



**UNIVERSIDADE FEDERAL DO TOCANTINS
CAMPUS UNIVERSITÁRIO PROFESSOR DR. SÉRGIO JACINTHO LEONOR
CURSO DE GRADUAÇÃO TURISMO PATRIMONIAL E SOCIOAMBIENTAL**

BIANKA MENDES MACIEL

**REDESCOBRINDO O JATOBÁ: MEMÓRIAS E RECEITAS NA COMUNIDADE DE
MONTE ALEGRE DE GOIÁS**

ARRAIAS (TO)

2020

BIANKA MENDES MACIEL

**REDESCOBRINDO O JATOBÁ: MEMÓRIAS E RECEITAS NA COMUNIDADE DE
MONTE ALEGRE DE GOIÁS**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à
UFT – Universidade Federal do Tocantins –
Campus Universitário Professor Dr. Sérgio
Jacinto Leonor para obtenção do título de
Tecnóloga em Turismo Patrimonial e
Socioambiental.

Orientadora: Professora Mestra Thamyris
Carvalho Andrade

ARRAIAS (TO)

2020

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
Sistema de Bibliotecas da Universidade Federal do Tocantins

M152r Maciel, Bianca Mendes.
 Redescobrimdo o Jatobá: Memórias e Receitas na Comunidade de Monte Alegre de Goiás. / Bianca Mendes Maciel. – Arraias, TO, 2020.
 48 f.

 Monografia Graduação - Universidade Federal do Tocantins – Câmpus Universitário de Arraias - Curso de Turismo Patrimonial e Socioambiental, 2020.
 Orientadora : Thamyris Carvalho Andrade

 1. Memórias afetivas. 2. Culinária Tradicional 3. Nordeste Goiano. 4. Jatobá. I. Título

CDD 338.47

TODOS OS DIREITOS RESERVADOS – A reprodução total ou parcial, de qualquer forma ou por qualquer meio deste documento é autorizado desde que citada a fonte. A violação dos direitos do autor (Lei nº 9.610/98) é crime estabelecido pelo artigo 184 do Código Penal.

Elaborado pelo sistema de geração automática de ficha catalográfica da UFT com os dados fornecidos pelo(a) autor(a).

BIANKA MENDES MACIEL

REDESCOBRINDO O JATOBÁ: MEMÓRIAS E RECEITAS NA COMUNIDADE DE MONTE ALEGRE DE GOIÁS

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à UFT – Universidade Federal do Tocantins – Campus Universitário Professor Dr. Sérgio Jacintho Leonor para obtenção do título de Tecnóloga em Turismo Patrimonial e Socioambiental.

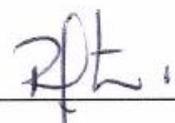
Orientadora: Professora Mestre Thamyris Carvalho Andrade

Data de aprovação: 09 / 12 / 2020

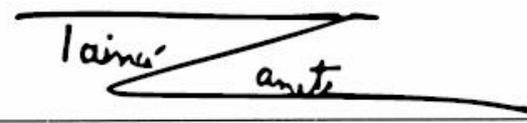
Banca Examinadora


Thamyris Carvalho Andrade
Professora do Magistério Superior
Matrícula nº 1892625

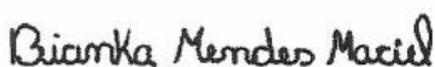
Professora Me. Thamyris Carvalho Andrade – Orientadora - UFT



Professor Mestre Roosevelt Moldes de Castro – Examinador 1 – UFT



Professora Doutora Tainá Zaneti – Examinador 2 – UnB



Bianka Mendes Maciel

Dedico este trabalho ao meus pais, Maria Benedita e Marcos Aurélio Maciel, pois acompanharam todo o processo desse trabalho, e a Deus por ser tudo em minha vida.

AGRADECIMENTOS

Primeiramente agradeço a Deus por me dar sabedoria ao escrever esse trabalho, por estar comigo nas horas de aflição em que achei que não daria conta, por permitir que eu trabalhasse com uma de suas criações e mostrasse que ela tem um valor também e por várias vezes estar comigo nas horas de escrita.

Agradeço ao meu pai por nunca desistir de mim, por lutar ao meu lado, pelo incentivo todos os dias, por dizer que sou capaz. Agradeço porque aguentou os momentos de desespero e por sempre acreditar que eu conseguiria. Mesmo na dificuldade se esforçou para me dar o melhor para fazer um bom trabalho. Agradeço minha mãe que mesmo à distância sempre me incentivou a dar o meu melhor que me instruiu a cuidar da minha saúde para ter um bom desenvolvimento neste trabalho, pelo incentivo e por sempre orar por mim.

Gostaria de agradecer também aos demais membros da minha família: a Bruna minha irmã por esta ao meu lado me dando muito carinho e amor; minha madrastra que ajudou na escrita e pela paciência; a Geane que me mostrou que devo ser eu mesma e ter confiança.

Aos meus amigos que me mostraram o valor de uma verdadeira amizade, Carlos Eduardo (Kadu) que com palavras doces sempre acreditou em mim, mesmo quando eu mesma não acreditava; ao Luiz Carlos que sempre me ajudou durante os três anos de universidade e cuidou de mim como um irmão; as minhas amigas Hanna Martinelli, Léa Coimbra, Adriana Ramos, Karinny Silva, Jessica Floriano pela grande amizade.

Aos professores da universidade em especial, Roosevelt Moldes de Castro que durante os anos de faculdade se dispôs a ajudar de diversas formas como coordenador e por ser mais que um educador e sim um amigo com suas sábias orientações. A querida orientadora e professora Thamyris Carvalho Andrade que sempre me ajudou e teve paciência para a elaboração desse trabalho, com muito carinho e amor, por permitir a participação em seu Projeto (GOsTO), que trouxe muita experiência e aprendizado para minha formação, pelos bons momentos de conversas em nossas viagens acadêmicas e por acreditar que faríamos o nosso melhor.

RESUMO

Este estudo teve como objetivo identificar, a partir da memória e das vivências em comunidade, os possíveis usos culinários do Jatobá (*Hymenaea estigonocarpa*) como alternativa de alimentação no município de Monte Alegre de Goiás. Os resultados aqui apresentados são fruto da minha experiência como moradora da cidade e da minha atuação junto ao Projeto de Pesquisa e Extensão GOsTO_ um punhado de mandioca e um bocado de Cerrado, entre os anos de 2018 a 2020, coordenado pela Professora Me Thamyris Carvalho Andrade. A partir dessa vivência, observei a necessidade de apresentar para a comunidade de Monte Alegre de Goiás os inúmeros valores desse fruto. Para a obtenção dos resultados, tomamos por base a pesquisa de natureza qualitativa, exploratória e descritiva, a partir do método fenomenológico e com o auxílio da pesquisa participante. Para a coleta dos dados foi utilizado um Roteiro de entrevista estruturado. Nesse sentido, são aqui apresentadas memórias e receitas a partir do uso do fruto do Jatobá, que deu suporte para a criação de um folder, aqui apresentada como principal produto deste estudo. Foi percebido diante dos resultados da pesquisa, que o fruto do Jatobá é apreciado pelas pessoas, que fazem o uso pelo valor nutricional e por gostar do sabor. Apesar disso, ainda não fazem o uso na culinária do dia a dia.

Palavras-chaves: Memórias afetivas. Culinária Tradicional. Nordeste Goiano. Jatobá, Cerrado.

ABSTRACT

This study aimed to identify, from memory and community experiences, the possible culinary uses of Jatobá (*Hymenaea estigonocarpa*) as an alternative diet in the municipality of Monte Alegre de Goiás. The results presented here are the result of my experience as a city resident and my work with the Research and Extension Project GOsTO_ a handful of manioc and a piece of Cerrado, between the years 2018 to 2020, coordinated by Professor MEd Thamyris Carvalho Andrade. From this experience, I observed the need to present to the community of Monte Alegre de Goiás the numerous values of this fruit. To obtain the results, we base our research on a qualitative, exploratory and descriptive study, based on the phenomenological method and with the help of the participating research. A structured interview script was used to collect the data. In this sense, memories and recipes are presented here from the use of the fruit of Jatobá, which supported the creation of a booklet, presented here as the main product of this study. It was perceived from the results of the research, that the fruit of Jatobá is appreciated by people for its nutritional value and because of the flavor. Despite this, they still don't use in a daily basis culinary.

Key-words: Affective memories. Traditional Cuisine. Northeast Goiano. Jatobá, Cerrado.

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Figura 1- Coleta de dados.	Erro! Indicador não definido.
Figura 2- Resultados	18
Quadro 1- Roteiro de entrevista	17
Figura 3- Farinha de Jatobá	27
Figura 4- Jatobá do cerrado	27
Figura 5- Pão de mel.....	29
Figura 6- Cozinha show.....	30
Figura 7- Equipe do Festival	30
Figura 8- Pão feito com fermento natural.....	30
Gráfico 1- Idade.....	32
Gráfico 2- Sexo.....	32
Gráfico 3- Conhece o Jatobá	33
Gráfico 4- Já experimentou o Jatobá	33
Gráfico 5- Fase de plantio do Jatobá	35
Gráfico 6- Conhece a farinha de Jatobá.....	36
Gráfico 7- Consumo de alimento com farinha de Jatobá	36

LISTA DE TABELAS

Tabela 1- Tabela Nutricional, composição centesimal do Jatobá do cerrado.	26
Tabela 2- Gostam do Jatobá.	34
Tabela 3- Lembrança de Infância	35
Tabela 4- Conhecem locais onde se encontra pé de Jatobá	36
Tabela 5- Conhecimento de algumas receitas	37
Tabela 6- Informações amais sobre o Jatobá	38

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

UFT	Universidade Federal do Tocantins.
IBGE	Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística.
UnB	Universidade de Brasília.
IFB	Instituto Federal de Brasília.

