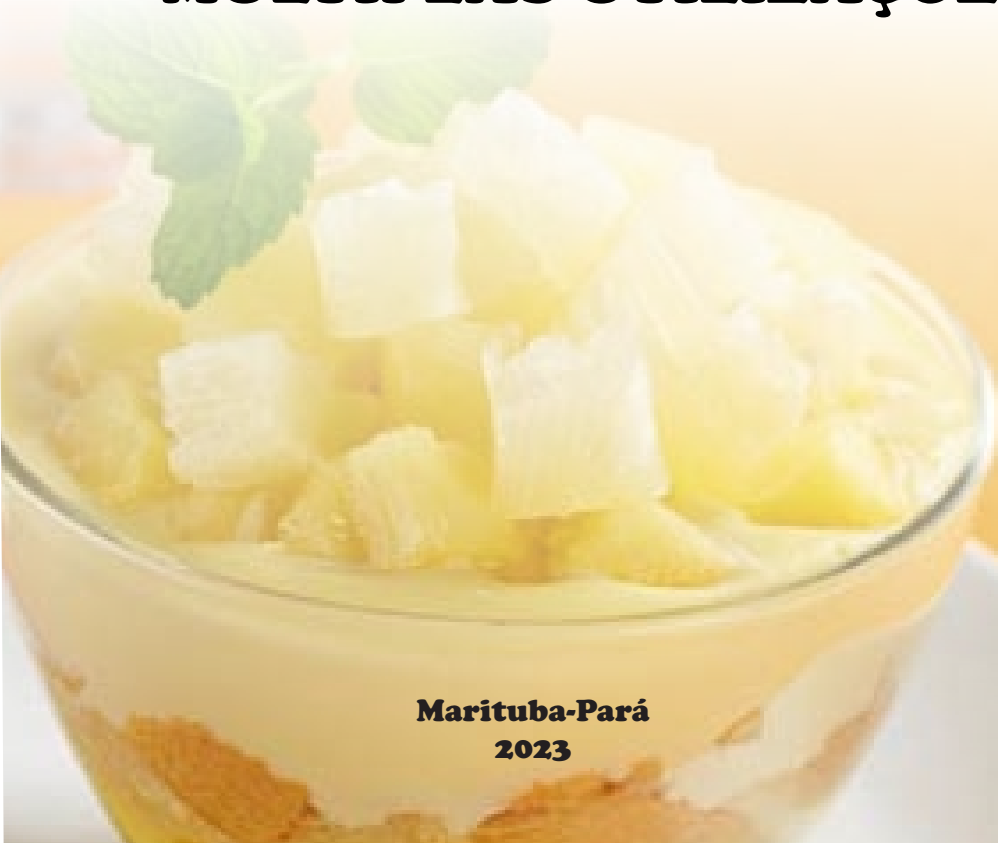


EMPRESA DE ASSISTÊNCIA TÉCNICA E EXTENSÃO RURAL DO ESTADO DO PARÁ
EMATER-PARÁ

Receitas

O ABACAXI E SUAS MÚLTIPLAS UTILIZAÇÕES

A close-up photograph of a glass dessert. The glass is filled with a light-colored cream or custard, topped with several chunks of fresh pineapple. A sprig of fresh mint leaves is placed on top of the pineapple. The glass is sitting on a white surface, and the background is a soft, out-of-focus orange and yellow gradient.

