

KEFIR À BASE DE BEBIDAS VEGETAIS UHT: UMA ALTERNATIVA PROBIÓTICA, DIETÉTICA E PLANT-BASED

8º Simpósio de Segurança Alimentar - Sistemas Alimentares e Alimentos Seguros, 8ª edição, de 03/10/2023 a 05/10/2023
ISBN dos Anais: 978-65-5465-068-7

PINHEIRO; Diean Fabiano Alvares¹, WEISHEIMER; Ingrid Murielly², MACEDO; Rejane Martins³,
BUFFON; Jaqueline Garda⁴, CHRIST-RIBEIRO; Anelise⁵

RESUMO

A indústria de bebidas vem desenvolvendo inúmeras alternativas *plant-based*, probióticas e sem adição de açúcar no intuito de inserir seus produtos na dieta de atletas, veganos e consumidores com alguma intolerância alimentar. O kefir se destaca por ser uma bebida probiótica, produzida a partir de um consórcio simbiótico de bactérias e leveduras, capaz de fermentar leites, chás e sucos. Neste contexto, o presente estudo teve como objetivo explorar o potencial fermentativo dos grãos de kefir em bebidas UHT sem açúcar e avaliar a influência na composição proximal da bebida fermentada. Os kefires foram produzidos a partir de grãos de kefir de água (KA) inoculados em bebida vegetal de coco UHT (BC) e bebida à base de soja UHT (BS). A fermentação ocorreu em estufa à 25 °C por 24 h, seguido da maturação sob refrigeração à 4 °C por 24 h. A ocorrência do processo fermentativo foi avaliada pela medida de pH nos substratos antes da inoculação e após a maturação. A composição proximal foi determinada quanto ao valor energético e os teores de umidade, carboidratos, lipídeos, proteínas e cinzas. Os resultados mostraram que os grãos de KA foram capazes de fermentar os substratos vegetais BC e BS, diminuindo o pH de 7,28 e 7,59 para 6,38 e 5,52, respectivamente. Os teores de proteínas e cinzas de BC e BS não foram influenciados pela fermentação e maturação. Por outro lado, o substrato BC teve seu teor de lipídeos reduzido de 1,9 para 1,2% (g/100 g), o qual pode ter sido utilizado como fonte de energia pelos microrganismos, devido à ausência de carboidratos no substrato. O valor energético dos kefires de BC e de BS foram 13,9 e 33,0 kcal/100 g, respectivamente, mostrando-se ser bebidas de baixa caloria e com potencial ingestão em dietas restritivas. Com isso, foi possível mostrar o potencial nutricional do kefir à base de bebidas UHT prontas para o consumo, as quais podem ser melhoradas pela fermentação de grãos de KA. No entanto, mais estudos precisam ser direcionados para viabilizar a produção de kefir no Brasil, de modo que o seu consumo se torne um hábito alimentar pela população.

PALAVRAS-CHAVE: alimentos funcionais, bebidas veganas, kefir de água, dairy-free

¹ Universidade Federal do Rio Grande, dieanpinheiro@outlook.com

² Universidade Federal do Rio Grande, ingridweisheimer@gmail.com

³ Universidade Federal do Rio Grande, rejane.macedo@hotmail.com

⁴ Universidade Federal do Rio Grande, jaquelinegarda@yahoo.com.br

⁵ Universidade Federal do Rio Grande, anelise.christ@hotmail.com