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	13
1.2	OBJETIVOS	15
1.2.1	Objetivo Geral	15
1.2.2	Objetivos Específicos	15
2	METODOLOGIA	16
3	REFERENCIAL TEÓRICO	19
3.1	Turismo, Gastronomia e Culinária tradicional	19
3.2	O Bioma Cerrado e seus usos culinários	20
3.3	Utilizações dos Frutos do Cerrado	21
3.4	Iniciativas para a disseminação do consumo dos frutos do Cerrado	23
4	Redescobrimdo o jatobá: Contos e Receitas	24
4.1	Composição Nutricional do Jatobá do cerrado	25
5	O MUNICÍPIO DE MONTE ALEGRE E SUAS POTENCIALIDADES	28
6	EXPERIÊNCIA DO ESTÁGIO	29
7	RESULTADOS ALCANÇADOS	32
8	CONSIDERAÇÕES FINAIS	39
	REFERÊNCIAS	41
	APÊNDICES	43
	ANEXO	47

1 INTRODUÇÃO

O presente estudo aqui desenvolvido versa sobre a Culinária Regional do Nordeste Goiano, em especial, a existente na cidade de Monte Alegre de Goiás relacionada a memória e às vivências de utilização do fruto do Jatobá. Na região de Goiás, o Jatobá é um fruto nativo e bastante disponível entre os frutos do Cerrado, no entanto, parece não ter a visibilidade necessária para a sua utilização. Isso vem a ser uma limitação, uma vez que se trata de um fruto do Cerrado com alto valor nutricional e inúmeras possibilidades para o seu uso culinário.

Alguns frutos como o pequi (*Caryocar brasiliense*), a cagaita (*Eugenia dejsenterica*), a mangaba (*Hanconia spicias*), o caju (*Anacardium humile*), o baru (*Dipterux alata*) e o buriti (*Mauritia flexuosa*) parecem ter maiores destaques em relação ao jatobá (*Hymenaea estgonocarpa*), por serem os mais chamativos e utilizados pela população.

Diante dessa hipótese, a partir da minha atuação no projeto de pesquisa e extensão “GOsTO: Um punhado de Mandioca e um bocado de Cerrado” desenvolvido a partir da disciplina de Gastronomia, Gestão e Cultura do curso de Turismo Patrimonial e Socioambiental da Universidade Federal do Tocantins, campus de Arraias, sob a orientação da Professora Mestre Thamiris Carvalho Andrade, surgiu o interesse em realizar esta pesquisa com o objetivo de identificar, a partir da memória e das vivências em minha comunidade, os possíveis usos culinários do Jatobá (*Hymenaea estgonocarpa*) como alternativa de alimentação para os moradores do município de Monte Alegre de Goiás.

Penso que por ser um fruto de sabor forte e cheiro marcante ele é por vezes rejeitado pela maioria das pessoas, por isso, o intuito de mostrar para a comunidade que o Jatobá é mais que um simples fruto do cerrado, com características mais relevantes que seu odor, e com alto valor nutricional tanto do jatobazeiro, como de seu fruto (casca e bajem) é que motivou o desenrolar desta pesquisa.

A minha história com a cidade de Monte Alegre de Goiás remonta idas e vindas entre a capital, Brasília, onde nasci e morei por alguns anos. No entanto, foi somente em 2012 que realmente me fixei neste território.

Assim, a partir das vivências e motivações apresentadas, utilizei como procedimentos metodológicos as pesquisas qualitativas, fenomenológica, exploratória e descritiva. Para a obtenção dos dados, fiz uso de um questionário por nós elaborado, e em função da pandemia

do novo Corona vírus - COVID-19, as entrevistas foram migradas para questionários via google formulários, onde foram aplicados a 18 pessoas e famílias tradicionais do município.

Este trabalho traz como resultado, algumas narrativas do povo de Monte Alegre de Goiás e receitas a partir do fruto do jatobá do cerrado (*Hymenaea estgonocarpa*) e Jatobá da mata (*Hymenaea coubaril*), de modo a apresentar possibilidades para a sua utilização na culinária local de forma apetitosa e nutritiva. Os resultados foram apresentados em forma de folder com receitas já existentes e outras por mim criadas ao longo do projeto.

1.2 OBJETIVOS

1.2.1 Objetivo Geral

Identificar, a partir da memória e das vivências em comunidade, os possíveis usos culinários do Jatobá como alternativa de alimentação no município de Monte Alegre de Goiás.

1.2.2 Objetivos Específicos

- Dissertar sobre a relação entre turismo, gastronomia e culinária tradicional;
- Dialogar sobre o bioma Cerrado e os usos culinários a partir de seus insumos;
- Identificar a percepção dos moradores do município frente a utilização do jatobá para o uso culinário;
- Criar um folder com as principais informações nutricionais do Jatobá do Cerrado (*Hymenaea estgonocarpa*), Jatobá da mata (*Hymenaea coubaril*) incluindo receitas e narrativas da cidade de Monte Alegre de Goiás.

2 METODOLOGIA

Neste capítulo, apresento o caminho trilhado para o alcance dos objetivos propostos. Nomeamos esta pesquisa como sendo de natureza qualitativa por se tratar da análise em que o próprio pesquisador é o agente principal, pois busca informar o porquê das coisas emitindo o que deve ser feito (SILVEIRA E GERHARDT, 2009, p. 32). Nesse tipo de pesquisa, “o pesquisador é o seu próprio objeto e o seu desenvolvimento é inesperado, seu conhecimento é delimitado e fracionado” (SILVEIRA E GERHARDT, 2009 p. 32).

Classifica-se ainda como uma pesquisa Exploratória e Descritiva. Exploratória por ter como objetivos: esclarecer, desenvolver e modificar conceitos e ideias (GIL, 2008. p. 27). O uso desse conceito foi utilizado, pois um dos desafios desta pesquisa é apresentar novas possibilidades sobre o uso do Jatobá do cerrado (*Hymenaea estgonocarpa*) e Jatobá da Mata (*Hymenaea coubaril*). De acordo com Gil (2008, p. 27) “este tipo de pesquisa é realizado especialmente quando o tema escolhido é pouco explorado. E descritiva por apresentar o conceito de descrever algum objeto ou fenômeno. Esse tipo de estudo pretende descrever os fatos e fenômenos de determinada realidade (SILVEIRA E GERHARDT, 2009 p. 35, apud TRIVIÑOS, 1987). Com isso, supõe-se que a realidade dos moradores do município está distante do conhecimento sobre o potencial desse fruto, principalmente sobre os seus valores nutricionais.

Como método, recorri à fenomenologia, que se trata de uma pesquisa em que se compreende o estilo de vida das pessoas, e não apenas conceitos definidos, em que são observados o modo de vida de cada sujeito e possibilita uma explicação direta do fenômeno ali observado (GIL, 2008, p. 15).

A partir do meu envolvimento com a comunidade estudada, a pesquisa classifica-se também como uma pesquisa participante, que segundo Silveira e Gerhardt (2009, p. 40), sua característica é o envolvimento e identificação do pesquisador com as pessoas investigadas. Assim, propõe-se não só observar a minha memória e as dos demais moradores diante do Jatobá, como relatar parte das narrativas que envolvem a percepção destes sujeitos observados diante do fruto.

Para a coleta de dados, desenvolvi um roteiro de entrevista estruturada (apêndice 01), com a finalidade de reunir informações que relatassem parte do conhecimento de algumas famílias de Monte Alegre de Goiás, em relação ao uso culinário do fruto do Jatobá (*Hymenaea*

estgonocarpa). Entrevistas são técnicas que consistem em o investigador, de forma prática, fazer um diálogo com o entrevistado buscando obter suas informações. De forma estruturada ela utiliza perguntas fixas facilitando o entendimento, podendo assim o pesquisador responder por escrito as suas respostas (GIL, 2008 p. 113).

Para o roteiro de entrevista, foram elaboradas as seguintes perguntas:

Quadro 1: Roteiro de entrevista

DIMENSÃO	VARIÁVEIS
Identificação do respondente	1. Nome:
	2. Idade
	3. Sexo: () Masculino () Feminino
Percepções e narrativas sobre o fruto do Jatobá	4. Você conhece o fruto do Cerrado chamado Jatobá?
	5. Você já comeu\experimentou o Jatobá?
	6. Se “sim”, você tem o hábito de se alimentar desse fruto por quais motivos:
	7. Você tem alguma lembrança de infância relacionada ao fruto do Jatobá? Se “sim”, conte-nos a história:
	8. Você tem conhecimento sobre a fase de plantio e colheita do jatobá?
	9. Aqui em Monte Alegre de Goiás, você saberia identificar os locais onde se encontra os pés de Jatobá?
	10. Se possível cite ao menos 1 receita que você conheça (ou tenha ouvido falar) a partir do fruto do Jatobá.
	11. Você teria alguma outra informação para acrescentar a respeito do uso culinário do jatobá no município de Monte Alegre de Goiás?

Fonte: Bianka Maciel, 2020.

As perguntas foram objetivas para fácil compreensão dos entrevistados. E de forma aleatória, foram selecionadas para as entrevistas, as famílias mais conhecidas da cidade, de acordo com a minha vivência nesta comunidade.

Assim, a figura abaixo sintetiza e ilustra os caminhos por mim trilhados, bem como a forma como os dados foram coletados e apresentados:

Figura 1: Coleta de dados



Fonte: Bianka Maciel, 2020.

A partir da coleta de dados, foi possível apresentar como resultado, um folder com as principais informações nutricionais e alternativas de uso para a comunidade em relação ao fruto do jatobá do cerrado (*Hymenaea estgonocarpa*), jatobá da mata (*Hymenaea coubaril*), conforme a figura abaixo.