**Marituba-Pará
2023**

EMPRESA DE ASSISTÊNCIA TÉCNICA E EXTENSÃO RURAL DO ESTADO DO PARÁ
EMATER-PARÁ

O ABACAXI E SUAS MÚLTIPLAS UTILIZAÇÕES

(Receitas, 1)

*JEFERSON GUIMARÃES MACHADO
MARIA HILMA DA SILVA GURJÃO
VERA LÚCIA C. DA POÇA*

Marituba-Pará
2023

Obra editada pela:

Empresa de Assistência Técnica e Extensão Rural do Estado do Pará –EMATER-PARÁ
Rodovia Br 316, km 12, s/n. Cep: 67.105-970. Marituba-Pará
Telefone: (91) 3256.1931
www.emater.pa.gov.br

Revisão técnica:

Pedag^a Camila Andrea Fonseca da Silva

Eng^o Agro^o Paulo Augusto Lobato da Silva

Revisão de texto:

Bibliotecária Ana Cristina Barata Ferreira - CRB2/1420
Aux. Admin^a Karina da Silva Martins

Editoração eletrônica e arte da capa: NDI- Setor de Artes Gráficas

Texto: Prof^a Maria Hilma da Silva Gurjão

Jeferson Guimarães Machado

Vera Lúcia C. da Poça

Normalização:

Bibliotecária Ana Cristina Barata Ferreira - CRB2/1420

Colaboradores:

Aux. Admin^a Divina Luciana Candido Parreira

Pedag^a Agatha Christie Leão Farias

Pedag^o Odilson Batista Santos Filho

Machado, Jeferson Guimarães.

M149a O abacaxi e suas múltiplas utilizações /Jeferson Guimarães Machado; Maria Hilma da Silva Gurjão; Vera Lúcia C. da Poça.

Marituba: EMATER-PARÁ, 2015.rev. atual.

29 p. : il. __ (Receitas,1)

Inclui Bibliografias.

1. Abacaxi. 2. Abacaxi-uso. 3. Ananas comosus.

APRESENTAÇÃO

A EMATER-PARÁ é o órgão oficial de Assistência Técnica e Extensão Rural do governo do estado do Pará, que presta serviços especializados nas áreas de ciências agrárias e humanas, por meio da interação, conhecimentos e informações tecnológicas que contribuem para a melhoria da qualidade de vida das pessoas que trabalham no meio rural.

Tem como missão contribuir com soluções para a agricultura familiar com serviços de assistência técnica, extensão rural e pesquisa, baseados nos princípios éticos e agroecológicos.

Neste contexto, a EMATER-PARÁ está desenvolvendo a série **Receitas**, reeditando cartilhas de receitas da culinária local e ainda editando outras com nova roupagem, as quais irão compor um acervo denominado de série **Receitas**, cujo objetivo é valorizar e divulgar os produtos da culinária tradicional dos municípios paraenses, o que normalmente só ocorre por ocasião de eventos como feiras e festivais, sem desdobramento posterior.

CONSIDERAÇÕES

Uma das principais atrações nas programações dos festivais de abacaxi organizados pela EMATER-PARÁ em parceria com as comunidades rurais, é a realização dos concursos de receitas, que tem o fruto como seu ingrediente principal.

Neste trabalho estaremos apresentando diversas receitas de abacaxi, resultado do esforço de extensionistas e agricultores, no sentido de fazer com que uma atividade normalmente restrita a eventos pontuais, possa tornar-se uma opção de renda para as famílias rurais durante todo o período de safra do fruto, inclusive levando esses produtos para outros eventos dentro e fora do município, promovendo a cultura do abacaxi e o saber tradicional.

Ao tratarmos das receitas de abacaxi, queremos também valorizar o trabalho de centenas de agricultores familiares, que se dedicam ao cultivo do abacaxizeiro e fazem dessa atividade a sua principal fonte de renda, contribuindo também para preservar tradições que são passadas através de gerações.

