

**UNIVERSIDADE FEDERAL DA BAHIA
BACHARELADO EM GASTRONOMIA
ESCOLA DE NUTRIÇÃO**



NUTA48

TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO II

Cleide Maria da Silva Riccio

Salvador, 2014

CLEIDE MARIA DA SILVA RICCIO

**ASPECTOS HISTÓRICOS, NUTRICIONAIS E
GASTRONÔMICOS DO LICURI E A INOVAÇÃO TECNOLÓGICA NO
MUNICÍPIO DE CALDEIRÃO GRANDE – BA**

Monografia elaborada como requisito final de avaliação do componente curricular NUT A48, Trabalho de Conclusão de Curso II, do Curso de Bacharelado em Gastronomia, sob a orientação da Professora Dra. Dalva Maria Nóbrega Furtunato.

Salvador, BA

2014

CLEIDE MARIA DA SILVA RICCIO

**ASPECTOS HISTÓRICOS, NUTRICIONAIS E
GASTRONÔMICOS DO LICURI E A INOVAÇÃO TECNOLÓGICA NO
MUNICÍPIO DE CALDEIRÃO GRANDE – BA**

Monografia elaborada como requisito final de avaliação do componente curricular NUTA48, Trabalho de Conclusão de Curso II, do Curso de Bacharelado em Gastronomia, sob a orientação da Professora Dra. Dalva Maria Nóbrega Furtunato.

Aprovada em _____ de _____ de _____.

BANCA EXAMINADORA:

Dalva Maria da Nóbrega Furtunato

Ivaldo Nídio Sitônio Trigueiro

Djane Santiago de Jesus

Aos meus pais Severino e Áurea que, se aqui estivessem, estariam me apoiando nesse momento de vitória.

AGRADECIMENTOS

- Sempre em primeiro lugar, a DEUS, por ter me dado perseverança nesta labuta.
- Ao meu esposo Antônio pelo apoio, companheirismo e paciência com o tempo que levei envolvida com este trabalho.
- À professora Dra. Dalva Furtunato, pela orientação, ensinamentos e por estar disponível durante a construção e finalização deste trabalho.
- À ex aluna e professora Dra. Djane Santiago pelo apoio e fornecimento de materiais fundamentais para a confecção deste trabalho.
- Aos meus irmãos – Regina, Severino, Sílvio, Sérgio, Celeste, Selmo, Cláudia, David – cunhados e cunhadas pelo incentivo e por serem minhas cobaias na experimentação de receitas.
- Aos meus estudiosos filhos – Vicente e Caroline - por se mostrarem disponíveis em ajudar com o computador.
- Aos colegas professores de Química do IFBA pelo convívio harmonioso e auxílio na hora das dúvidas.
- Aos colegas de curso Ana Cristina, Antônia, José Raimundo e Livia pela amizade e pelos risos.
- Aos meus diversos amigos e vizinhos pela amizade e por se mostrarem dispostos a consumir meus deveres de casa.

ORICURI (*O Segredo do Sertanejo*)

*“Oricuri madurou ô é sinal
Que arapuá já fez mel
Catingueira fulôro lá no sertão
Vai cair chuva a granel
Arapuá esperando
Oricuri maduricer
Catingueiro fulorando
Sertanejo esperando chover...”*