Figura 2: Resultados



Fonte: Bianka Maciel, 2020.

Deste modo, a partir desse conjunto de classificações e caminhos eleitos, possibilitou realizar a pesquisa aqui apresentada.

3 REFERENCIAL TEÓRICO

3.1 Turismo, Gastronomia e Culinária tradicional

O turismo segundo Barreto (p. 13, apud TORRE de la 1992, p. 19) é um fenômeno onde pessoas se deslocam por um determinado tempo para um momento de descanso, recreação ou cultura. Barreto (2006, p. 17) ainda diz que “o turismo é um fenômeno complexo e diversificado”, dentro dessa diversificação está o turismo gastronômico.

Na atualidade, o Turismo motivado pelos eventos e roteiros gastronômicos tem impulsionado a valorização da culinária tradicional de diferentes localidades. A palavra gastronomia que vem do grego, teve sua primeira aparição em título de um poema por Joseph Berchoux no ano de 1801, que para alguns países como França e Inglaterra seria definido como “a arte e ciência do comer delicado” (COLLOÇO JANINE, 2013; p. 210; apud MENNELL, 1996). Segundo Erig (2015. apud BRAUNER 2007, p. 14) a gastronomia é uma disciplina que envolve artesanato, habilidade, conhecimento e técnica para quem quer praticá-la.

Para além da gastronomia como algo elaborado e por vezes encontrado nos ambientes luxuosos de um restaurante, gostaria de ressaltar neste trabalho a importância da culinária tradicional, que por sua vez é o saber fazer caseiro, é a prática de cozinhar no dia a dia, práticas centenárias passadas de geração para geração. Segundo Garcia e Castro (2010, p. 92) culinária vem do latim (*culinarius*) que quer dizer cozinhar, no qual faz parte de um fenômeno cultural.

A culinária e a gastronomia estão interligadas, pois uma complementa a outra. A gastronomia tornou-se importante na área turística, pois nutre o turista e ainda partilha da cultura gastronômica dos povos (ALINE p. 13; apud FAGLIARI, 2005). Muitos turistas atravessam o mundo apenas para praticar o turismo gastronômico, por isso vários lugares têm transformado a sua culinária tradicional em atrativos, mostrando sua cultura e riqueza local. Tais práticas podem trazer à memória várias lembranças familiares e culturais.

3.2 O Bioma Cerrado e seus usos culinários

A meu ver, uma beleza distinta de outros locais, assim é o Cerrado. Com grande diversidade de plantas, animais e frutos. Suas comunidades, normalmente, fazem uso de muitos dos seus recursos não só para alimentação como para o artesanato, para o Turismo e uso próprio.

O Cerrado ocupa o segundo maior espaço no território brasileiro, ficando atrás apenas da floresta amazônica. O Cerrado caracteriza-se pela existência de verões chuvosos e invernos secos, um clima categorizado como Aw de Köppen (tropical e chuvoso) (RIBEIRO, WALTER, 1998). O bioma está presente nos estados do Goiás, Distrito Federal e Tocantins e abrange parte dos estados da Bahia, Maranhão, Ceará, Rondônia, Minas Gerais, Mato Grosso, São Paulo e Piauí.

A palavra cerrado tem origem do latim que significa fechado. É uma mata que tem árvores tortas com casca grossa, animais silvestres e uma diversidade de frutos. Composto por fitofisionomias, formações bastantes diversas. Seus solos, do ponto de vista físico-químico, biológico, também são muito diferentes (COUTINHO, 2006, p. 14). Com o passar dos anos esse território começou a ser utilizado na agricultura e pecuária, isso trouxe um grande problema de desmatamento e extinção de animais, apesar de sofrer com queimadas devastadoras, ela consegue se recompor na maioria das vezes.

O Cerrado é considerado por muitos estudiosos como uma savana muito forte, porém vem sofrendo muito com a falta de cuidados. Segundo Coutinho (2006, p. 15), o agravamento dos problemas ambientais tem afetado o bioma de forma que pode causar extinção de espécies nativas do cerrado.

Apesar de todas essas características, o que mais me chama atenção em relação a este bioma, são seus frutos e as distintas possibilidades de preparos e receitas a partir deles. O ambiente da cozinha sempre me foi interessante, poder criar, testar e descobrir novos sabores, foi uma das motivações que me trouxe a esse tema. A gastronomia do cerrado é diversificada devido seu grande potencial de frutos, que podem ser consumidos *in natura* ou preparados nas formas de sorvetes, mousses, geléias, pães, sucos, doces e bolos.

O Cerrado é um campo que dispõe de um vasto acervo de frutos, conta com aproximadamente 11.627 espécies de plantas nativas já catalogadas e parte delas fazem parte da culinária local (Brasil, 2020). Frutos como o pequi (*Caryocar brasiliense*), o baru (*Dipterux*

alata), a mangaba (*Hanconia speciosa*), o buriti (*Mauritia flexuosa*), o araticum (*Annona montana*) e o caju (*Anacardium humile*) são os mais utilizados pela população monte-alegrense na fabricação de doces, sucos e alimentos do dia a dia.

3.3 Utilizações dos Frutos do Cerrado

Pequi (*Caryocar brasiliense*) o mais conhecido dos alimentos do cerrado, origina-se pyqui, onde "py" significa casca e "qui" espinhos. Sua árvore pode chegar a dez metros de altura, sua flora começa em junho chegando a outubro e frutifica de agosto a janeiro (ALMEIDA, SILVA, 1994, p. 6). Além do uso da extração e uso do óleo, também podemos encontrar pratos realizados com o fruto: arroz com pequi, frango com pequi, doce de pequi e galinhada.

Baru (*Dipterix alata*) conhecido como cumaru ou cumbaru é um fruto de casca grossa que serve de ração para bovinos, sua polpa é uma semente que pode ser consumida em forma de óleos, farinha, torrado, bolos e sobremesas. (SILVA, RIBEIRO E ALMEIDA, 1987).

Mangaba (*Hanconia speciosa*) uma fruta redonda na cor esverdeada com um tom de amarelo com um gosto macio, suave e refrescante. Sua árvore, que varia de dois a dez metros de altura, tem flores brancas. Quanto ao período de floração, este vai de agosto a novembro, podendo, no entanto, florir em épocas diferentes; já a frutificação ocorre entre outubro a abril. Uma particularidade, tanto da árvore quanto do fruto, é a existência de um látex (leite de mangaba), (LIMA, SCARIOT, p 17. 2010). Esse fruto do cerrado pode ser usado in natura, assim como é possível sua utilização em sorvetes, mousse, geléia, licores, sendo até mesmo usado na medicina.

Buriti (*Mauritia flexuosa*), a fruta mais conhecida da região, pode ser facilmente encontrada em lugares com bastante água, esta pode ser usada no preparo de doce, sorvete, farinha e paçoca. Sua árvore mede até quarenta metros de altura, a palmeira pode ser usada na confecção de cestos, chapéus, vassouras e telhado de casas, sua madeira é usada para fabricar brinquedos e rolhas de garrafas (ALMEIDA, SILVA, 1994, p. 25 e 26).

Araticum (*Annona montana*) a fruta do cerrado com gosto forte, mas cremoso, que pode ser consumida in natura ou no preparo de sucos, doces, sorvetes e geleias. Sua fruta pode chegar

até 2kg o período de floração é de dezembro a janeiro e frutifica de fevereiro a abril (SILVA, RIBEIRO E ALMEIDA, 1987, p. 11-14).

Caju (*Anacardium humile*) uma fruta do cerrado que tem aproximadamente quatro espécies sendo uma delas o cajuzinho do cerrado que é pequeno e vermelho. Pode ser comido *in natura*, sua castanha como farinha, em granola, sua polpa como suco, caldas e doces. Sua maior concentração está no nordeste brasileiro, podendo encontrar no Amazonas (BARROS, M; PAIVA, R; CRÍSORTOMO, R; 2003, p. 12).

Frutos como o jatobá (*Hymenaea estigonocarpa*), a pera do campo (*Eugenia klotzschiana*), o murici (*Byrsonima crassifolia*) e o bacupari (*Garcinia gardneriana*) são os menos conhecidos e utilizados na culinária da população monte-alegrense.

Jatobá (*Hymenaea estigonocarpa*) um fruto de sabor forte e odor marcante, sua árvore pode chegar a 6 m metros de altura, florescendo no período de dezembro a março e frutificando no mês de junho a outubro podendo chegar a novembro (SILVA et al, 2001, p 176). Sua polpa pode ser consumida *in natura*, sua farinha pode ser consumida em forma de bolos, pães, doces, licor e mousse.

Pera do campo (*Eugenia Klotzschiana*) conhecida também como pêra do cerrado, sua árvore pode medir de 1 a 2 metros de altura, tem uma casca fina aveludada na cor amarela. Sua polpa pode ser usada em doce e geleia (CORDEIRO SILVA, 2016, p 3 apud; BRASIL, 20002; FARIA JUNIOR, 2010; SILVA et al, 2001).

Murici (*Byrsonima crassifolia*) uma fruta amarela e pequena com uma polpa carnuda, pode ser consumida *in natura* ou na fabricação de suco, licores, geléia e sorvete, (GUIMARÃES, SILVA 2008, p 817; apud ALVES FRANCO 2003).

Bacupari-do-cerrado (*Salacia elliptica*) uma fruta de sabor doce com uma polpa firme, sua árvore pode chegar a ter 8 metros de altura. Seu tempo de colheita é entre novembro de dezembro, sua forma de consumo é *in natura* (Nó de oito, 2020).