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	11
MORFOLOGIA DO ABACAXI	13
NUTRIENTES DO ABACAXI	13
1 ALUÁ DE ABACAXI	14
2 ABACAXI EM CALDA	15
3 BALAS DE ABACAXI	16
4 BATIDA DE ABACAXI	17
5 CREME DE ABACAXI	18
6 DOCE DE SAGU COM ABACAXI	19
7 DOCE DE ABACAXI	20
8 FILÉ COM ABACAXI	21
9 GELÉIA DE ABACAXI	22
10 GELATINA DE ABACAXI E FRUTAS	23
11 LICOR DE ABACAXI	24
12 MANJAR DE ABACAXI	25
13 SORVETE DE ABACAXI	26
14 TORTA DE ABACAXI I	27
15 TORTA DE ABACAXI II	28
REFERÊNCIAS	29

INTRODUÇÃO

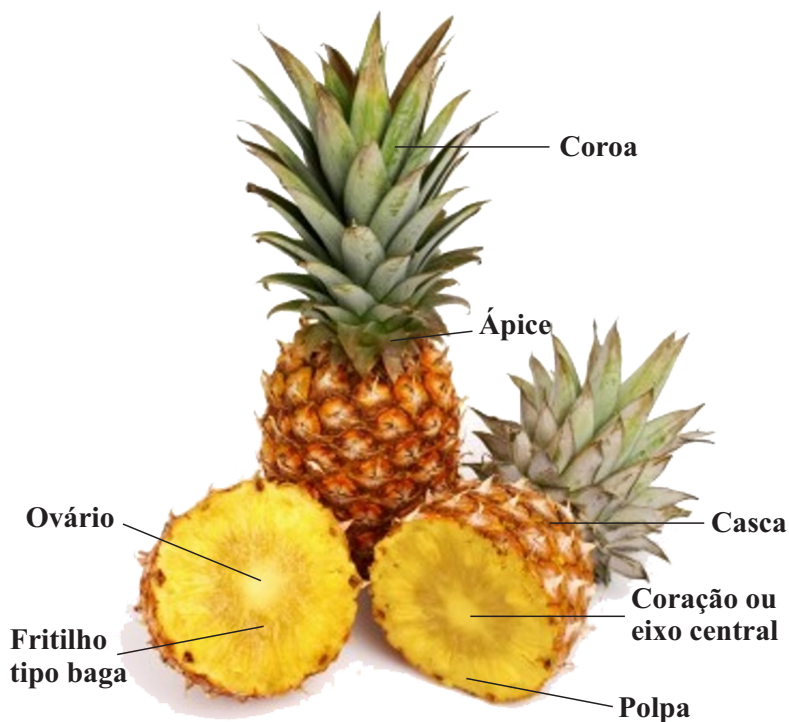
O abacaxi já era cultivado pelos indígenas em várias regiões da América, antes mesmo do descobrimento. Origina-se da América tropical e subtropical, ao que parece do sul do Brasil. Provavelmente, as atuais variedades cultivadas descendem de abacaxizeiros nativos já existentes. Não se sabe, todavia, quando, onde e como essa domesticação se verificou, mas, a 4 de novembro de 1493, Cristovão Colombo e seus marinheiros descobriram o abacaxizeiro na ilha de Guadalupe, na região das Pequenas Antilhas.

O termo abacaxi é oriundo do tupi *ibacati*, 'bodum ou fedor de fruto', 'fruto fedorento' (*ibá*, 'fruto', *cati*, 'recender ou cheirar fortemente'), documentado já no início do século XIX. O termo *ananás* é do guarani *naná*, documentado em português na primeira metade do século XVI e em espanhol na segunda metade do século XVI. O termo abacaxi também é um termo ameríndio.

O fruto, quando maduro, tem o sabor bastante ácido e muitas vezes adocicado. Na culinária pode ser utilizado como um poderoso amaciante de carnes. Habitualmente usa-se a polpa da fruta, mas seu miolo e as cascas podem ser aferventados para produção de sucos.

As principais regiões produtoras de abacaxi no estado do Pará, Salvaterra na região do Marajó e Floresta do Araguaia no sul do Pará, utilizam o fruto para outras finalidades que não a venda “in natura” e o concentrado para as indústrias, se tornou uma tradição entre os agricultores familiares, onde passou a fazer parte do preparo de pratos deliciosos, os quais são apresentados em eventos específicos.

