração Nacional, o Ministério do Esporte e a Secretaria de Governo da Presidência da República. A contribuição do Projeto Rondon é somar esforços com as lideranças comunitárias e com a população, a fim de contribuir com o desenvolvimento local sustentável e na construção e promoção da cidadania. (Ministério da Defesa, 2017)

O Projeto Rondon envolve atividades voluntárias de universitários e busca aproximar esses estudantes da realidade do País, além de contribuir para o desenvolvimento de comunidades atendidas, neste contexto definiu-se apresentar uma das atividades desenvolvidas com suma relevância em qualidade de vida local, e também, na experimentação dos alunos universitários, envolvidos na ação.

Estudos mostram que 30% da produção mundial de alimentos é desperdiçada em razão da falha no cultivo, na colheita, no transporte, no armazenamento e na comercialização. No Brasil, toneladas de alimentos que poderiam ser aproveitadas por famílias carentes são jogadas fora todos os dias. Isso dá ao Brasil o título de “país do desperdício”. A falta de conhecimento da população sobre as propriedades nutricionais dos alimentos é um dos fatores que levam ao desperdício. Além da conscientização sobre o desperdício dos alimentos, a população também precisa conhecer os alimentos que farão bem ou mal para a saúde.

MATERIAIS E MÉTODOS

A oficina Saberes e Sabores do Mato Grosso foi realizada nas escolas, Escola Municipal Santa Marta, Escola Municipal de 1º Grau Sol Nascente, Escola Municipal de Novo Horizonte, Escola Estadual de 1º Grau Irany Jaime Farina, sendo uma das oficinas que mais mobilizaram pessoas da comunidade, envolvida direta e indiretamente com questões culinárias, uma vez que o entusiasmo era tanto dos que saíam da oficina, que os demais solicitaram uma segunda oficina, a fim de

participarem. Ao total foram mais de 160 participantes, das mais variadas ocupações.

A oficina consistiu em uma breve explanação sobre a importância de uma alimentação saudável e da redução do desperdício de alimentos, a partir de sensibilização e apresentação de alternativas de consumo, de uma mesmo produto de forma diversificada.

Para definir as receitas do cardápio foram observados o estudo do projeto submetido pela IES, consolidado com a visita ocorrida na viagem precursora. A identificação dos alimentos (frutas, verduras, legumes) da época da execução do Projeto Rondon - Serra do Cachimbo, foram determinantes para as receitas.

Assim, as receitas propostas consistiram em ingredientes comuns da região e acessíveis economicamente, além da utilização de partes dos alimentos que costumam ser descartadas, como é o caso das cascas das frutas.

No início de cada oficina, todos os participantes recebiam um bloco com as receitas a serem desenvolvidas, composta dos ingredientes e passo a passo de cada uma das receitas., além de outras dicas para outras receitas.

As principais receitas tiveram como base a banana e a mandioca, alimentos comuns e de acesso facilitado na região, sendo o brigadeiro de casca de banana, bolo de casca de banana e pão de queijo “sem queijo”.

O espaço de prática da oficina sempre foi as cozinhas das escolas, com uso do espaço onde são servidas as refeições para os alunos, uma vez que este espaço era mais acessível visualmente aos participantes e era necessário uma conversa sobre os aspectos já apresentados.

O brigadeiro de casca de banana consistiu basicamente no enriquecimento protéico através da casca de banana, assim como, a receita do brigadeiro tradicional, com o intuito de inserir uma fonte de nutrientes, além de reduzir o desperdício de uma parte do alimento que ainda pode ser aproveitada.

O bolo de casca de banana consistiu em uma receita em que a banana foi integralmente utilizada, sendo a casca adicionada a massa, conferindo cor e sabor a receita. Além disso, a fruta em si foi usada como cobertura ao bolo. A Ilustração 1 apresenta a imagem da receita realizada dentro de uma das Oficinas do Projeto Rondon - Serra do Cachimbo.



Ilustração 1 - Bolo de casca de banana.

Fonte: Próprio autor.

O pão de queijo “sem queijo” foi uma receita de grande aceitação do público, visto que o pão de queijo convencional é uma receita pouco acessível em relação ao custo dos ingredientes. Assim, a base da receita era a mandioca, vegetal que é de baixo custo e facilmente encontrado na região. Além da mandioca, os principais ingredientes foram polvilho doce e azedo, o que barateou os custos da receita, além de apresentar sabor semelhante ao pão de queijo tradicional. A Ilustração 2 apresenta os participantes da oficina e os rondonistas de apoio.