Todos estes frutos que fazem parte da gastronomia regional estão na mesa da população de diferentes formas. Apesar dessa variedade de frutos, alguns como pode ser observado, nem sempre são utilizados para a alimentação cotidiana de seus habitantes, às vezes por desconhecimento de sua existência e possibilidades de uso culinário e outras vezes por simples

preconceito de considerar os frutos do cerrado como alimento pouco sofisticado ou mesmo “comida de roça”.

3.4 Iniciativas para a disseminação do consumo dos frutos do Cerrado

Apesar de todos esses possíveis apontamentos sobre a não utilização dos frutos para a alimentação, é importante ressaltar algumas iniciativas que tem como principal objetivo, a disseminação da utilização desses frutos na culinária, principalmente como forma de conservação do bioma.

Uma dessas iniciativas é o projeto “GOsTO: Um punhado de Mandioca e um bocado de Cerrado” desenvolvido a partir da disciplina de Gastronomia, Gestão e Cultura do curso de Turismo Patrimonial e Socioambiental da Universidade Federal do Tocantins, campus de Arraias, sob a orientação da Professora Mestre Thamyris Carvalho Andrade, no ano de 2017, do qual eu faço parte. Dentro desse projeto realizamos o Festival Gastronômico de Arraias, que tem como finalidade de fomentar a culinária do nordeste goiano e do sudeste do Tocantins, em especial, das comunidades quilombolas existentes neste território, bem como conservar o bioma Cerrado por meio da utilização de seus insumos nas práticas gastronômicas.

Minha participação nesse projeto me trouxe agradáveis experiências, uma delas foi a realização de um *coffe break* para um evento de libras realizado na UFT, com a missão de fazer um café da manhã utilizando insumos do cerrado. Outra participação que aprendi muito foi assistir o Documentário História da Alimentação Brasileira (baseado no livro de Câmara Cascudo), que conta um pouco de como cada cultura alimentar surgiu no Brasil. E por fim umas das mais praticadas e divertidas foi aprender a fazer fermento natural, onde fizemos um pão utilizando o mesmo.

Gostaria também de falar de outras iniciativas de conservação do cerrado, como por exemplo o “Pitadas de Cerrado” que é um projeto de extensão realizado na Universidade de Brasília – UnB dès de 2017, e coordenado pela professora Dr^a Tainá Zaneti, que tem por objetivo sensibilizar as pessoas através da gastronomia utilizando frutos do cerrado.

O projeto “Cerrado no Prato” iniciado no ano 2018 coordenado pela Ana Paula Jacques, professora de gastronomia do Instituto Federal de Brasília – IFB, conta com um conjunto de chefs e cozinheiros que buscam conservar a cultura do bioma cerrado.

“Frutos e sementes do Cerrado” é um projeto do pesquisador Marcelo Kuhlmann, biólogo, que através de fotografias mostra os encantos do cerrado, ele escreveu três livros onde apresenta mais de 500 mil espécies nativas de frutos e da fauna cerratense.

Essas e outras iniciativas somam forças para alcançarmos juntos, a conservação do bioma cerrado e disseminação do uso de seus frutos para a gastronomia.

4 Redescobrimo o jatobá: Contos e Receitas

Cientificamente conhecido como o jatobá do cerrado (*Hymenaea stgonocarpa*), é um fruto do cerrado no qual sua árvore tem aproximadamente de 4 a 6m de altura, seu fruto, uma bagem de casca grossa na cor marrom escuro tem de 6 a 18 cm de comprimento e diâmetro 3 a 6 cm. O jatobá do cerrado é encontrado em alguns estados do Nordeste, centro oeste e sudeste do Brasil, como Goiás, DF, Bahia, Mato Grosso, Mato Grosso do Sul, Tocantins, Minas Gerais, Maranhão e Piauí. Há também a espécie *Hymenaea coubaril* conhecida como Jatobá da mata, Jatobá gigante e jatai, sua árvore pode chegar a 15m de altura e seu fruto a 15cm de comprimento (KUHLMANN, 2018, p. 334).

O jatobazeiro, uma árvore que dispõe de uma rica variedade de propriedades, dentre elas, o seu fruto, o jatobá (*Hymenaea estgonocarpa*). Pode ser utilizado desde o seu fruto até seu tronco, onde ele serve para chás medicinais feitos da sua casca na cura de problemas renais (COHEN, 2010, p. 10). O fruto jatobá (*Hymenaea estgonocarpa*) tem uma casca grossa em um tom de marrom escuro, sua polpa é amarelada com uma textura macia e seca, que envolve a semente pequena na cor marrom também. Existem duas espécies de jatobá, o jatobá do cerrado e o jatobá da mata, o que os diferenciam são o tamanho e suas texturas.

A população de Monte Alegre de Goiás possui o conhecimento da existência do fruto jatobá do cerrado, no entanto, parecem não ter familiaridade com as várias formas em que ele pode ser utilizado, como na fabricação de bolos, pães e doces.

4.1 Composição Nutricional do Jatobá do cerrado

Árvore

A árvore do Jatobá (*Hymenaea estigonocarpa*), floresce no período de dezembro a março e frutifica no mês de junho a outubro, podendo chegar a novembro (SILVA et al, 2001, p. 176). Sua entrecasca, que pode ser usada para extração de uma tinta vermelha através do processo de cozimento, da mesma forma, sua madeira é capaz de ser utilizada na construção naval e civil (COHEN, 2010).

Fruta

Hymenaea stigonocarpa é considerada uma leguminosa fazendo parte da família (leguminosa) do baru, feijão e do pau brasil (COHEN, 2010, p. 10). Segundo Silva et al (2001, p. 176-177), as fibras dessa fruta ajudam na prevenção de doenças crônicas, no entanto, seus nutrientes fisiológicos podem causar alteração nas funções gastrointestinais, aumento de massa fecal, redução dos níveis de colesterol, glicemia e insulina.

Segundo Cohem (2010), a polpa de Jatobá comparado as outras frutas tem o teor de umidade baixa, isso pode ajudar no seu armazenamento em uma temperatura ambiente. As proteínas são de suma importância em uma fruta. No jatobá apresenta 6,20% a 7,60% de proteínas que seria uma quantidade significativa comparado a outras frutas, no entanto, por ela ser uma leguminosa seu teor é baixo, já que elas têm entre 17% a 50% de proteína (COHEM, 2010, p 12-13; apud DESHPANDE e DAMODARAM).

Os lipídeos¹ contidos no Jatobá também são baixos, comparados a outras leguminosas, possuem de 2,12% a 4,04%, mesmo assim são portadoras de vitaminas A, D, E, K (COHEM, 2010, p. 13). A glicose² do jatobá é considerada a maior dos frutos do cerrado, chegando a 30,90% a 34,28% seria então a mais doce, isso também aumenta seu valor calórico variando entre 170,28 kcal a 391,1 kcal (COHEM, 2010, p.14).

O jatobá possui uma grande quantidade de fibras, classificado como solúveis 11,01% e insolúveis 42,86%. Estas são partes comestíveis da fruta, a menor porcentagem é a que dissolve em água, a parte maior não se dissolve (COHEM, 2010, p.15). As cinzas do Jatobá, que são

¹ Lipídeos são gorduras que podem conter tanto em frutas como em animais.

² Açúcar contido nas frutas. Carboidrato.

resíduos inorgânicos, que situam-se após a queima, fica em média de 3,38% a 4,20%, comparado a outras frutas este valor é bem elevado.

Tabela 1: Tabela Nutricional, composição centesimal do Jatobá do cerrado

Constituinte	Jatobá
Proteínas	5,83%
Lipídeos	1,80%
Glicose	35,40%
Fibras solúveis	11,01%
Fibras insolúveis	42,86%
Cinzas	3,07%
Umidade	9,50%

Fonte: COHEM, 2010.

Forma de utilizar

Uma das formas de utilização do jatobá é por meio da farinha, a retirada dela é simples, a partir da quebra da casca do fruto, raspando a polpa com uma faca, separando-a da semente, e em seguida passa por um processamento no liquidificador. Por fim, ela é peneirada para que fique bem fina e pronta para o uso culinário (SILVA, RIBEIRO E ALMEIDA, 1987, p. 40).

Abaixo, segue uma lista como proposta de alimento salgados e doces, utilizando a farinha de Jatobá (ver anexo e apêndice);

- ❖ Bolo de Jatobá
- ❖ Pão de Jatobá
- ❖ Brigadeiro de jatobá
- ❖ Pão de mel de Jatobá
- ❖ Tapioca feita com Jatobá
- ❖ Mousse de Jatobá
- ❖ Frango empanado com farinha de Jatobá

Figura 3: Farinha de Jatobá do cerrado



Fonte: Bianka Maciel 2020

Figura 4: Jatobá do cerrado



Fonte: Bianka Maciel 2020

5 O MUNICÍPIO DE MONTE ALEGRE E SUAS POTENCIALIDADES

A minha história com a cidade de Monte Alegre de Goiás remonta idas e vindas entre a capital, Brasília; onde nasci e morei por alguns anos. No entanto, foi somente em 2012 que realmente me fixei neste território. A natureza em abundância, a tranquilidade, a paisagem e a minha primeira experiência no ambiente escolar, todas essas características fez nascer o meu encanto pela localidade.