João do Vale / José Cândido. 1993

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	9
2. OBJETIVOS	10
2.1. GERAL	10
2.2. ESPECÍFICOS	10
3. METODOLOGIA	10
4. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA	11
4.1. ASPECTOS HISTÓRICOS E LOCALIZAÇÃO GEOGRÁFICA	11
4.2. O MUNICÍPIO DE CALDEIRÃO GRANDE	13
4.3. CULTIVO, COLHEITA E PRODUÇÃO DO LICURI	15
4.4. CARACTERÍSTICAS FÍSICO–QUÍMICAS DA POLPA, AMÊNDOA E DO ÓLEO	20
4.4.1- COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL DO FRUTO DO LICURI PARA A POLPA E A AMÊNDOA	20
4.4.2 - COMPOSIÇÃO QUÍMICA MINERAL DO FRUTO DO LICURI PARA A POLPA E A AMÊNDOA	21
4.4.3 - COMPOSIÇÃO DOS PRINCIPAIS ÁCIDOS DOS LIPÍDIOS DA AMÊNDOA DE LICURI	21
4.4.4 – COLORAÇÃO DOS FRUTOS	22
4.5. EXTRAÇÃO DO ÓLEO DE LICURI	22
4.6. INOVAÇÃO TECNOLÓGICA E DESENVOLVIMENTO SUSTENTÁVEL PARA A COMUNIDADE DE CALDEIRÃO GRANDE	24
4.7. ASPECTOS GASTRONÔMICOS: APROVEITAMENTO DA POLPA, AMÊNDOA E ÓLEO DE LICURI	27
5. CONSIDERAÇÕES FINAIS	28
6. REFERÊNCIAS	29
ANEXOS	33
GLOSSÁRIO	44

RESUMO

O presente trabalho faz uma revisão bibliográfica (estado da arte) referente a inovação tecnológica do licuri, com vistas ao desenvolvimento sustentável do município de Caldeirão Grande-BA, no período compreendido entre 2002 a 2014, utilizando para isso dados referentes desde 1936. Para isso faz-se um estudo do licuri e seu uso sob os aspectos histórico, geográfico, nutricional e gastronômico e sua contribuição no desenvolvimento do município de Caldeirão Grande-BA. O licurizeiro é uma das principais palmeiras nativas da região semiárida do Brasil sendo o licuri o seu fruto de grande valor nutritivo e oleaginoso. Em Caldeirão Grande-BA, aparece entre os grandes períodos secos e as estações chuvosas com menor extensão, sendo um grande alicerce para o sustento das famílias deste município. Os resultados obtidos nesta revisão mostram que o licuri e seus produtos têm demonstrado cada vez mais benefícios de geração de emprego e renda e visando o desenvolvimento sustentável do município e que seu aproveitamento na gastronomia está em expansão.

Palavras-chave: licuri, valor nutritivo, desenvolvimento sustentável, gastronomia

1. INTRODUÇÃO

O licurizeiro é uma palmeira (*Syagrus coronata*) nativa do sertão baiano originária da Mata Atlântica do Brasil. Tem porte ereto, alto e delgado alcançando entre 08 e 12 metros de altura cujo caule cilíndrico e grosso pode chegar a 30 centímetros de diâmetro (SANTOS, 2012). É uma palmeira bem adaptada às regiões secas e áridas da caatinga possuindo grande potencial alimentício (ROCHA, 2009).

O licuri (*Syagra coronata*) é uma fruta ovoide, de coloração amarelo-alaranjada, comestível, podendo ser consumida *in natura* ou cozida. É também conhecido como coco licuri, nicuri, alicuri, ouricuri, aricuri, uricuri, urucuri, butiá, baba-de-boi, coco-cabeçudo, coqueiro-aracuri, coqueiro-cabeçudo, coqueiro-dicori, dicuri, iricuri, uricuriba, adicuri. Dos diversos nomes pelos quais a espécie é conhecida, licuri é o nome mais utilizado no sertão baiano (ROCHA, 2009).

A fruta é composta de polpa e amêndoa. Os principais constituintes das amêndoas do licuri são lipídios com teores médios de 49,2% e proteínas de 11,5 %. A polpa apresenta teores médios de umidade em torno de 77,4%; cinzas, 1,4%, lipídeos, 4,5%, proteínas, 3,2% e carboidratos 13,2% (CREPALDI et al. 2001) além de β -caroteno 26,1% e pró-vitamina A 4,4%. Quanto à composição mineral, na polpa do licuri encontram-se teores significativos de cálcio 21,34%, magnésio 13,30%, ferro 4,72%, cobre 48,37%, zinco 11,65% e com cinzas 0,61%; na amêndoa seca cálcio 22,36%, magnésio 72,60%, ferro 1,74%, cobre 0,55%, zinco 1,36% manganês 0,77% e com cinzas 0,63 %; e na amêndoa cozida cálcio 26,62%, magnésio 61,10%, ferro 1,00%, cobre 0,50% e zinco 8,77% manganês 1,07%, cinzas 0,96 % e selênio – não especificado (BRASIL, 2006).

