

CARACTERIZAÇÃO DE KEFIR DE LEITE QUANTO À COMPOSIÇÃO FÍSICO-QUÍMICA

Ianca Carolina Magalhães GENTIL*
Gessica Fernanda da Silva FONTE**
Anelisa Doretto Freitas FURLAN***

RESUMO

INTRODUÇÃO: Com o passar dos anos a busca por alimentos que melhorem a qualidade de vida tem sido aumentada, como, por exemplo, os alimentos funcionais. O kefir é um tipo de leite fermentado produzido através da fermentação do leite usando os grãos, sendo eles, massas gelatinosas de cor branca ou amarelada que contém leveduras e/ou bactérias. É um alimento probiótico, pois contém microrganismos presentes benéficos ao ser humano, que se consumido uma quantidade de, no mínimo, 10 UFC/100 ml ou gramas do produto, podem auxiliar na prevenção ou correção de alguns problemas de saúde, sendo eles diabetes, desnutrição, obesidade, doenças cardiovasculares e outras doenças crônicas não transmissíveis. **OBJETIVO:** O objetivo deste estudo foi cultivar 3 amostras de kefir a base de leite e realizar análises físico-químicas para quantificar e definir os elementos presentes nesse alimento, como o teor de carboidratos, proteínas, umidade, cinzas e lipídios. **METODOLOGIA:** A metodologia aplicada para a execução do trabalho ocorreu através de revisão bibliográfica utilizando como base artigos em periódicos científicos, livros, teses, dissertações e resumos de congresso, sendo selecionadas publicações entre 2015 e 2020, nos idiomas inglês, espanhol e português e, pesquisa de campo, realizando o cultivo e as análises bromatológicas. **RESULTADO:** Os resultados obtidos através da caracterização físico-química dos grãos de kefir são semelhantes aos resultados na literatura, havendo algumas diferenças decorrentes do clima, matéria-prima utilizada e cuidados no cultivo. **CONCLUSÃO:** Conclui-se assim que o kefir é um alimento benéfico à saúde, mas é necessário certo cuidado no cultivo e manejo para garantir sua qualidade.

Palavras-chave: Alimentos funcionais. Probióticos. Grãos de kefir. Caracterização físico-química.

* ianca_magalhaes@hotmail.com

** gessicafernanda_02@hotmail.com

*** adffurlan@funecsantafe.edu.br