

ABÓRITA

Estella Rodrigues RONDON¹

Alice Leite de Barros OLIVEIRA¹

Marisa Luzia HACKENHAAR²

¹Discentes do Curso de Nutrição do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG).

²Nutricionista. Mestre em Saúde Coletiva. Docente do Curso de Nutrição do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG).

Introdução: O mercado de alimentação saudável tem apresentado crescimento constante, impulsionado pela demanda por opções que unam saúde, sabor e praticidade. Entretanto, muitas alternativas disponíveis ainda carecem de criatividade e de conexão com as tradições culinárias locais. Foi com o intuito de atender a essa necessidade que desenvolvemos a esfirra de massa de abóbora com recheio de carne seca e banana, um produto inovador que combina nutrição, regionalidade e uma experiência gastronômica diferenciada. **Objetivo:** Criar uma alternativa alimentícia saudável e prática, que se destaque no mercado de fast-food pela originalidade e qualidade. **Materiais e Métodos** para isso, buscamos valorizar ingredientes locais, promovendo uma forte conexão cultural com o consumidor, além de oferecer um produto nutritivo, saboroso e visualmente atrativo. Assim, almejamos conquistar um espaço relevante no segmento de alimentação saudável, que cresce a cada ano e demanda inovação. O desenvolvimento da esfirra baseou-se em uma metodologia integrada. A massa, feita com abóbora, foi selecionada por suas propriedades nutricionais e pela textura leve, enquanto o recheio de carne seca e banana foi cuidadosamente elaborado para equilibrar sabores tradicionais com um toque de inovação. Além disso, realizamos pesquisas de mercado para identificar lacunas nas ofertas atuais e garantir a aceitação do público. A prototipagem incluiu diversos testes e degustações, permitindo ajustes para alcançar a melhor combinação de sabor, textura e qualidade. **Resultados:** os resultados iniciais foram extremamente positivos. A esfirra mostrou-se uma solução atrativa tanto do ponto de vista nutricional quanto gastronômico. Os consumidores destacaram o equilíbrio entre o salgado da carne seca e o doce sutil da banana, assim como a leveza e a maciez da massa. Essas características, somadas à valorização dos ingredientes regionais, geraram forte identificação com o público-alvo. A análise financeira também revelou que o produto possui alta margem de lucro e grande potencial de escalabilidade, consolidando-se como uma opção promissora no mercado de alimentação saudável. **Conclusão:** Concluímos que a esfirra de massa de abóbora com recheio de carne seca e banana representa uma oportunidade única de atender às demandas do consumidor moderno, que busca saúde, sabor e autenticidade em suas escolhas alimentares. Mais do que um alimento, ela é uma celebração da cultura local, traduzida em um produto prático e inovador. Com base nos resultados obtidos, acreditamos que esta proposta tem potencial para se destacar no mercado, gerando benefícios tanto para investidores quanto para consumidores.

Palavras-chaves: Alimentação saudável; Esfirra; Abóbora; Inovação gastronômica; Cultura regional.