Monte Alegre de Goiás esta geograficamente localizada no nordeste do Estado de Goiás, conta-se que o município de Monte Alegre de Goiás surgiu com a chegada dos garimpeiros em busca de ouro em meados do século XVIII. Neste período, a cidade era parte do município de Arraias-TO³ e era conhecida como Morro do Chapéu por ter um morro envolta da cidade que se assemelha a tal figura. No ano de 1947 muda-se o nome para Monte Alegre de Goiás. É uma cidade pequena com cerca de 7.730 mil habitantes, (segundo o último censo do IBGE, 2010). Ela fica a 571 km da capital do estado, Goiânia, e a 376 km de Brasília capital do país (ROTA MAPAS, 2020). Com base na minha vivência como moradora do município, observei que a cidade vive de pequenos negócios autônomos (mercados, farmácias, lanchonetes, papelaria, padaria, oficina, madeireira, loja de informática, restaurantes, distribuidora, pequenos agricultores e fazendeiros), vejamos agora, o serviços oferecidos por meio de gestão pública; escolas municipais (professores, merendeiras, faxineira, seguranças); hospital (médicos, enfermeiras e psicólogos) e outros como garis, assistente social e auxiliar de serviços gerais. Ainda há outros negócios da cidade, pessoas que trabalham em suas casas, na fabricação de bolos e salgados.

No município de Monte Alegre de Goiás encontramos em nosso território a Comunidade Quilombola, que reside a 79 km do município; nela se encontra comunidade Riachão, que é um lugar de difícil acesso, pois é necessário percorrer 39 km de estrada de chão até chegar ao povoado. A comunidade possui energia, água encanada, telefone e internet via satélite, escolas, no entanto não possui posto de saúde. Os moradores sobrevivem da agricultura e de benefícios do governo (SOUZA 2014, p 24).

³ Antes da Constituição de 1988, a cidade de Arraias era considerada do território de Goiás. A partir da CF/88, essa cidade passou a pertencer ao território do estado novo, o Estado do Tocantins.

Como já foi exposto, minha pesquisa tem como objetivo mostrar a população, que o jatobá pode ser uma alternativa de alimentação já que é um fruto rico em nutrientes e se encontra com facilidade na cidade.

6 EXPERIÊNCIA DO ESTÁGIO

Participar do estágio no Projeto (GOsTO), me trouxe novas experiências na área de Gastronomia e Eventos.

Uma das primeiras ações que realizamos, foi a de um chamado para realizar um coffee break, para um evento de libras (II Seminário Língua de Sinais Sudeste Tocantinense), que foi realizado na Universidade Federal do Tocantins - Campus Arraias. O evento teve duração de 3 dias. A proposta foi a de realizarmos um café da manhã e um lanche, utilizando insumos do cerrado para valorizar o bioma cerrado. Este evento atendeu mais de 120 pessoas, que nos deu a oportunidade, de apresentar o quanto nosso cerrado pode estar em nossa mesa no dia a dia. No presente Evento, tive a oportunidade de apresentar o produto da minha criação “delicinhas do cerrado”, onde fiz um pão de mel de Jatobá, valorizando esse fruto nativo da região.

Figura 5: Pão de mel.



Fonte-Bianka Maciel 2020

O evento mais importante do Projeto (GOsTO), consiste no Festival Gastronômico de Arraias. O objetivo do Festival é valorizar a culinária do cerrado especialmente no Nordeste Goiano e Sudeste do Tocantins. Participei da realização do III festival Gastronômico de Arraias. E então começamos os preparativos para o Festival no mês de agosto de 2019. Fizemos divisão de equipes, para facilitar a organização e parceria com a prefeitura da cidade. Para arrecadação de recursos financeiros, realizamos a venda de copos personalizados, aventais, botons, rifas e

camisetas. No total, 18 participantes venderam seus pratos com os insumos do cerrado, nos dias 12 e 13 de outubro. O Festival Gastronômico é um evento admirável, pois me fez ver o quanto é importante uma Universidade trabalhar a cultura local de uma determinada região.

Figura 6: Cozinha Show



Foto- Bocalon 2019

Figura 7: Equipe do Festival



Foto- Bocalon 2019

A experiência que particularmente apreciei, foi fazer o fermento natural, que apesar da distância e devido a quarentena, foi bastante prazeroso participar dessa aula. O fermento passou por um processo de 7 dias, até ficar no ponto de uso, e depois desse tempo fizemos um pão recheado, que durou dois dias para ficar pronto, e que apesar da demora, o pão ficou bem saboroso.

Figura 8: Pão feito com o fermento natural.



Foto: Marcos Aurélio Maciel 2020

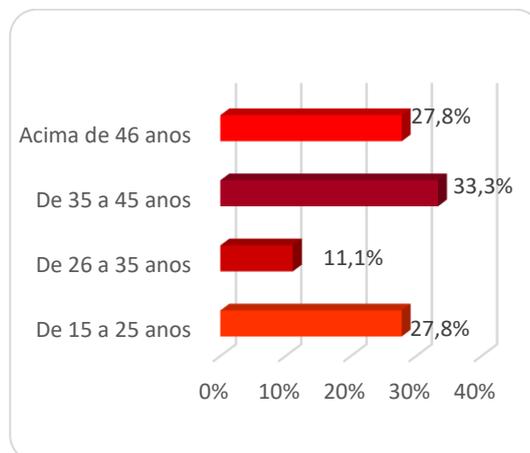
O Documentário “História da Alimentação Brasileira” baseado no livro de Câmara Cascudo, foi bem interessante; dividido em treze episódios, ele conta como se deu a alimentação brasileira através da miscigenação entre portugueses, indígenas e africanos. Aprendi com esse documentário, o quanto alimentos simples como mandioca, o milho e o coco podem ser usados de várias formas em diversos pratos.

7 RESULTADOS ALCANÇADOS

Os resultados obtidos serão apresentados através da pesquisa realizada na forma de formulário via Google, os dados estão em forma de gráficos para as perguntas fechadas e tabelas para as perguntas abertas. Conforme mencionado, realizei a aplicação do questionário para 29 pessoas, na qual somente 18 responderam entre os dias 22 de outubro a 1 de novembro de 2020.

Inicialmente foram feitas perguntas pessoais como nome, idade e sexo. Dentre os entrevistados, a idade dos mesmos está entre 15 a 65 anos cujo o resultado são.

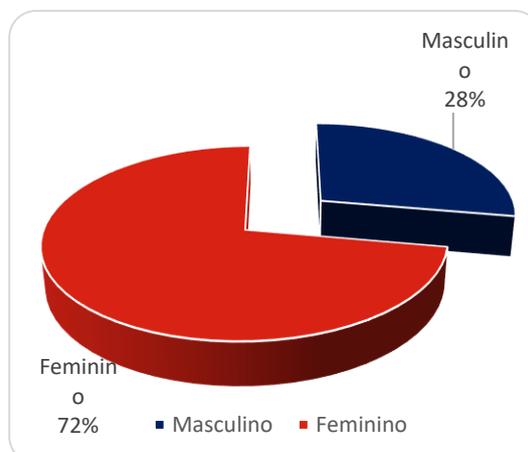
Gráfico 1: Idade



Fonte: Bianka Maciel, 2020.

O resultado da pesquisa evidenciou que, 72% são mulheres e 28% são homens, do total de entrevistados.

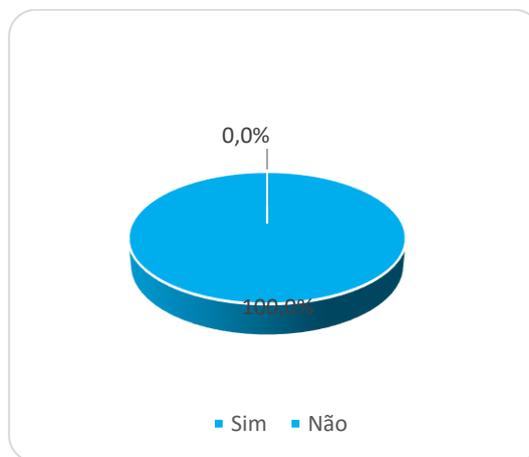
Gráfico 2: Sexo



Fonte: Bianka Maciel 2020

A partir da pergunta 4 em diante, estão relacionadas questões sobre o fruto do Jatobá. Foi perguntado, se eles tinham o conhecimento do fruto Jatobá, e todos os entrevistados disseram sim. Assim percebi com surpresa que, uma porcentagem da geração mais nova já conhece o fruto, mesmo afirmando que não haviam provado do mesmo, como se mostra no resultado a seguir.

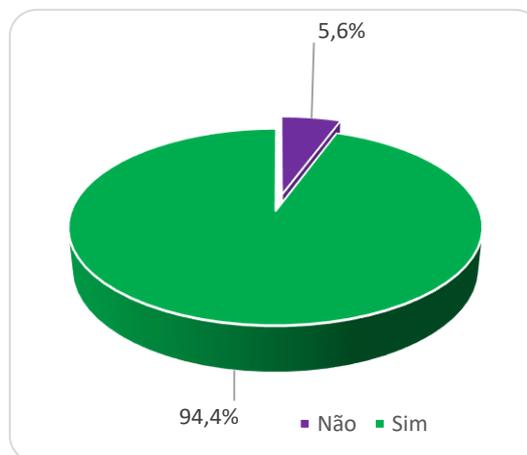
Gráfico 3: Conhece o Jatobá



Fonte: Bianka Maciel 2020

Dos respondentes que conhecem o fruto, 94,4% já experimentaram e 5,6% nunca provaram.

Gráfico 4: Já experimentaram o Jatobá



Fonte: Bianka Maciel 2020

Para os que na pergunta anterior, disseram que provaram, foi perguntado se tinham o hábito de se alimentar do jatobá; esta foi uma pergunta aberta e apenas uma pessoa não soube responder. Diferente do que se pensávamos, as pessoas gostam do sabor do Jatobá, mas o consomem mais, ele devido ao seu valor nutricional.

Tabela 2- Gostam do Jatobá.