MORFOLOGIA DO ABACAXI



NUTRIENTES DO ABACAXI

Uma fatia de abacaxi de 150 gramas consegue suprir 70% de todas as necessidades vitamínicas diárias de uma pessoa, e um excesso de 7% da necessidade das vitaminas B1, B2 e B9. O abacaxi mantido sob altas temperaturas causa destruição de seus nutrientes.

1 - ALUÁ DE ABACAXI

INGREDIENTES:

Casca de 2 abacaxis

½ kg de açúcar

2 litros de água

Rendimento:

2 litros

Tempo de preparo:

3 dias

MODO DE PREPARO:

Lave bem os abacaxis, retire a casca (meio grossa), corte em pedaços não muito pequenos. Em uma vasilha funda coloque a água e as cascas cortadas. Tampe a vasilha e deixe durante 03 dias. Depoiscoe, adoce e sirva puro ou misturado com água.



2 - ABACAXI EM CALDA

INGREDIENTES:

1 abacaxi maduro
800 g de açúcar
1 ½ de água

Rendimento:

4 potes de 250g

Tempo de preparo:

2 ½ horas

MODO DE PREPARO:

Descasque o abacaxi e retire os pontos pretos. Corte o abacaxi em rodellas arrumando-as em uma panela. Cubra-as com o açúcar e deixe repousar por aproximadamente 2 horas. Depois leve ao fogo e deixe ferver até a calda ficar em ponto não muito grosso (em torno de 30 minutos). Retire do fogo e guarde em vidros esterilizados.



3 - BALAS DE ABACAXI

INGREDIENTES:

1 abacaxi
1 kg de açúcar

Rendimento:

100 balas

Tempo de preparo:

2 horas

MODO DE PREPARO:

Descasque o abacaxi e retire cuidadosamente os pontos pretos. Rale o abacaxi. Meça a quantidade de polpa com o caldo obtido e ponha a mesma medida de açúcar. (Exemplo: se der um quilograma de polpa, usa-se um quilograma de açúcar). Leve ao fogo e mexa até despreparar do fundo da panela. Deixe esfriar. Faça bolinhas e passe em açúcar comum ou cristalizado. Enrole em papel celofane.



4 - BATIDA DE ABACAXI

INGREDIENTES:

- 1 copo de suco de abacaxi
- 1 cálice de suco de limão
- 1 cálice de açúcar
- 2 copos de gelo picado
- 1 copo de rum

Rendimento:

02 Porções

Tempo de preparo:

5 minutos

MODO DE PREPARO:

Bata todos os ingredientes no liquidificador e sirva com pedacinhos de abacaxi.



5 - CREME DE ABACAXI

Rendimento:

8 porções

Tempo de preparo:

50 minutos

INGREDIENTES:

1 litro de leite

1 abacaxi

2 xícaras de açúcar

3 ovos

1 lata de leite condensado (395g)

1 cx de creme de leite (200g)

2 envelopes de gelatina sem sabor

MODO DE PREPARO:

Descasque o abacaxi e retire cuidadosamente os pontos pretos. Corte em pequenos pedaços. Reserve. Bata o açúcar com os ovos até que forme um creme esbranquiçado, então misture cuidadosamente o abacaxi. Reserve. Leve ao fogo em uma panela, sem parar de mexer o leite condensado, o creme de leite e 2 lata de leite a medida da lata de leite condensado deixe ferver, por cerca de 5 minutos. Reserve. Hidrate a gelatina sem sabor, conforme instruções da embalagem do produto. Junte ao creme, misturando delicadamente. Arrume em taças ou tigelinhas, leve a geladeira até a hora de servir.



6 - DOCE DE SAGU COM ABACAXI

INGREDIENTES:

100 g de sagu
1 abacaxi grande e maduro
350 g de açúcar

Rendimento:

05 Porções

Tempo de preparo:

30 Minutos

MODO DE PREPARO:

Ponha o sagu de molho em água fria para tufar (em torno de 1 ½ hora). Descasque o abacaxi e corte-o em pedaços bem pequenos, despeje-o em uma tigela com todo caldo que sair dele. Misture o abacaxi picado ao sagu já tufado. Adoce a gosto.

