



Picolé de kefir

Informações referente ao desenvolvimento de picolé a base de kefir.

Instituto de Tecnologia do Paraná – TECPAR

Setembro/2021

Resposta Referencial	SILVA, Mariela Thiane da Silva Picolé de kefir Instituto de Tecnologia do Paraná – TECPAR 10/9/2021 Informações referente ao desenvolvimento de picolé a base de kefir.
Demanda	Gostaria de saber como fabricar picolés de frutas usando kefir de água e polpa de frutas e também utilizando o kefir de leite.
Assunto	Fabricação de outros produtos alimentícios não especificados anteriormente
Palavras-chave	Alimento funcional; alimento nutracêutico; bebida fermentada; bebida funcional; grão de kefir; kefir; levedura; picolé; probiótico



Salvo indicação contrária, este conteúdo está licenciado sob a proteção da Licença de Atribuição 3.0 da Creative Commons. É permitida a cópia, distribuição e execução desta obra - bem como as obras derivadas criadas a partir dela - desde que criem obras não comerciais e sejam dados os créditos ao autor, com menção ao: Serviço Brasileiro de Respostas Técnicas - <http://www.respostatecnica.org.br>

Para os termos desta licença, visite: <http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/>

O Serviço Brasileiro de Respostas Técnicas – SBRT fornece soluções de informação tecnológica sob medida, relacionadas aos processos produtivos das Micro e Pequenas Empresas. Ele é estruturado em rede, sendo operacionalizado por centros de pesquisa, universidades, centros de educação profissional e tecnologias industriais, bem como associações que promovam a interface entre a oferta e a demanda tecnológica. O SBRT é apoiado pelo Serviço Brasileiro de Apoio às Micro e Pequenas Empresas – SEBRAE e pelo Ministério da Ciência Tecnologia e Inovação – MCTI e de seus institutos: Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico – CNPq e Instituto Brasileiro de Informação em Ciência e Tecnologia – IBICT.



Solução apresentada

Introdução

Em busca de uma alimentação mais saudável, têm sido desenvolvidos alimentos funcionais que fornecem benefícios à saúde. Os probióticos têm ganhando destaque neste grupo por influenciar no equilíbrio microbiano intestinal. O kefir é um dos alimentos que apresentam propriedades probióticas, seus grãos são compostos por uma combinação de leveduras, bactérias ácido lácticas e bactérias ácido acéticas, imersas em uma matriz de proteínas e polissacarídeos, vivendo em simbiose produzindo ácido láctico, etanol e dióxido de carbono (PARREIRAS *et al.*, 2019).

O consumo do kefir tem despertado interesse por conta de suas propriedades probióticas, o que contribui para uma melhor digestão de lactose em indivíduos intolerantes ao produto, efeito antibacteriano, efeito anti-inflamatório, atividade antioxidante, atividade anti-carcinogênica e anti-alérgica. Uma forma viável de inserir essas culturas probióticas na alimentação humana é através de sorvetes e picolés, além de serem consumidos por todas as faixas etárias, apresentam potencial para a utilização dessas culturas e boa viabilidade durante o período de armazenamento do produto. A inclusão de frutas contribui para melhorar as características sensoriais do kefir e agregar valor nutricional ao sorvete (PARREIRAS *et al.*, 2019).

Picolé de kefir

Colombo *et al.* (2016), desenvolveram um picolé probiótico com kefir sabor maracujá. O picolé probiótico foi desenvolvido a partir da calda base constituída por 69,76% de água, 19,37% de açúcar, 7,75% de leite em pó, 2,32% de gordura hidrogenada, 0,8% de emulsificante e 20 g de saborizante de maracujá para cada litro de calda base.

Para cada 1,5 L de calda base foi adicionado 75 g de grãos de kefir, mantido em repouso por 30 horas em temperatura ambiente para a fermentação. Em seguida, foram retirados os grãos de kefir por peneira de aço inoxidável. Foi adicionado nesta calda fermentada 30 g de saborizante de maracujá e misturado no liquidificador até obter uma cor uniforme. Em seguida, foram enformados e armazenados em temperatura de -22°C durante 44 dias (COLOMBO *et al.*, 2016).

Um modo de preparo mais simples e rápido seria 1 litro de kefir fermentado sem soro, frutas picadas de acordo com o sabor que queira desenvolver e 1 lata de leite condensado. Misture no liquidificador o kefir e o leite condensado e depois adicione as frutas picadas, coloque nas formas de picolé e leve ao freezer até endurecer (PORTAL SÃO FRANCISCO, [201-?]).

Conclusões e recomendações

As receitas apresentadas para a fabricação de picolé de kefir são somente sugestivas. É importante que o empreendedor realize produções em pequena escala, a fim de testar os ingredientes e quantidades indicadas até alcançar uma formulação adequada de acordo com os parâmetros desejados.

Para obter outras sugestões de receita para produção de picolé de kefir, o interessado poderá acessar os seguintes endereços:

- Picolé cremoso morango com kefir. Disponível em: <<https://www.tudogostoso.com.br/receita/195106-picole-cremoso-morango-com-kefir.html>>. Acesso em: 10 set. 2021.
- Picolé de *cream-cheese* de kefir ou iogurte cáspio. Disponível em: <<https://kefiralimentoprobioico.blogspot.com/2014/03/receita-picole.html>>. Acesso em: 10 set. 2021.

- Picolé de kefir de leite e frutas. Disponível em: <<https://tatialvares.com.br/picole-de-kefir-de-leite-e-frutas/>>. Acesso em: 10 set. 2021.
- Picolé de Kefir. Disponível em: <<https://receitanatureba.com/picole-de-kefir/>>. Acesso em: 10 set. 2021.

O SBRT possui em seu banco de informação, Respostas Técnicas que tratam tanto da produção de kefir como de picolés e que podem complementar as informações aqui prestadas.

Para visualizar esses arquivos, acesse o *site* <www.respostatecnica.org.br> com seu *login* e senha e realize a Busca Avançada utilizando as palavras-chave a seguir para encontrar os arquivos recomendados para leitura: alimento funcional; alimento nutracêutico; grão de kefir; kefir; levedura; picolé; probiótico.

Fontes consultadas

COLOMBO, T. S. *et al.* Desenvolvimento de picolé probiótico com grãos de kefir e comparação com o picolé comercial por meio de parâmetros físicos-químicos e microbiológicos. In: CONGRESSO BRASILEIRO DE CIÊNCIA E TECNOLOGIA DE ALIMENTOS, 25., 2016, Gramado. **Anais...** Gramado: FAURGS, 2016. Disponível em: <<http://www.ufrgs.br/sbctars-eventos/xxvcbcta/anais/files/202.pdf>>. Acesso em: 10 set. 2021.

PARREIRAS, Paola Machado *et al.* Desenvolvimento de sorvete de kefir com polpa de manga: avaliação sensorial, físico-química e de bactérias ácido lácticas. **Semina: Ciências Biológicas e da Saúde**, Londrina, v. 40, n. 1, jan./jun. 2019. Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/335832515_Desenvolvimento_de_sorvete_de_kefir_com_polpa_de_manga_avaliacao_sensorial_fisico-quimica_e_de_bacterias_acido_laticas>. Acesso em: 10 set. 2021.

PORTAL SÃO FRANCISCO. **Picolé de Kefir**. [S.l.], [201-?]. Disponível em: <<https://www.portalsaofrancisco.com.br/receitas/picole-de-kefir>>. Acesso em: 10 set. 2021.