A utilização do licuri na gastronomia da população de Caldeirão Grande faz parte da cultura de seu povo. A amêndoa é consumida *in natura* (vendidos na forma de rosários), em conservas, preparações comercializadas com as amêndoas doces na forma de cocadas e em espécie, óleo, farofas, paçocas, entre outras preparações (SANTOS, 2012). A amêndoa do licuri é muito consumida no dia-a-dia sob a forma de um rosário, colar ou cordão de licuri vendido nas feiras livres do sertão nordestino, e usado pendurado no pescoço então chamado de pérola do semiárido

e, como um petisco, seus pequenos coquinhos vão sendo retirados um a um, sendo degustados a qualquer hora.

2. OBJETIVOS

1.1 GERAL

Conhecer o licuri sob os aspectos históricos e geográficos, seus benefícios nutricionais e gastronômicos com enfoque ao município de Caldeirão Grande-BA.

1.2 ESPECÍFICOS

- Traçar um perfil histórico- geográfico do licuri;
- Estabelecer o valor nutritivo do licuri, sua amêndoa e óleo;
- Abordar a condição socioeconômica da população de Caldeirão Grande-BA com base na extração e uso do licuri com vistas à geração de emprego e renda do município;
- Destacar a utilização do licuri na alimentação da população de Caldeirão Grande e sob o aspecto gastronômico enfatizar o produto como elemento cultural e turístico.

3. METODOLOGIA

A metodologia utilizada foi a da base de dados SCIELO, BIREME, LILACS e MEDLINE, complementadas com publicações de outras bases de dados. Trata-se de um estudo descritivo, de revisão de literatura produzida e divulgada por meio de artigos e periódicos da área de alimentos e botânica, utilizando como base da pesquisa o licuri. A revisão sistemática da literatura permitiu identificar 25 produtos bibliográficos assim distribuídos: 03 teses e dissertações, 07 livros, 05 vídeos (compilados em 1 link), 1 publicação do censo demográfico das cidades, 4 artigos, 1 cartilha temática, 1 caderno temático, 3 revistas, publicações nacionais - no período compreendido entre 1936 a 2014.

4. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

4.1 Aspectos históricos e localização geográfica

Gabriel Soares de Souza, quando escreveu o *Tratado Descritivo do Brasil em 1587*, no capítulo em que trata das muitas castas de palmeiras que dão frutos, já mencionava sobre o sabor e as características dos licuris: "As principais palmeiras bravas da Bahia são as que chamam ururucuri, que não são muito altas, e dão uns cachos de cocos muito miúdos do tamanho e cor dos abricóques por ser brando e de sofrível sabor; e quebrando-lhe o caroço, donde se lhe tira um miolo como o das avelãs, que é alvo e tenro e muito saboroso, os quais coquinhos são mui estimados de todos".

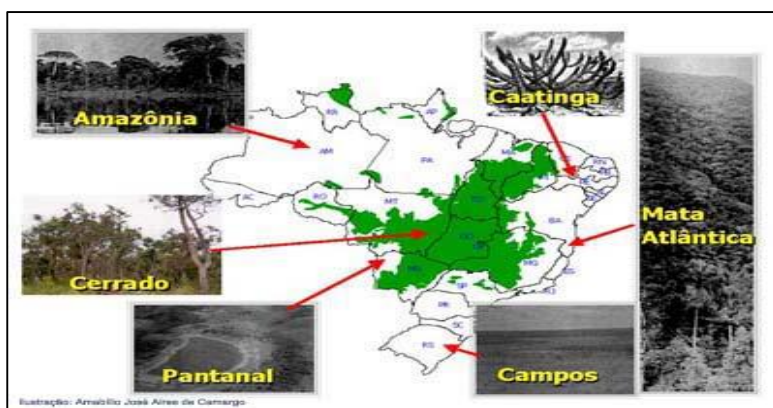
Cascudo (2004) refere-se em alguns trechos do seu livro *História da Alimentação no Brasil*, que as palmeiras eram usadas pelos indígenas amazonenses muito parcamente para a alimentação e que alguns deles, pelo Brasil, usavam as palmeiras para obtenção de uma substância salina que substitui o sal de cozinha a partir do tratamento das cinzas vegetais pela decoada, um líquido extraído das cinzas. Ele relata que Lévi-Strauss observou dos tupi-cawahib, a obtenção do sal dos resíduos da acuri, uricuri, *Cocos coronata*. Menciona, também, sobre os vinhos naturais, sorvidos diretamente nas palmeiras em que Max Schmidt saboreou a *tchitcha*, simples seiva da palmeira *acuri*, uricuri (*Cocos coronata* Mart.) entre os guatós da Lagoa Uberaba, alto do Rio Paraguai, Mato Grosso, em 1901. Bebidas fermentadas ou em estado natural sorvendo a seiva na própria árvore, era praticado pelos nossos indígenas com as palmeiras uricuri.

