

**BRIGADEIRO DE BIOMASSA DE BANANA VERDE COM BARU**Ana Julia Santarosa Martins Eubank de Arruda<sup>1</sup>Giselle Azeredo Graciani<sup>1</sup>João Vitor Teixeira Carloni de Assis<sup>1</sup>Júlia Marques Gomes da Silva<sup>1</sup>Nátalia Ost Malheiros<sup>1</sup>Marisa 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:** Desde sua criação em homenagem ao candidato à presidência da época, Brigadeiro Eduardo Gomes, o brigadeiro se tornou um doce típico consumido diariamente no Brasil, entretanto um dos ingredientes presentes nele em maior quantidade é o açúcar. Dessa forma, pensando na valorização de ingredientes regionais e na busca por hábitos alimentares mais saudáveis, foi criado em parceria com a doceria “Delícias Artesanais” o brigadeiro de biomassa de banana verde com castanha de baru. **Objetivos:** Reformular a receita original de brigadeiro inserindo ingredientes funcionais que irão contribuir para um maior valor nutricional sem perder o sabor e textura agradável original do doce. **Métodos:** Para a biomassa de banana verde: em uma panela de pressão, deixe as bananas cozinharem até pegar pressão, aguardar sete minutos e desligar. Depois que sair toda a pressão, retire as bananas da panela, descascar e triturar no liquidificador até formar uma pasta homogênea, adicionar 10 mL de água, caso necessário. Para o brigadeiro: misturar todos os ingredientes em uma panela e levar ao fogo baixo, mexendo sempre, até obter a textura necessária para enrolar. **Resultados:** 1 porção (25g): valor energético (kcal): 112; carboidratos totais (g): 20; açúcares totais (g): 19; açúcares adicionados (g): 1,5; proteínas (g): 1,2; gorduras totais (g): 3; gorduras saturadas (g): 1,3; gorduras trans (g): 0,2; fibra alimentar (g): 2. 4 porções por embalagem (100g): valor energético (kcal): 451; carboidratos totais (g): 81; açúcares totais (g): 74; açúcares adicionados (g): 5,9; proteínas (g): 4,8; gorduras totais (g): 12; gorduras saturadas (g): 5,1; gorduras trans (g): 0,6; fibra alimentar (g): 8,1. (\*)% Valores diários de referência com base em uma dieta de 2.000kcal ou 8.400kj. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas. (\*\*) não possui quantidades significativas de sódio. **Conclusão:** Concluímos que nosso brigadeiro de biomassa de banana verde com baru possui propriedades nutricionais vantajosas à saúde do indivíduo, sem perder o sabor e textura que todos amam e estão familiarizados, se tornando uma ótima opção de troca para ser consumida no lugar do brigadeiro original no dia-a-dia do brasileiro.

**Palavras-chave:** brigadeiro; castanha de baru; banana; sabor.