Respondente 1	<i>Valor Nutricional</i>
Respondente 2	<i>Sim. Pelo gosto.</i>
Respondente 3	<i>Porque ele além de ser um alimento ricos em nutrientes, também previne contra úlceras no estômago e intestino.</i>
Respondente 4	<i>Por suas propriedades medicinais</i>
Respondente 5	<i>Pelo sabor ser agradável</i>
Respondente 6	<i>Apenas experimentei para conhecer</i>
Respondente 7	<i>Porque eu o acho gostoso.</i>
Respondente 8	<i>Não</i>
Respondente 9	<i>Gosto e valor nutritivo.</i>
Respondente 10	<i>Por gostar mesmo.</i>
Respondente 11	<i>Pelo fato de gostar apenas.</i>
Respondente 12	<i>Pelo sabor.</i>
Respondente 13	<i>Pelos valores nutritivos que contém c</i>
Respondente 14	<i>-</i>
Respondente 15	<i>Não tenho hábito, apenas como quando tenho oportunidade.</i>
Respondente 16	<i>Não</i>
Respondente 17	<i>Acho gostoso e relembro minha infância.</i>
Respondente 18	<i>Primeiro que gosto e segundo porque a região é rica do mesmo.</i>

Fonte: Bianka Maciel 2020

Os entrevistados indicaram alguns conhecimentos, sobre o fruto do jatobá na pergunta 5.1, referente a lembranças da infância em relação ao fruto. O conhecimento dos respondentes está ligado as brincadeiras no cerrado e a momentos em família, que sempre o tinham como uma alternativa de lanche. Um ponto já se esperado, por se tratar de um fruto nativo da região.

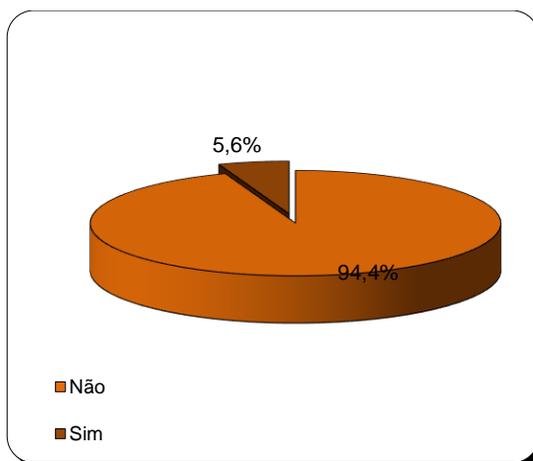
Tabela 3- Lembrança de Infância.

Respondente 1	Sim
Respondente 2	Sim. Me lembro de que quando ia comer o jatobá, ele ficava impregnado nos meus dentes.
Respondente 3	A gente fazia de conta que o jatobá era boneca. Não tínhamos condições financeiras de possuir uma na época. Ai enfeitávamos e brincava
Respondente 4	Não.
Respondente 5	Não tenho nenhuma lembrança relacionado ao furto Jatobá
Respondente 6	A minha da mãe gosta muito de jatobá, me lembro dela comendo
Respondente 7	Sim. Saíamos para o cerrado para colhe-lo.
Respondente 8	Quando criança comia o Jatobá principalmente quando eu estava em companhia com meus primos, em passeios pelo campo próximo à minha cidade.
Respondente 9	sim. Desde criança gosto de ir onde tem e colhê-lo. Sempre iamos para o cerrado buscá-lo.
Respondente 10	que o danta alimenta os porcos e o do Campo é o que as pessoas comem. Então roemos o caroço.
Respondente 11	Não
Respondente 12	Sim. Passei a minha infância morando na zona rural, e todos os dias andávamos três KM a pé, até a escola. Na volta já com fome, eu meu irmão mais velho, e alguns colegas vizinhos, apostávamos corrida, para vê quem chegava primeiro no pé de jatobá. Eram bem divertidos, e parecia mais saboroso.
Respondente 13	Colhia sacos e guardava quando ia comer estava cheio de bichos
Respondente 14	Não
Respondente 15	Sim. Na região onde morava, tinha este fruto, e como toda criança, eu comia e gostava.
Respondente 16	Sim. Quando criança, costumava pegar Jatobá no cerrado, comer e levar pra casa. Fazia muito misturado com água e açúcar. Toda família gostava de comer. Comia tbm direto, após descascado.
Respondente 17	Sim! Quando era criança minha mãe, minhas irmãs e eu iamos pegar o fruto de jatobá no cerrado, era uma diversão total
Respondente 18	Lembro de irmos ao cerrado procurar não só o jatobá mas todas as frutas do nosso cerrado.

Fonte-Bianka Maciel 2020

O próximo gráfico refere-se à pergunta 7, onde boa parte dos entrevistados, apesar de conhecer o fruto não conhece a fase do plantio do Jatobá. Isso pode acontecer, devido ao fato do fruto, se achar com facilidade no mato e não ser uma planta de jardim.

Gráfico 5: Fase de plantio do Jatobá.



Fonte: Bianka Maciel 2020

Referente a pergunta 8, a tabela a seguir, revela respostas de conhecimento dos respondentes, sobre onde se localiza um pé de Jatobá, e que faça parte de sua realidade. Observei que, as fazendas são os lugares de maior conhecimento dos entrevistados,

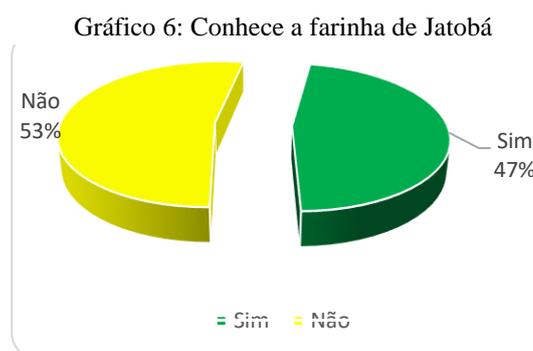
principalmente os povoados da Ponta da Serra e Riacho dos Cavalos. São localidades em que se a liberdade de colher o fruto.

Tabela 4- Conhecem locais onde se encontra pé de Jatobá.

Respondente 1	Sim
Respondente 2	Não.
Respondente 3	Na minha casa e no cerrado
Respondente 4	Próximo ao posto de gasolina, as margens do rio raiz próximo a cidade
Respondente 5	Não sei
Respondente 6	Fazendas
Respondente 7	Sim.
Respondente 8	Sempre havia jatobá na região próxima ao aeroporto e também na região próxima ao Rio Sucuri e ao Rio Lava pés e ainda na região da Fazenda Pé da Serra
Respondente 9	Sim. Tem em todas as regiões do município.
Respondente 10	Fazenda Borges e Campo de Avião.
Respondente 11	Fazenda Borges e Campo de Avião
Respondente 12	Fazenda Santo Estevão, Fazenda Ponta da Serra, Fazenda Riacho dos Cavalos, Fazenda Lagoa e Fazenda Boqueirão.
Respondente 13	Sim Fazenda Ponta da Serra etc.
Respondente 14	Sim, no cerrado daqui.
Respondente 15	Não
Respondente 16	Prox ao Auto posto, prox ao Riacho dos Cavalos, na fazenda Borges
Respondente 17	Não
Respondente 18	Encontramos em várias fazendas da região. Nos povoados. Acredito que na maioria da zona rural da nossa região podemos encontrar como por exemplo Povoado Riachão e Fazenda Sucuri.

Fonte: Bianka Maciel 2020

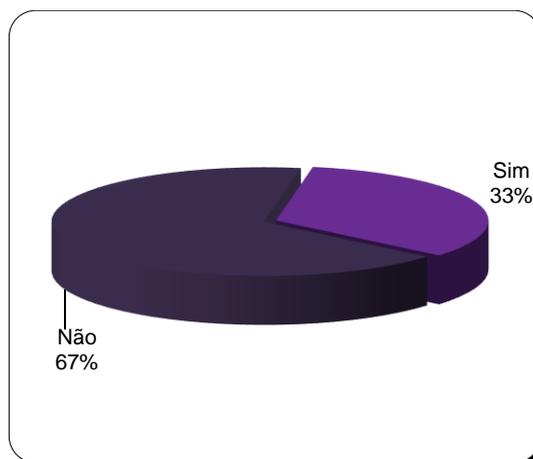
As perguntas a seguir são com relação a farinha de Jatobá. Dos respondentes, 53% não ouviram falar da farinha e 47% já ouviram. Acredita-se, que a maior parte que não ouviu, seja da nova geração, pois os mais velhos usavam sua polpa em alguns alimentos.



Fonte: Bianka Maciel 2020

A pergunta 9.1 está direcionada ao consumo de algum alimento, feito com a farinha de Jatobá. Como eu já havia previsto em meu trabalho, as pessoas, apesar de já terem o conhecimento do fruto e de sua farinha, não os utilizam em sua alimentação em seu dia a dia. Talvez por não terem costume é até mesmo não acharem prático para o consumo.

Gráfico 7: Consumo de alimento com farinha de Jatobá.



Fonte: Bianka Maciel, 2020.

Na pergunta número 10, os entrevistados informaram algum tipo de receita que conheciam, feita a partir do fruto do jatobá. Porém, muitos apenas citaram nomes das receitas, mas não souberam falar o modo de preparo das mesmas.

Tabela 5- Conhecimento de alguma receita.

Respondente 1	Bolo de jatobá
Respondente 2	Já ouvi falar do licor de jatobá.
Respondente 3	Nenhuma. Conheço apenas sorvete de jatobá e a própria fruta. Geralmente consumimos in natura.
Respondente 4	Não
Respondente 5	Não conheço receitas com o fruto Jatobá
Respondente 6	Leite condensado, farinha de jatobá e mateiga
Respondente 7	Bolo e vitamina.
Respondente 8	Não sei informar a receita.
Respondente 9	Musse, pão de mel, bolos, vitaminas.
Respondente 10	Não.
Respondente 11	
Respondente 12	Retirar a polpa de um jatobá, bater com um copo de leite gelado e uma colher de açúcar mascavo. Bater tudo no liquidificador, e está pronto o creme. Boa appetite
Respondente 13	Vitamina
Respondente 14	Não conheço nenhuma receita.
Respondente 15	Nunca ouvi falar
Respondente 16	Não conheço
Respondente 17	Não conheço nenhuma receita.
Respondente 18	Não me recordo.