Ilustração 2 -Participantes da oficina realizada na Escola Municipal Santa Marta.

Fonte: Próprio autor.

O protagonismo de dois jovens universitários, que com seus saberes adversos aos seus cursos desenvolvem atividades que constituíram uma oficina muito requisitada. Um rapaz do Curso de Licenciatura em Informática e uma moça, do Curso de Engenharia Ambiental. De um lado era possível observar a praticidade e de outro a restrição, ambos com um mesmo fim, sabores e saberes do Mato Grosso, na mesa das famílias. Comidas rebuscadas e até pouco consumidas em função do custo, agora na mesa das famílias e nas refeições escolares, de forma simples e prática.

O bolo de casca de banana e o pão de queijo “sem queijo”, além dos fatores já citados, são receitas livres de ingredientes de origem animal, o que, além de diminuir os custos de preparo, ainda são receitas que podem ser consumidas por pessoas que possuem restrições alimentares, como intolerantes à lactose, vegetarianos e veganos.

RESULTADOS E ANÁLISES

O acesso a meios televisivos e, mesmo a internet, não é mais tão restrito, vive-se na era da sustentabilidade, e os meios de comunicação e programas vêm disseminando muitas práticas com custo reduzido, onde a apresentação e a criatividade tem ganho cada vez mais espaço. Então, receitas simples e muito com boa apresentação estética foi o foco da proposta, além do desafio de praticar a culinária com os ingredientes presente na cozinha onde a oficina iria ocorrer. Assim, o desafio aberto e instigado foi o que mais envolveu a todos, a possibilidade do desafio envolveu alunos oficinairos, como os participantes, o que deixou o ambiente muito descontraído e suave.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os saberes da Universidade aplicados na comunidade e o saber popular integrando os saberes dos acadêmicos foi um ganho de experiências proporcionado pelo Projeto Rondon - Serra do Cachimbo/2017.

Os saberes da comunidade com os saberes/técnicas dos alunos de graduação foram o sucesso da proposta, uma vez que o empoderamento de

saberes surgiu para ambos os lados, e o diálogo foi se construindo com as trocas de conhecimentos e técnicas.

O beneficiamento e a transformação de produtos, com o intuito de gerar uma alimentação mais saudável, e mesmo, com possibilidade de economia e renda e agregar valor, valorizando a cultura da região e podendo tornar-se um atrativo gastronômico para a cidade.

A articulação entre a comunidade e a universidade, produto da extensão, oportuniza que o acadêmico responsabiliza-se por outros aspectos, como cidadania, assim como, experiência em seu contexto. (Ferreira, 2009)

Segundo Morais (2009), projetos de extensão, no caso, o Projeto Rondon, são muito importantes para a construção de conhecimentos, uma vez que amplia os saberes do ambiente acadêmicos e outras facetas das realidades locais, relacionando efetivamente a teoria com a prática.

Assim, a Universidade tem um relevante papel na comunidade e cabe aos universitários estabelecerem um conhecimento das mais diversas formas em relação ao acesso da população a informação e às condições básicas de vida, e se transformarem em agentes transformadores da realidade, esse seria um dos aspectos onde a extensão universitária deveria ser cada vez mais incentivada e valorizada dentro do Projeto Rondon.

REFERÊNCIAS

FERREIRA, V. C. S. **O Projeto Rondon e uma formação jurídica cidadã**. EM EXTENSÃO, Uberlândia, v.8, n.2, p. 142-151, ago/dez-2009. Disponível: <<http://www.revistadeextensao.proex.ufu.br/include/getdoc.php?id=640>>. Acesso: julho, 2010.

MINISTÉRIO DA DEFESA. Portal do Projeto Rondon. Acesso: Julho de 2017. Disponível: <<http://www.projedorondon.defesa.gov.br/portal/index/pagina/id/343/area/C/module/default>>

MORAIS, V. A. Z.; OLIVEIRA, E. R. **O Projeto Rondon e a Universidade Federal de Lavras**. In: CONGRESSO DE EXTENSÃO DA UNIVERSIDADE FEDERAL DE LAVRAS, 4., 2009. Disponível: <<http://www.proec.ufla.br/conex/ivconex/arquivos/trabalhos/a48.pdf>> Acesso: agosto, 2017

