

## PRODUÇÃO DE RECEITA ATRAVÉS DE CASCAS, SEMENTES E TALOS DE FRUTAS E VERDURAS

Débora Maia Teixeira de Moura<sup>1</sup>

Edna Lúcia Oliveira Santos<sup>2</sup>

Cristina Silva Oliveira<sup>3</sup>

### Educação Ambiental

#### *Resumo*

A produção de receitas através resíduos de alimentos que geralmente vão para o lixo, trata-se de um trabalho voltado na educação ambiental desenvolvido em comunidades de baixa renda na cidade de Feira de Santana, BA. O projeto demonstra através de receitas e degustações as possibilidades de aproveitamento de cascas, sementes, talos de frutas e verduras que iriam para o lixo. O principal objetivo desse projeto é executar uma educação ambiental para comunidade visando o aproveitamento total de algumas frutas e verduras. Foi um projeto de intervenção coordenado por uma professora ecologista da cidade com a participação de ex-alunas do curso Técnica em Alimentação Escolar do projeto Profucionário e foi realizado em parceria com o Governo Federal através do IFBA e Município de Feira de Santana. O projeto teve a parceria da Secretaria de Educação do Município e as etapas incluíram: Elaboração de pratos a partir de cascas, talos e caroços de frutas e apresentação de pratos à comunidade com degustação e explicação das receitas mostrando o custo e o benefício ambiental ao utilizar de maneira correta o que iria para o lixo.

Palavras-chave: Reaproveitamento de Alimentos, Produção de Receitas, Educação Ambiental.

---

<sup>1</sup> IFBA, Professora substituta; Departamento de Ciências Sociais.

<sup>1</sup> Profa. Esp. Do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia da Bahia. IFBA – Campus Jacobina. Debora.mtm2020@gmail.com

<sup>2</sup> Aluna do curso de Adm. e ex. aluna do Profucionário ednasti@hotmail.com.

Prof. Dr. Nome, da Instituição – Campus XXXXXX, Departamento XXXXXXX, xxxxxxxx@gmail.com.

<sup>3</sup>Aluna do Curso de pedagogia Uniasselvi e ex. aluna do Profucionário. csilvadeoliveira827@gmail.com

## INTRODUÇÃO

Sabemos que o desperdício de alimentos no Brasil é grande e boa parte deste vai para o lixo. Segundo Storck et al., (2013), 60% do lixo urbano produzido é de origem alimentar. A fome vivenciada por parte da sociedade poderia ser diminuída com mudanças de hábitos alimentares. A fome é um problema social, “uma doença social” (CASTRO, 1983), mas a cultura brasileira ainda desconhece ou rejeita técnicas para o aproveitamento integral dos alimentos, bem como sua importância.

Segundo Brasil, (2016), milhões de pessoas passam fome e outras desperdiçam toneladas de alimentos por dia. Ao reduzir o desperdício de alimentos estamos involuntariamente ajudando no combate a fome. A educação alimentar proporciona conhecimentos que permitem a sociedade consumir os alimentos de forma adequada em harmonia com o meio ambiente.

Segundo Badawi, (2009), utilizar o alimento em sua totalidade significa mais do que economia significa usar os recursos disponíveis sem desperdício, reciclar, respeitar a natureza e alimentar-se bem com prazer. Assim este projeto viabiliza através de uma educação voltada a ensinar que precisamos evitar o desperdício e ajudar na proteção ambiental através da sustentabilidade, mostrando de forma prática o que é o reaproveitamento integral de frutas e verduras. Com um pouco de criatividade, o que antes teria como destino o lixo, pode ser transformada em uma refeição.

Objetiva-se com o esse trabalho executar uma educação ambiental para comunidade através do aproveitamento total de algumas frutas e verduras.

## METODOLOGIA

O projeto de produção de receitas através de cascas sementes e talos de frutas e verduras foi desenvolvido partir da conclusão de um dos módulos do curso: Técnico em Alimentação Escolar do programa Profucionário que abordava o tema do projeto e da realização de uma oficina de degustação com receitas elaboradas pelas alunas utilizando cascas, talos e sementes de frutas e verduras. Foi decidido coletivamente pela realização de

um projeto que transcendesse os limites da escola, envolvendo alimentação e sustentabilidade com baixo custo financeiros.