Fonte: Bianka Maciel 2020

Na tabela 11, os respondentes deram informações sobre seu conhecimento com relação ao uso culinário do jatobá. Uma das respostas que mais me chamou atenção, foi o relato de uma agente comunitária que cuida de uma senhora. Ela conta que sua família era carente, e que se alimentou da polpa do jatobá, misturada apenas com água, para alimentar os dez filhos, que tinham diferenças mínimas de idade entre eles. Hoje seus filhos são crescidos e são muitos

saudáveis. Tentei buscar mais informações sobre essa família, mas infelizmente, por se tratar de uma idosa e tomando todos os cuidados, necessários a pandemia, não pude obter maiores informações.

Tabela 6- Informações amais sobre o Jatobá

Respondente 1	Não
Respondente 2	Não.
Respondente 3	O vinho de jatobá é bom pra tomar em jejum pequenas doses pra prevenção de doenças do trato estomacal. Mas em comida só sei de musse de jatobá e sorvete.
Respondente 4	Não
Respondente 5	Não
Respondente 6	Não
Respondente 7	Fiquei sabendo que é fonte de vitaminas.
Respondente 8	Não
Respondente 9	A casca da madeira é utilizada na medicina da região.
Respondente 10	Não
Respondente 11	Não
Respondente 12	Sim. Como Agente Comunitário de saúde, tenho o relato de uma família bastante carente, sem planejamento familiar. Teve dez filhos com diferença de um ano de um bebê para outro. A mãe relata que passavam muita fome e no desespero pegava jatobá retirava a polpa misturava com água, preparava o mingau e dava a seus filhos desde recém nascido. Estas são suas palavras: ' meus filhos foram criados tomando mingau de jatobá". Hoje são adultos saudáveis, cheios de vida!!!!
Respondente13	Não
Respondente 14	Já ouvi falar que a casca serve de remédio.
Respondente 15	Não
Respondente 16	Não
Respondente 17	Não.
Respondente 18	Se não estou enganado já ouvi falar do óleo do jatobá, mas ainda não tive o contato.

Fonte: Bianka Maciel 2020

Após analisar os resultados, conclui que o fruto do Jatobá é conhecido pela população monte-alegrense; no entanto, a utilização do Jatobá não faz parte do hábito alimentar desse povo. Como podemos perceber, a farinha de Jatobá é conhecida por parte dos entrevistados, no entanto receitas feitas a partir dela não são de conhecimento deles.

Mediante a pesquisa mencionada, criei um “Folder Delicinhas do Cerrado”, que traz informações do fruto do Jatobá e algumas receitas, realizada a partir da farinha do jatobá. (ver anexo A).

8 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Meu estudo foi realizado com base no fruto do jatobá e teve como objetivo apresentar a população de Monte Alegre de Goiás, as variadas formas que o Jatobá pode ser utilizado, pois, apesar de ser conhecido, ele não é muito usado na alimentação como os outros frutos do cerrado.

Como forma de pesquisa, usei a forma “Qualitativa”, por se tratar de uma pesquisa que ampliar meu conhecimento nessa área de estudo. Ela é Descritiva e Exploratória. E sua finalidade consistia em esclarecer e descrever as formas do uso do jatobá. Ela é também “Participante”, uma vez que consiste nas características, no envolvimento e na identificação do pesquisador com as pessoas entrevistadas. Todas elas possuíam elementos que ajudaram no desenvolvimento da pesquisa. E para coleta de dados utilizei a entrevista como fonte de informações.

Dos objetivos específicos que foram propostos, todos foram respondidos. Discorri sobre a relação que há entre o Turismo e Gastronomia e a Culinária Tradicional, que nos permitiu visualizar a relação que há entre as pessoas e a comida. A Culinária Tradicional foi a que mais se destacou, pois, o conhecimento das gerações mais novas foi adquirido por meio da experiência dos pais. Um dos objetivos foi alcançado com a criação do folder “Delicinhas do Cerrado”, e com as informações do jatobá e com duas receitas de fácil preparo.

Diante dos resultados obtidos, observei que a comunidade de Monte Alegre de Goiás, tem o conhecimento do Jatobá e faz o uso do mesmo pelo sabor e valor nutricional. Pude observar também, que não há o consumo de alimentos feitos à base da farinha de Jatobá, uma vez que não tinham o conhecimento das receitas com o fruto e nem mesmo o processo para obtenção da farinha. O conhecimento que eles têm é o da infância; o jatobá sempre esteve presente ora nas brincadeiras, ora na alimentação. A partir dessa ideia, a minha percepção sobre o conhecimento das pessoas e o gostar do sabor do Jatobá mudaram; uma vez que constatei, que eles gostam e sabem que o jatobá é uma fruta nutritiva, mas em relação a farinha, realmente pude ver que eles não fazem uso dela.

Durante a elaboração desse Trabalho, compreendi mais a fundo a importância de valorizar os frutos do cerrado e a partir desse estudo, elaborei uma Receita utilizando a farinha de jatobá. É o Pão de Mel de Jatobá com recheio de brigadeiro de Jatobá. Portanto, conluo

minha pesquisa tendo os meus objetivos alcançados. Durante esse processo compreendi a importância de as pessoas da comunidade valorizarem os frutos nativos de sua região e passarem seus conhecimentos às novas gerações.

REFERÊNCIAS

- ALMEIDA S, SILVA J, RIBEIRO J, **Aproveitamento alimentar de espécie nativas do cerrado; araticum, baru, cagaita e jatobá.** Planaltina DF. Embrapa 1987. Páginas 11-40.
- ALMEIDA, S, P; SILVA, J, A. **Pequi e Buriti-Importância alimentar para a população dos cerrados.** Planaltina DF. Embrapa 1994. V,1. Páginas:6- 25-26.
- BARRETO Margarita. **Manual de iniciação ao estudo do turismo.** 14° ed. Papirees editora. Páginas 13, 17.
- CARNEIRO, Silva Ribeiro. **Caracterização química e avaliação da atividade antioxidante da polpa e óleo essencial da pera do cerrado (Eugenia klotzchiana Berg).** Páginas 64. Dissertação (Mestrado) Instituto Federal Goiano. Campos rio Verde 2016.
- COHEN Kelly de Oliveira. **Jatobá-do-cerrado: Composição nutricional e beneficiamento dos frutos.** 1° ed, Planaltina DF, Embrapa Cerrado, 2010. Páginas 10- 15.
- COUTINHO Leopoldo Magno. **O Conceito de bioma.** São Paulo, Instituto de Biociência. Páginas 14-15.
- ERIG, G, A. **A Gastronomia típica enquanto atrativo turístico-cultural de Palmas/TO.** Associação nacional de Pesquisa e Pós-graduação em turismo, 2015, Natal/RN. Anais do Seminário Anptur. Pagina: 14.
- GERHARDT, T, E; SILVEIRA, D, T. **Método de Pesquisa.** 1° ed. Rio Grande do Sul. DFRGS 2009. Páginas: 32-40.
- GIL, Antônio Carlos. **Métodos e Técnicas de Pesquisa Social.** 6° ed. São Paulo. Atlas 2008. Páginas: 15-113.
- GUIMARÃES, M, M; SILVA, M, S. **Valor nutricional e características químicas e físicas de frutos de murici-passa (byrsonima verbascifolia).** Campinas SP. Ciência e Tecnologia de Alimentos 2008.
- KUHLMANN, Marcelo. **Frutos e sementes do cerrado: espécies atrativas para fauna.** 2°. Ipsis 2018. Páginas: 334.
- LIMA, I, L, P; SCARIOT, A. **Boas práticas de manejo para o extrativismo sustentável da mangaba.** V ,1, p 17-19, 2010.
- LIMA, I, L, P; ALDICIR, S. **Boas Práticas de manejo para extrativismo sustentável da mangaba.** Brasília. Embrapa Recursos genéticos e Biotecnologia 2010. Páginas 17.
- MULLER Silvana Graudenz. **Patrimônio Cultural Gastronômico: Identificação sistematização e Disseminação dos Saberes e fazeres tradicionais.** 2012. 288. Doutorado. Universidade Federal de Santa Catarina Programa de pós Graduação em engenharia e Gestão de conhecimento. Florianópolis.

PAIVA, J, R; CRISOSTOMO, J, R; BARROS, L, M. **Recursos genéticos do cajueiro: coleta, conservação, caracterização e utilização.** 1º ed. Fortaleza CE. Embrapa 2003. Página 12.

RIBEIRO J, F; WALTER B, M, I. **Fitofisionomia do cerrado. Capítulo III.** Planaltina. Embrapa Cerrados 1998. Página 89-

SILVA, M, R; SILVA, M, S; MARTINS, K, A; BORGES, S. **Utilização Tecnológica dos frutos de Jatobá-Do-Cerrado e de Jatobá-Da-Mata na elaboração de biscoitos fontes de fibra alimentar e isentos de açúcares.** Campinas 2001.

SILVEIRA E GERHARDT, **Método de pesquisa.** 1º ed. Editora UFRGS ,2009.

SITES PESQUISADOS

Cidades do meu Brasil. Tudo sobre Monte Alegre de Goiás. Disponível em: <https://www.cidadesdomeubrasil.com.br/go/monte_alegre_de_goiias> Acesso em 14 de abr. 2020.

