

## ATELIE DO BROWNIE

João Vitor Costa<sup>1</sup>  
Valesca de Almeida VENDRUSCULO<sup>1</sup>  
Maria Luzia Hackenhaar<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Discente do Curso de Nutrição do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG).

<sup>2</sup>Nutricionista. Mestre em Biociências. Docente do Curso de Nutrição do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG)

**Introdução:** Nossa missão vai além da simples criação de um doce irresistível. Estamos aqui para abordar uma preocupação crescente em nossa sociedade a necessidade urgente de escolhas alimentares mais saudáveis e conscientes. Vivemos numa era onde a saúde e o bem-estar se tornaram prioridades, e a busca por alternativas nutritivas e deliciosas é mais relevante do que nunca. O problema que enfrentamos é claro em um mundo repleto de opções de alimentos processados, encontrar produtos verdadeiramente saudáveis e ao mesmo tempo deliciosos é um desafio. É nesse contexto que surge a necessidade de criar uma alternativa que combine indulgência e nutrientes, respondendo às demandas de uma população cada vez mais preocupada com sua alimentação. **Objetivo:** Investigar o impacto do Ateliê do Brownie no setor alimentício, avaliando como iniciativas inovadoras podem influenciar outras empresas a adotarem práticas sustentáveis e a explorarem novas combinações de ingredientes naturais. **Métodos:** Foram estabelecidas as quantidades exatas dos ingredientes necessários para a receita: 140g de açúcar mascavo, 200g de ovos, 80g de cacau em pó, 200g de biomassa de banana verde, 100g de castanha de baru picada, 40ml de óleo de soja e 1 colher de chá de fermento em pó. Preparação da Biomassa de Banana Verde as bananas verdes foram cozidas até ficarem extremamente macias, depois descascadas e processadas em um liquidificador até atingir uma consistência homogênea, formando a biomassa de banana verde, uma base natural e saudável para o brownie. No liquidificador, a biomassa de banana verde foi combinada com ovos, açúcar mascavo, cacau em pó e óleo de soja, sendo cuidadosamente batidos até atingir uma mistura cremosa e uniforme. Em seguida, as castanhas de baru foram incorporadas à massa, proporcionando uma textura crocante e sabor marcante. A massa foi cuidadosamente despejada em uma forma retangular previamente untada e enfarinhada. O brownie foi assado em um forno pré-aquecido a 180°C por aproximadamente 25-30 minutos, até que um teste de inserção com um palito indicasse a consistência desejada: limpo ou com alguns pedaços úmidos. **Resultados:** A combinação dos ingredientes naturais, incluindo a biomassa de banana verde e as castanhas de baru, resultou em um sabor rico e indulgente. O aroma, enriquecido pelo cacau em pó, foi descrito como envolvente e convidativo, evidenciando a qualidade dos ingredientes utilizados. A textura do brownie foi notavelmente equilibrada, combinando suavidade com uma deliciosa crocância. A biomassa de banana verde proporcionou uma maciez irresistível, enquanto as castanhas de baru, picadas finamente, adicionaram uma camada crocante e um sabor de nozes à mordida. **Conclusão:** conclui-se que não apenas apresentou-se uma alternativa inovadora no universo dos doces, mas também contribuir para a conscientização sobre escolhas alimentares saudáveis e sustentáveis. O brownie de biomassa de banana verde com castanha de baru do Ateliê do Brownie representa não apenas um produto culinário, mas uma resposta ao desafio de equilibrar indulgência e saúde no contexto alimentar contemporâneo. Este trabalho busca não apenas analisar, mas também inspirar a indústria alimentícia a repensar suas práticas, incentivando a criação de produtos mais saudáveis, saborosos e conscientes.

**Palavra-chave:** Produtos alimentícios, inovação; castanha de baru; brownie.