

A MACAXEIRA COMO UM DIFERENCIAL NO PREPARO DE COXINHA: RELATO DE UMA EXPERIÊNCIA NO CURSO DE SALGADEIRO EM PARCERIA SENAC-CREN

Autor: SAMUEL CARLOS BARBOSA DOS SANTOS

Email: samuel.carlos@al.senac.br

Coautor: SANDRA CHRISTINA VASCONCELOS LYRA DA SILVA

Email: sandra.lyra@al.senac.br

Coautor: ROSE KARLA CORDEIRO LESSA CAJE SOUTO

Email: rose.karla@al.senac.br

Coautor: CRISTIANA PURCELL

Email: cristiana.purcell@al.senac.br

O Senac (Serviço Nacional de Aprendizagem Comercial), por meio do PSG (Programa Senac de Gratuidade), tem viabilizado o acesso de pessoas de baixa renda a uma formação profissional, garantindo-lhes a oportunidade de inserção no mercado de trabalho e na geração de emprego e renda. Sendo assim, parcela significativa da população brasileira tem tido a possibilidade de oferta de Formação Inicial e Continuada e Educação Profissional Técnica de Nível Médio, tendo o programa cumprido o compromisso com a inserção social e produtiva de adolescentes, jovens e adultos pertencentes às camadas sociais menos favorecidas.

Este relato ora proposto traz como *lócus* uma experiência vivenciada no curso de Salgado realizado no Centro de Recuperação e Educação Nutricional (CREN), localizado em Maceió, Alagoas. Conforme seu website a Instituição representa um “centro de referência internacional na área de educação nutricional e no tratamento de distúrbios nutricionais primários (subnutrição e obesidade).”



Figura 1. <https://www.cren.org.br/>

Nessa perspectiva, o CREN atende crianças de 0 a 6 anos de vida, em situação de desnutrição



XVII CONGRESSO
INTERNACIONAL
DE TECNOLOGIA
NA EDUCAÇÃO

Dilemas e desafios de um futuro presente: o que esperar da educação?

22 e 23 | setembro | 21

extrema ou obesidade e moradoras de bairros muito pobres da capital, prestando serviços nutricional, odontológico e pediátrico, de segunda a sexta-feira.

Paralelamente, o Senac desenvolve diversos projetos que estimulam pesquisas, observações do saber fazer, estudos de campo, trabalhos comunitários e práticas pedagógicas que permitam o desenvolvimento das marcas formativas do Modelo Pedagógico Senac (MPS) em constante diálogo com o mundo do trabalho. É o caso do Observatório do Patrimônio Gastronômico do Nordeste e Espírito Santo (OPANES) que desenvolve pesquisas, projetos, *lives*, eventos, entre outras ações. O grupo é formado por representantes dos regionais. Enquanto metodologia, o grupo, a partir de um cronograma anual, realiza reuniões periódicas para alinhamento de estratégias de realização das atividades; em seguida, dialogam com seus pares e replicam em seus regionais o projeto elencado para o período, sempre focando da regionalidade.

Em 2021 um dos temas abordados é a macaxeira, ou mandioca, uma raiz rica em amido, utilizada como alimento humano e animal. Contém vitaminas e minerais em quantidades variáveis sendo fonte de energia por ser rica em carboidratos.(BRASIL,2008, p. 47 e 48). Muito consumida na Região Nordeste, faz parte da alimentação básica da população, cozida e como ingrediente de produtos doces e salgados, no preparo de produtos para alergênicos, sendo também matéria prima na produção de farinha.



Figura 2. <http://observatoriogastronomico.senac.br/ingredientes/mandioca-a-raiz-do-brasil/>

A partir disto, e em consonância com os parâmetros de inclusão do PSG e missão do CREN, foi planejada a incorporação da macaxeira como elemento de preparação na Qualificação Profissional Salgadeira. Dentre as opções, elegeu-se a coxinha por ser um produto de significativo consumo. Ao proporcionar uma alternativa mais nutritiva e saudável, objetivou-se despertar novos hábitos alimentares e incorporação deste ao processo produtivo de futuros empreendimentos dos alunos. Essa atividade teve como diferencial a perspectiva de valorização de prática sustentável por meio da utilização do insumo já disponível. O CREN, em prol do resultado da experiência, ofertou a macaxeira da horta institucional.