Leve ao fogo para cozinhar, mexendo com colher de pau, quando o sagu ficar transparente e brilhando é porque está cozido.

Arrume o doce em taças ou pequenas tigelas individuais e sirva gelado.



7 - DOCE DE ABACAXI

INGREDIENTES:

1 abacaxi
3 xícaras e meia de açúcar

Rendimento:

2 potes de 250 g

Tempo de preparo:

50 minutos

MODO DE PREPARO:

Descasque o abacaxi, corte em pedaços pequenos, retirando o centro. Em uma panela junte o açúcar e o abacaxi cortado. Leve ao fogo e deixe cozinhar até obter uma geléia grossa. Retire do fogo e guarde em vidros esterilizados.



8 - FILÉ COM ABACAXI

Rendimento:

04 Porções

Tempo de preparo:

55 Minutos

INGREDIENTES:

10 fatias de abacaxi

10 bifés de filé

4 colheres (sopa) de abacaxi picado

4 ½ colheres (sopa) de manteiga ou margarina

2 xícaras (chá) de água

1 cubinho de caldo de carne

1 colher (sopa) de amido de milho

6 azeitonas recheadas

Sal e pimenta do reino a gosto

MODO DE PREPARO:

Tempere a carne com pimenta do reino e frite com a manteiga. Retire e mantenha quente. Frite as fatias de abacaxi em um pouco de manteiga e mantenha quente. Usando na mesma frigideira, frite o abacaxi picado. Junte o cubinho de caldo de carne a água, sal e pimenta do reino a gosto. Dissolva o amido de milho em um pouco de água e acrescente na frigideira. Deixe cozinhar por 5 minutos. Acrescente as azeitonas recheadas. Tempere os filés fritos com sal a gosto, coloque-os sobre as fatias de abacaxi e despeje o molho por cima.



9 - GELÉIA DE ABACAXI

INGREDIENTES:

2 abacaxis
1 lt de água
750 g de açúcar

Rendimento:

4 potes de 250 g

Tempo de preparo:

1 hora

MODO DE PREPARO:

Descasque os abacaxis, retire os pontos pretos, corte em fatias e depois em pequenos quadrados

Preparo da calda: Coloque em uma panela a água e o açúcar e leve ao fogo, mexendo sempre. Quando a calda estiver em consistência regular, junte o abacaxi cortado e cozinhe por cerca de 20 minutos. Quando o abacaxi estiver transparente e a calda espessa, retire do fogo. Guarde em potes esterilizados.



10 - GELATINA DE ABACAXI E FRUTAS

Rendimento:

04 Porções

Tempo de preparo:

2 Horas

INGREDIENTES:

- 1 abacaxi pequeno
- 2 bananas pratas
- 1 maçã
- 1 pêra
- 1 laranja
- ½ xícara de vinho do porto
- 1 pacote de gelatina sabor limão
- 250 g de açúcar