IGBE - Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Disponível em: <<https://cidades.ibge.gov.br/brasil/go/monte-alegre-de-goiias/panorama.>> Acesso em 14 de abr. de 2020.

Ministério do Meio Ambiente. O Bioma Cerrado. Disponível em: <<http://www.mma.gov.br/biomas/cerrado>>. Acesso em 02 de jul. 2020.

Cerratinga - Produção Sustentável e Consumo Consciente. <<http://www.cerratinga.org.br/receita-frango-empanado/>> Acesso em: 30 de jun. 2020

Nó de oito. 11 Frutas do cerrado que todo brasileiro deveria conhecer. Disponível em: <<http://nodeoito.com/11-frutas-do-cerrado-que-todo-brasileiro-deveria-conhecer/>> Acesso em 07 de out. 2020.

Rota matas. Distância entre Goiânia e Monte Alegre de Goiás. Disponível em: <<https://www.rotamapas.com.br/distancia-entre-goiania-e-monte-alegre-de-goiias>> Acesso em 21 de out. 2020.

APÊNDICES

Apêndice 1: O Folder

Frango empanado com farinha de Jatobá

Ingredientes

- 1 filé de peito de frango
- 2 ovos
- 100g de farinha de Jatobá
- 20g de queijo parmesão ralado
- Sal á gosto
- Nos moscada á gosto

Modo de fazer

- Peneirar a farinha, misture o parmesão, noz moscada e sal.
- Passar o frango no ovo (batido), depois na farinha, passar novamente no ovo e na farinha
- Fritar em gordura quente, deixar escorrer e finalizar no forno.

VOCÊ SABIA ?

Na região de Monte Alegre de Goiás, os lugares em que podemos encontra com mais facilidade pés de Jatobá, são na Fazenda Ponta da Serra e nas fazendas de proximidade do Povoado Riacho dos Cavalos, onde predomina o bioma cerrado.



DELICINHAS DO CERRADO
Bianka Mendes Maciel

Jatobá do cerrado



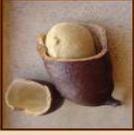




UNIVERSIDADE FEDERAL DO TOCANTINS CAMPUS PROF. DR. JACINTO LEONOR ARRAIAS, TO. CURSO DE GRADUAÇÃO EM TURISMO PATRIMONIAL E SOCIOAMBIENTAL.

Acadêmica : Bianka Mendes Maciel

Você conhece o Jatobá ?



Você conhece Jatobá do cerrado ?

É um fruto comprido da casca dura , ele é marrom e tem uma massa seca com um cheiro bem forte. Você sabia que apesar do odor forte dele, ele pode ser usado em vários pratos da nossa mesa? O Jatobá do Cerrado é bastante nutritivo, ele é rico em proteínas e fibras além de ser um ótimo doce natural. Dele é extraído uma farinha que é o principal ingrediente para o preparo das receitas. Jatobá do Cerrado, é o que mais utilizamos e mais encontrado. Ele é pequeno e mais claro. Jatobá da mata, conhecido também como Jatai ou gigante. Diferente do outro ele é bem grande , mais escuro e tem uma casca bem firme.

Como extrair a farinha do Jatobá?

Com auxílio das mãos quebre a casca, utilizando uma faca raspe a polpa para separá-lo da semente, em seguida bata no liquidificador, depois passe na peneira para que ela fique mais fina. E está pronta para ser usada.



RECEITAS!

Bolo de Jatobá

Ingredientes

- 2 xícaras de (chá) de farinha de trigo
- 1 xícara de (chá) de farinha de jatobá
- 1 xícara de (chá) de leite morno
- ½ xícara de manteiga
- 1 ½ de açúcar
- 1 colher de (sopa) de fermento em pó
- 3 ovos
- uma pitada de sal.

Modo de preparo

- bata as claras em neve, junte as gemas, o açúcar e a margarina, bata bem;
- peneire junto a farinha de trigo, farinha de jatobá, o fermento e o sal e vá acrescentando aos poucos;
- por último acrescente o leite mexendo de vagar;
- coloque em forma untada com manteiga ou óleo;
- coloque no forno pré aquecido em 180°, por 40 minutos

Brigadeiro de Jatobá

Ingredientes

- 395g de leite condensado
- 4g de farinha de jatobá
- uma colher de Margarina

Modo de preparo

Em uma panela coloque o leite condensado a margarina e a farinha de jatobá, mexa até ficar em ponto de brigadeiro.

Conheça os componentes Nutricionais contidos no Jatobá.

Constituinte	Jatobá
Proteínas	5,83%
Lipídeos	1,80%
Glicose	35,40%
Fibras solúveis	11,01%
Fibras insolúveis	42,86%
Cinzas	3,07%
Umidade	9,50%

Apêndice 2: Modelo de roteiro de entrevista

DIMENSÃO	VARIÁVEIS
Identificação do respondente	1. Nome:
	2. Idade
	3. Sexo: () Masculino () Feminino
Percepções e narrativas sobre o fruto do Jatobá	4. Você conhece o fruto do Cerrado chamado Jatobá?
	5. Você já comeu\experimentou o Jatobá?
	6. Se “sim”, você tem o hábito de se alimentar desse fruto por quais motivos:
	7. Você tem alguma lembrança de infância relacionada ao fruto do Jatobá? Se “sim”, conte-nos a história:
	8. Você tem conhecimento sobre a fase de plantio e colheita do jatobá?
	9. Aqui em Monte Alegre de Goiás, você saberia identificar os locais onde se encontra os pés de Jatobá?
	10. Se possível cite ao menos 1 receita que você conheça (ou tenha ouvido falar) a partir do fruto do Jatobá.
	11. Você teria alguma outra informação para acrescentar a respeito do uso culinário do jatobá no município de Monte Alegre de Goiás?

APÊNDICE C

Receita 1

Brigadeiro de jatobá

Ingredientes

- 395g de Leite condensado
- 4g de Farinha de jatobá
- Uma colher de Margarina

Modo de preparo

Em uma panela coloque o leite condensado a margarina e a farinha de jatobá, mexa até ficar em ponto de brigadeiro.

Receita 2

Pão de mel de jatobá

Ingredientes

- 540 g de farinha de trigo
- 160 g de açúcar
- 90 g de chocolate em pó
- 15 g de bicarbonato em pó
- 5 g de canela em pó
- 375 ml de leite morno
- 125 ml de mel
- 1 kg de chocolate fracionado para banhar
- 20g de farinha de Jatobá

Modo de Preparo

1 Coloque em uma vasilha todos os ingredientes secos peneirados.

2 Acrescente o mel e o leite morno.

3 Misture tudo na mão (não é necessário batedeira).

4 Unte forminhas próprias para pão de mel ou uma forma retangular.

5 Leve ao forno pré-aquecido a 200° C, por aproximadamente 20 minutos.

6 Retire do forno, deixe esfriar e desenforme.

7 Recheio de brigadeiro de jatobá

8 Derreta o chocolate fracionado no micro ondas ou em banho-maria. O tempo e a potência irão variar de acordo com seu fogão ou micro ondas, então comece com temperaturas baixas e pouco tempo, mexendo sempre, para não queimar o chocolate.

9 Banhe os pães de mel, colocando-os para secar em cima do papel manteiga ou alumínio, e levando à geladeira até que o chocolate cristalize.

ANEXO

Receita 1

Bolo de Jatobá

- 2 xícaras de (chá) de farinha de trigo
- 1 xícara de (chá) de farinha de jatobá
- 1 xícara de (chá) de leite morno
- ½ xícara de manteiga
- 1 ½ de açúcar
- 1 colher de (sopa) de fermento em pó
- 3 ovos
- uma pitada de sal

Modo de fazer

- bata as claras em neve, junte as gemas, o açúcar e a margarina, bata bem;
- peneire junto a farinha de trigo, farinha de jatobá, o fermento e o sal e vá acrescentando aos poucos
- por último acrescente o leite mexendo devagar
- coloque em forma untada com manteiga ou óleo
- coloque no forno preaquecido em 180°.

(SILVA, RIBEIRO E ALMEIDA, 1987, p 47,48)

Receita 2

Pão de Jatobá

- 3 xícaras de (chá) de farinha de trigo
- 2 xícaras de (chá) de farinha de jatobá
- 1 xícara de leite morno
- 4 colheres de sopa de açúcar
- 1 xícara de (café) óleo
- 1 colher de (sopa) de manteiga
- 1 colher de (sobremesa) de sal
- 180g de fermento químico para pão.

Modo de fazer

- Passar na peneira a farinha de jatobá junto com a farinha de trigo e o sal
- Na vasilha, fazer um buraco no meio da farinha, colocando o açúcar, o óleo, a manteiga e o fermento desmanchando no leite morno
- Mexer bem essa mistura, juntando aos poucos a farinha que está na vasilha
- Amassar bem toda a massa, até que solte das mãos
- Enrolar os pães, colocando-os em tabuleiro untado com óleo e enfarinhado

- Deixar descansar por mais ou menos uma hora em local não ventilado, coberto com pano.
- Levar ao forno preaquecido por mais ou menos vinte minutos.

(SILVA, RIBEIRO E ALMEIDA,1987, p 50,51)

Receita 3

Frango empanado com Jatobá

- 1 filé de peito de frango
- 2 ovos
- 100g de farinha de Jatobá
- 20g de queijo parmesão ralado
- Sal a gosto
- Noz moscada a gosto

Modo de fazer

- Peneirar as farinhas, misture o parmesão, noz moscada e sal.
- Passar o frango no ovo (batido), depois nas farinhas; passar novamente no ovo e nas farinhas
- Fritar em gordura quente, deixar escorrer e finalizar no forno.

(CERRATINGA; APUOD M E CVALETTI, 2020)