Observando-se o momento econômico em que vive o País atualmente, verificou-se a oportunidade e necessidade de apresentar a proposta para a comunidade do Município de Feira de Santana. O projeto foi divulgado através de stands e apresentações de palestras por profissionais, bem como a demonstração de pratos com aproveitamento integral dos alimentos e também a produção de receitas práticas e nutritivas evitando o desperdício, lixo e melhorando a economia doméstica

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

As etapas do projeto, foram realizados em três momentos específicos: O primeiro ocorreu no Instituto Federal de Educação da Bahia, no campus da cidade de Feira de Santana. Dentro do curso Técnico em Alimentação escolar no projeto Profuncionário. As alunas preparam as receitas em suas casas e trouxeram para o IFBA, foi organizado um momento de degustação para professores e alunos da instituição, com informações sobre o preparo dos pratos e a importância do aproveitamento dos alimentos para o meio ambiente conforme a figura 1.

Figura 1: Degustação dos pratos no Instituto Federal da Bahia em 2015.



Fonte: Elaborado pelos autores

Na segunda amostra foi realizado o mesmo procedimento com o preparo das receitas, sendo que este ocorreu fora da instituição com o objetivo de levar o projeto até a comunidade de Feira de Santana. Aconteceu uma degustação e uma palestra intitulada: “A importância do reaproveitamento para o meio ambiente e para a economia doméstica”, realizada pela coordenadora do projeto, professora Débora Maia juntamente com as alunas Profuncionário do curso Técnico de Alimentação Escolar. A amostra ocorreu em uma praça da cidade, o evento foi aberto ao público e teve adesão da comunidade e cobertura da imprensa local conforme a figura 2.

Figura 2: Banner de divulgação do evento exposto em praça pública.



Fonte: Elaborado pelo autor.

Na terceira amostra do projeto tivemos a parceria da Secretaria de Educação da cidade porque o programa Profuncionário estava encerrado, mas juntamente com algumas ex-alunas resolvemos continuar levando a informação da importância do reaproveitamento de alimentos e que é possível construir receitas a partir do que iria para o lixo. O evento ocorreu na Escola Municipal Elizabeth Johnson localizada na Rua Liberdade no Bairro Baraúnas. Tivemos uma divulgação em uma rede de televisão local e após a amostra a escola buscou adotar algumas receitas na merenda escolar dos alunos e a comunidade gostou muito da ideia e se propôs a dar continuidade do hábito de aproveitar melhor os alimentos e diminuir a quantidade do que vai para o lixo. (Figura 3). Por falta de apoio da prefeitura o projeto foi interrompido, porém

pretendemos dar continuidade através da publicação de um livro com todas as receitas que construímos relacionando-as com tópicos de educação ambiental a fim de facilitar a divulgação e o acesso para comunidade, bem como educar e conscientizar.

Figura 3: Amostra na Escola Municipal Elizabeth Johnson



Fonte: Elaborado pelo autor:

O aproveitamento total de frutas e vegetais na construção de receitas e o reaproveitamento de cascas, sementes e talos de frutas e outras matérias que iriam para o lixo, mostrou-se uma alternativa de baixo custo em momentos de crise econômica possibilitando uma alimentação nutritiva e ecologicamente correta, ajudando a reduzir o desperdício dos alimentos e criando a consciência de um aproveitamento sustentável.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este projeto busca a redução do desperdício de alimentos e a conscientização para um aproveitamento sustentável. Vai também colaborar com a diminuição do lixo e a melhoria da qualidade de vida das famílias.

A sensibilização e estímulos através de práticas educativas com o esclarecimento de que é possível a redução do lixo e a construção de pratos saudáveis, pode contribuir para a saúde e bem-estar da comunidade de forma sustentável.

## A GRADECIMENTOS

Agradecemos a todas as alunas do curso de técnica em alimentação do Profunçãoário que colaboraram para realização deste projeto.

## REFERÊNCIAS

BADAWI, C. **Estratégia curricular em marketing da nutrição**. São Paulo – USP. [2009]. Disponível em: Acesso em: 20 jul. 2009.

BRASIL, **Receitas de Aproveitamento Integral de Alimentos**. Sesc. Disponível em: <[www.sesc.com.br/Mesa\\_Brasil/cartilhas/cartilha7.pdf](http://www.sesc.com.br/Mesa_Brasil/cartilhas/cartilha7.pdf)>. Acessado em: 18 out. 2016.

CASTRO, J. **Geografia da fome**. Rio de Janeiro: O Cruzeiro; 1948.

STORCK, C. R.; NUNES, G. L.; OLIVEIRA, B. B.; BASSOL, C. **Folhas, talos, cascas e sementes de vegetais: composição nutricional, aproveitamento na alimentação e análise sensorial de preparações**. *Ciência Rural*, Santa Maria, v. 43 (3): 537-543, 2013. Disponível em: Acesso em: 14 jun. 2015.