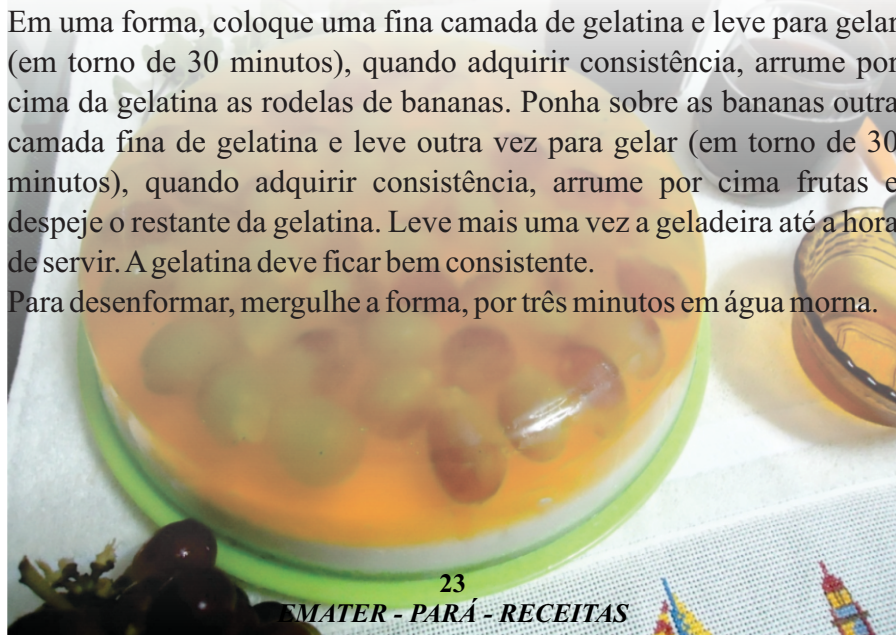
MODO DE PREPARO:

Corte as bananas em rodelas. Reserve. Descasque as outras frutas, tire as sementes e corte-as em pedaços pequenos, despeje em uma tigela e tempere com o vinho do porto e o açúcar. Deixe repousando por meia hora e coe o caldo que tiver formado.

Prepare a gelatina conforme as instruções da embalagem do produto, aproveitando a calda das frutas.

Em uma forma, coloque uma fina camada de gelatina e leve para gelar (em torno de 30 minutos), quando adquirir consistência, arrume por cima da gelatina as rodelas de bananas. Ponha sobre as bananas outra camada fina de gelatina e leve outra vez para gelar (em torno de 30 minutos), quando adquirir consistência, arrume por cima frutas e despeje o restante da gelatina. Leve mais uma vez a geladeira até a hora de servir. A gelatina deve ficar bem consistente.

Para desenformar, mergulhe a forma, por três minutos em água morna.



11 - LICOR DE ABACAXI

Rendimento:

2 litros

Tempo de preparo:

15 dias

INGREDIENTES:

Cascas de 2 abacaxis

1 litro de cachaça

1 kg de açúcar

1 abacaxi

½ litro de água

1 funil

1 garrafa de vidro grande

MODO DE PREPARO:

Preparo da infusão: Lave bem os abacaxis, retire a casca (meio grossa), corte em pedaços pequenos. Coloque em infusão na cachaça por mais ou menos 10 dias. Depois desse período coe a infusão.

Preparo do xarope: Corte o abacaxi em pedaços, tire os nós, ponha para ferver, tire do fogo. Passe na peneira espremendo bem para retirar todo o caldo, junte o açúcar e deixe ferver até engrossar um pouco. Retire do fogo. Deixe esfriar e em seguida acrescente a infusão. Depois de bem misturado filtre e engarrafe, deixando descansar por 5 dias antes de ser servido.



12 - MANJAR DE ABACAXI

Rendimento:

6 porções

Tempo de preparo:

30 Minutos

INGREDIENTES:

2 copos de 250 ml de suco de abacaxi (bem grosso)

1 colher pequena de suco de limão

4 colheres (sopa) de maizena

½ xícara de leite

3 colheres (sopa) de açúcar

1½ xícara de açúcar para caramelo

1 ½ xícara (chá) de água de casca de abacaxi

Ameixas pretas para decorar

MODO DE PREPARO:

Ponha o suco do abacaxi em uma panela, junte as três colheres de açúcar, a colher do suco de limão, a maizena e o leite. Dissolva bem a maizena e leve ao fogo moderado, mexendo sem parar, com uma colher de pau, até obter um mingau grosso. Tire do fogo e deixe esfriar. Reserve.

Calda: Em outra panela acrescente 1 ½ de xícara de açúcar, quando começar a dourar, acrescente a água sem a casca de abacaxi, até formar uma calda grossa. Unte a forma de pudim com essa calda grossa. Despeje o manjar na forma, depois de frio, desenforme e decore com ameixas pretas.