O licurizeiro durante vários séculos de colonização do Brasil era apenas a palmeira que dificultava o lavrador e de pouca utilidade, assim como, na colonização do sertão baiano, onde muitos licurizeiros foram destruídos, para aproveitamento do terreno, dando lugar às pastagens para os gados bovino e caprino e de se usar para pequenas lavouras. A amêndoa era apenas fornecedora de óleo e leite para crianças e adultos e não se conhecia forma de extração do óleo por meio de maquinário. (BONDAR, 1938)

Figura 1: Palmeiras do Licuri

Fonte: portal.mec.gov.br/cartilha_licuri

Esta palmeira aparece em regiões do semiárido que é um tipo de clima que se caracteriza pelos baixos índices pluviométricos e de umidade, com uma vegetação muito própria, a xerófila, caracterizada pela caatinga, composta de arbustos e árvores baixas, que se constitui no único bioma exclusivamente brasileiro. Levantamentos recentes mostram que a caatinga é um ecossistema que possui um considerável número de espécies endêmicas, que deve ser considerada como um patrimônio biológico, mas que possui um potencial econômico ainda pouco valorizado e abriga uma sociobiodiversidade de povos e comunidades tradicionais desde os indígenas aos sertanejos. Sua área representa em média 11% do território brasileiro concentrada, sobretudo nos estados do Maranhão, Piauí, Ceará, Rio Grande do Norte, Paraíba, Pernambuco, Alagoas, Bahia e norte de Minas Gerais (MMA, 2013) conforme demonstra o mapa na **Figura 2** abaixo com os biomas do Brasil.

Figura 2: Mapa demonstrativo dos biomas brasileiros

Fonte: Ilustração: Amábilio José Aires de Camargo, 2005

O licurizeiro apresenta potencialidades forrageiras – ou seja, utilizadas para alimentação de gado - frutíferas, ornamentais e, muitas delas, medicinais, e que se explorada de forma sustentável, torna-se grande provedor de renda de muitas populações na região semiárida nordestina e, em especial, baiana (SANTOS, 2012). É encontrado de Pernambuco ao sul da Bahia e ao norte de Minas Gerais (**Figura 3**) e, no semiárido baiano aparece, principalmente, nos municípios de Jaguarari, Bonfim, Pindobaçu, Caldeirão Grande, Caiém, Jacobina, Itiúba, Cansação, Monte Santo, Queimadas, Miguel Calmon, Campo Formoso dentre outros.

Figura 3: Distribuição do licuri



Fonte: LUGARINI, 2012

4.2. O MUNICÍPIO DE CALDEIRÃO GRANDE

O licuri faz parte da cultura da população de Caldeirão Grande, um dos 417 municípios do estado da Bahia, localizado à 333 km de Salvador, na mesorregião do Centro Norte Baiano e microrregião de Jacobina (IBGE, 2010). Originou-se da antiga Fazenda Boqueirão onde se formou o povoado Caldeirão Grande que se desenvolveu em função da agricultura e da extração do licuri e que teve, em 1946, seu nome mudado para Itaguaçu. O progresso econômico e o crescimento demográfico motivaram sua elevação a Vila e, em 1953, voltou a denominar-se