Para essa atividade participaram 16 (dezesesseis) alunos de uma turma, no período da manhã. A partir da ficha técnica planejada, e após contextualização em aula, foi realizada a visita à horta e identificou-se que estava no período de colheita.



Figura 3. Colheita da macaxeira

Após a colheita, no processo de preparo na Cozinha Pedagógica, verificou-se o tipo “macaxeira-manteiga”. Esta é uma excelente fonte de nutrientes e com característica específica de cozinhar rapidamente. Ao cozinhar, ela apresenta uma coloração amarelada, característica que deu origem ao nome. Outro elemento diferenciador foi a proposição da exclusão de glúten e proteína animal. Sendo assim, a ficha específica: “Coxinha de macaxeira com recheio de jaca.” Na realização da atividade foram disponibilizadas cópias individuais de Ficha de Preparação, conforme abaixo:



| FICHA TÉCNICA DE PREPARAÇÃO | | | | |
|---|----------------------------|-----|--------------|------------------------|
| PREPARAÇÃO | | | | |
| COXINHA DE MACAXEIRA COM CARNE DE JACA | | | | |
| ATENÇÃO: A quantidade material listada abaixo é estimada para apenas 01 grupo de 04 alunos. A quantidade de grupos, por aula, deve ser definida pelo professor. | | | | |
| QTD | DESCRIÇÃO DOS EQUIPAMENTOS | Qtd | Unid. Medida | INGREDIENTES |
| 01 | Panela média | | | MASSA |
| 01 | Cuiter plástico | 300 | g | Macaxeira cozida |
| 01 | Faca do chef | 60 | g | Amido de milho |
| 01 | Placa de corte | 0,8 | g | Sal |
| 01 | Escumadeira | 0,8 | g | Pimenta do reino moída |
| 01 | Fritadeira | | | RECHEIO |
| 03 | Pratos de sopa | 100 | g | Palmito de jaca |
| 01 | Espremador de batatas | 50 | g | Cebola |
| 01 | Panela de pressão | 30 | g | Coentro |
| | | 30 | g | Alho |
| | | 30 | ml | Páprica defumada |
| | | 15 | g | Óleo |
| | | | | Sal |
| | | | | Fumaça Defumada |
| | | | | EMPANAR |
| | | 100 | g | Farinha de rosca |
| | | 2 | unid | Ovo |
| | | 1 | l | Óleo de soja |
| | | 20 | unid | folinha de papel n° 4 |

Figura 4. Ficha técnica – parte 1

| MODO DE PREPARO |
|---|
| <p>MASSA: Cozinhe a macaxeira, deixando ela firme. Ainda quente passe no espremador. Adicione o amido de milho, tempere com sal e pimenta. Amasse bem, formando uma massa firme. Reserve.</p> <p>RECHEIO: Para obter o palmito da jaca, utilize uma jaca verde pequena, descasque a jaca utilizando uma faca untada com bastante óleo, retirando a casca fina. Parta a jaca ao meio e coloque na panela de pressão. Cubra com água, coloque sal, uma folha de louro e uma colher de vinagre. Leve ao fogo por 10 minutos. Desligue o fogo, espere esfriar e separe as partes da jaca. O caroço e os gomos podem ser utilizados em outras preparações. A parte central é o palmito.</p> <p>Destie o palmito e reserve. Corte a cebola e o alho em brunoise e reserve. Corte o coentro picadinho e reserve. Aqueça óleo numa frigideira, refogue a cebola e o alho. Acrescente a jaca destiada, a páprica defumada, a fumaça defumada e o sal. Misture bem e deixe refogar. Deixe esfriar para poder utilizar.</p> <p>MONTAGEM: Para modelar as coxinhas, umedeça as mãos com água, faça bolinhas com 25g da massa, com o dedo indicador, faça um buraco na massa. Com uma colher de café, coloque 10g do recheio e, com as palmas das mãos, modele a coxinha. Vá reservando. Para empanar: Coloque o ovo num prato fundo e bata ligeiramente com o garfo, acrescente uma pitada de sal. Passe as coxinhas pelo ovo batido e em seguida pela farinha de rosca. Frite em óleo quente.</p> |