13 - SORVETE DE ABACAXI

INGREDIENTES:

1 abacaxi de aproximadamente 1kg
½ kg de açúcar
2 copos de água
Suco de ½ limão
1 copo de leite

Rendimento:

800 ml

Tempo de preparo:

3 ½ horas

MODO DE PREPARO:

Bata no liquidificador por 2 minutos o leite, a água, a polpa do abacaxi em pedaços, o açúcar e o suco de limão.

Coe em uma peneira, ponha em formas de gelo e leve ao congelador, deixe gelar até ficar firme. De hora em hora (por três vezes) bata o sorvete no liquidificador para que fique leve e cremoso.

Obs: Não jogue fora o bagaço do abacaxi que sobrou na peneira, cozinhe em fogo brando por 40 minutos, obtendo assim uma ótima geléia de abacaxi, adoce a gosto. Sirva com bolo e calda.



14 - TORTA DE ABACAXI I

Rendimento:

8 porções

Tempo de preparo:

1 hora

INGREDIENTES:

1 lata de creme de leite (300g)
1 lata de leite condensado (395g)
150 g de manteiga
150 g de açúcar
1 abacaxi
1 pacote de biscoito maizena
100 g de coco ralado
Cerejas para decorar

MODO DE PREPARO:

Descasque o abacaxi e retire cuidadosamente os pontos pretos. Corte em pequenos pedaços. Reserve. Bata o açúcar e a manteiga até obter um creme esbranquiçado, acrescente o leite condensado e bata mais um pouco, por fim acrescente o creme de leite e mexa bem. Reserve. Esmigalhe os biscoitos.

Divida o creme em duas partes. A primeira camada será de creme, a segunda será de abacaxi, a terceira será de biscoitos. A quarta de creme novamente. Cubra o creme com coco ralado e decore com as cerejas.



15 - TORTA DE ABACAXI II

INGREDIENTES:

3 gemas
6 colheres (sopa) de açúcar
200 g de manteiga sem sal
10 gotas de essência de abacaxi
1 cx de creme de leite 200g (gelado e sem soro)
300 g de biscoito champanhe
1 abacaxi
Cerejas para decorar

Rendimento:

8 porções

Tempo de preparo:

01 dia

MODO DE PREPARO:

Bata bem as gemas com o açúcar, junte a manteiga e a essência de abacaxi batendo sempre e por último acrescente o creme de leite.

Esfarele os biscoitos e corte o abacaxi em tirinhas.

Arrume em um refratário retangular, camadas alternadas, começando com biscoitos, abacaxi, creme. Repita o processo, até encher o refratário. Deixe na geladeira e sirva no dia seguinte.



REFERÊNCIAS

BALBACH, Afonso. **As frutas na medicina caseira**

BALBACH, Afonso; BOARIM, Daniel. **As Frutas na medicina natural.**

EMATER-PARÁ. **Valor nutritivo do abacaxi e o seu uso na alimentação.**

I EXPO SHOW QUARTO DE MILHA. **Preparo de doces, geléias e licores.**

JUNQUEIRA, Lidia. **Coleção a boa cozinha.**

REINHARDT, Domingos Haroldo; SOUZA, Luis Francisco da Silva;

CABRAL, José Renato Santos. **Abacaxi. Produção: aspectos técnicos.** Cruz das Almas: EMBRAPA Mandioca e Fruticultura, 2000.



GOVERNO DO ESTADO DO PARÁ

Helder Zahluth Barbalho
Governador

Hana Ghassan Tuma
Vice-governadora

Giovanni Corrêa Queiroz
Secretário de Desenvolvimento
Agropecuário e da Pesca



EMATER-PARÁ

Joniel Vieira de Abreu
Presidente

Robson de Castro Silva
Diretor Administrativo

Rosival Possidônio do Nascimento
Diretor Técnico