Figura 5. Ficha técnica – parte 2

Vale ressaltar que os alunos se surpreenderam com a proposta, pois não é comum a incorporação da jaca como ingrediente especialmente em prato salgado. Assim, demonstraram curiosidade e empolgação para aprender a coxinha. Seguindo a Ficha Técnica os alunos realizaram a experiência. Para compartilhamento da ação e incentivo à nova perspectiva, foram realizadas publicações nas redes sociais que geraram reações muito positivas e em valorização do trabalho realizado:

Coxinha de macaxeira com recheio de carne de jaca



Figura 6. https://www.instagram.com/p/CSdCNGsrj-u/?utm_medium=copy_link

Para melhor compreensão da percepção dos participantes quanto a experiência, foi aplicado um questionário aberto com perguntas referentes ao consumo da preparação e no aproveitamento do aprendizado, tendo em vista o objetivo primário é que seja um projeto aplicável à realidade da comunidade. Dos 16 (dezesesseis) alunos, 13 (treze) participaram voluntariamente da pesquisa.

Foram realizadas 12 (doze) perguntas, sendo as 5 (cinco) primeiras de caracterização dos participantes, concluiu-se que: maioria mulher, todos são moradores da comunidade, que têm filhos e já tinham realizado outro(s) curso(s) pelo PSG. Por já compreender que essa coxinha não tem um sabor convencional, foi perguntado se gostaram do sabor e da textura, se consideram que esse conhecimento é relevante para o curso e também se entendem que esse tipo de coxinha é saudável. Grande maioria gostou do sabor e 100% considera importante esse conhecimento:



Gráfico 1. Pergunta 6

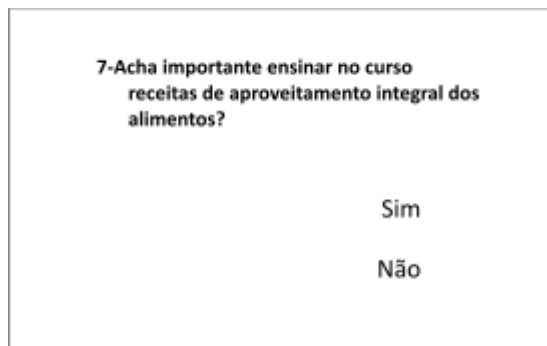


Gráfico 2. Pergunta 7

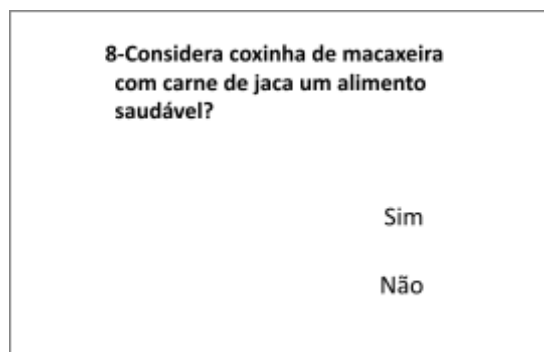


Gráfico 3. Pergunta 8

A pergunta 9 - *Você levou a coxinha de macaxeira com carne de jaca para alguém da sua casa provar? Quem? O que ele achou?* A maioria disse que “sim”, filhas, netas, irmãs, marido e enteado provaram e gostaram. Apenas 2 (dois) responderam que “não”. Na pergunta 10 - *Você irá reproduzir essa receita depois? Por quê?* A maioria das respostas também foi afirmativa, com citações do tipo: “porque é coisa nova no mercado”, “porque gostei”, “receita fácil, saudável e diferenciada”. Apenas uma aluna achou de “difícil” preparo. Já na pergunta 11 - *Você gosta mais de coxinha de macaxeira ou coxinha tradicional? Por quê?* Das 13 (treze) respostas, 10 (dez) preferem a tradicional e 3 (três) preferem a coxinha alternativa. Essa resposta já era esperada tendo em vista que converge o hábito alimentar da maioria da população. Na última pergunta: 12 - *Você acha que as pessoas que você conhece comprariam essa coxinha se fosse vender em seu negócio? Por quê?* 9 (nove) afirmaram que comprariam, 3 (três) que não comprariam e 1 (uma) disse que já está tendo procura pela coxinha de macaxeira com recheio de carne de jaca.

Por fim, como discorrido anteriormente, esse trabalho buscou evidenciar elementos práticos da interlocução entre Senac – a partir do OPANES e do PSG – e o CREN. Em se tratando do aspecto gastronômico e nutricional, a experiência foi motivada para fins de fomentar a exploração



XVII CONGRESSO
INTERNACIONAL
DE TECNOLOGIA
NA EDUCAÇÃO

Dilemas e desafios de um futuro presente: o que esperar da educação?

22 e 23 | setembro | 21

da macaxeira e do conhecimento de sua importância na incorporação de ingredientes nutritivos e disponíveis à população, incentivando a sustentabilidade e viabilidade. Além disso, percebeu-se

que a proposta teve grande aceitação dos alunos, representantes da comunidade, e da Instituição Parceira, que fez doação da plantação da raiz de sua horta, fazendo com que a finalidade fosse atingida. Agregado a esse aspecto, a curiosidade e a empolgação de aprender e vivenciar um novo tipo de preparo foram grandes impulsionadores para a realização da proposta. Um dos entraves, no entanto, é a cultura voltada ainda para o consumo da coxinha tradicional, o que em parte é significativo pelo viés de geração de renda, já que é bem comercializada, mas que dificulta a percepção da importância de incorporar alimentos saudáveis como alternativa. De qualquer forma, mediante as respostas ao questionário, 83% (10 alunas) responderam que possivelmente venderiam se comercializasse. Uma hipótese é que essa percepção esteja relacionada ao trabalho desenvolvido pelo CREN no âmbito da população local, já que sua missão há mais de 27 anos é prestar assistência às crianças em situação de desnutrição extrema ou obesidade. E o Senac corrobora com essa atuação na medida que possibilita aos pais e/ou responsáveis por essas crianças, a oportunidade de inserção do mercado de trabalho e na geração de emprego e renda ofertando diversos tipos de cursos de qualificação, habilitação técnica, aperfeiçoamento, entre outros, empenhado em formar profissionais proativos, criativos e colaborativos para trabalharem de forma autônoma, empreendedora, com foco em resultados e atuantes como colaboradores de empresas da área de alimentos (Senac-PC, 2018, p 2.)

Referências

SENAC. DN. Concepções e princípios. Rio de Janeiro, 2015. 34 p. (Coleção de Documentos Técnicos do Modelo Pedagógico Senac)

LODY, Raul. Farinha de mandioca: O sabor brasileiro e as receitas da Bahia. Editora Senac São Paulo, São Paulo, 2019.

BRASIL. Ministério da Saúde: Guia Alimentar para População Brasileira promovendo a alimentação saudável. Normas e manuais técnicos: Brasília, 2014.

Tabela Brasileira de Composição de Alimentos (TACO) 4ª ed. Campinas: NEPA – UNICAMP, 2011. Embrapa Amazônia Ocidental, Macaxeira Manteiga: Ótima opção para o Agronegócio do Amazonas.

<<https://www.infoteca.cnptia.embrapa.br/infoteca/bitstream/doc/684120/1/Folderaipimmanteiga.pdf>

> Acesso em 27 de julho de 2021.

Senac. Disponível em:

<<https://www.dn.senac.br/educacao-profissional/gratuidades/programa-senac-de-gratuidade/>

> Acesso em 27.08.21.