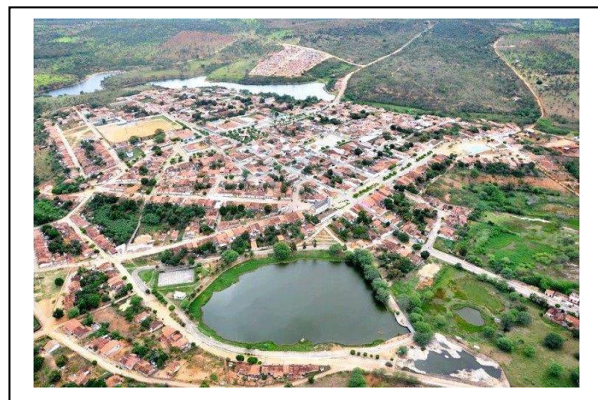
Caldeirão Grande. A **Figura 4** abaixo mostra sua localização no mapa da Bahia enquanto a **Figura 5** mostra uma vista aérea de parte do município.

Figura 4: localização



Fonte: www.nossacara.com

Figura 5: vista aérea de Caldeirão Grande-BA



Fonte: www.caldeiraonline.com

Devido à escassez de água potável na região os moradores fixaram-se próximos a um lajeiro, em cujas depressões se acumulavam águas das chuvas e seu nome vem da existência desses “caldeirões de pedras”. É uma localidade de clima seco e quente por quase todo ano, de índices pluviométricos bastante baixos com longos períodos de seca, o que dificulta o desenvolvimento da agricultura. Um pouco mais da metade da sua população reside na zona rural, o equivalente a 63,5%, formada de diversas fazendas, povoados e um distrito (IBGE, 2010).

As condições socioeconômicas da população de Caldeirão Grande é um dos principais aspectos para a prática intensa do extrativismo, dentre os quais, o licuri assume posição de destaque (SANTOS, 2012). O licuri domina a paisagem de Caldeirão Grande. Atualmente, é considerado um dos maiores provedores de recursos deste município, sendo a renda de R\$3500,00 em 10 meses para cada família produtora segundo dados da COOPERLIC – Cooperativa de Colhedores e Beneficiadores de Licuri de Caldeirão Grande-BA, além das famílias serem beneficiadas com o Bolsa Família, um programa de transferência direta de renda pelo Governo Federal que beneficia famílias em situação de pobreza e de extrema pobreza em todo o país baseado na garantia de renda, inclusão produtiva e no acesso aos serviços públicos (BOLSA FAMÍLIA, 2004).

4.3. CULTIVO, COLHEITA E PRODUÇÃO DO LICURI

Entre as serras do sertão de Caldeirão Grande aparece o licurizeiro, sendo considerada uma das principais palmeiras nativas da região semiárida do Nordeste do Brasil. Dá-se bem nos terrenos de barro, nas areias, como nos calcários. Suportam secas prolongadas (BONDAR, 1938). A **Figura 6** retrata as palmeiras licuri em terreno seco e pedregoso.

Figura 6: Plantação de licuri



Fonte: jailtonjnet.blogspot.com.br/2013/06/licuri-palmeira-sertaneja

A propagação dessa palmeira é por sementes. O licurizeiro não escolhe onde nascer nas terras secas, onde cai um coquinho brota mais uma palmeira (CARTILHAS TEMÁTICAS, 2006). A árvore demora 5 a 6 anos para produzir os primeiros cachos de frutos (DUQUE, 2004).

A produção do licurizeiro é variável e depende do vigor das plantas e das condições do ambiente. A produção de coco de licuri está sujeita a grandes oscilações cujas causas não são ainda bem definidas. Observa-se que a cada dois anos de uma boa safra segue-se um ano de produção reduzida de 60%, não obstante correr o ano favoravelmente, para, depois, voltar de novo à produção abundante (BONDAR, 1938). A produção diminui após uma seca intensa; de 10 em 10 anos dá uma grande safra (DUQUE, 2004).

A palmeira de licuri floresce e frutifica de novembro a abril, sendo que março e abril são picos de produção e a colheita pode chegar a 300 toneladas por mês. Nos demais meses, a produção cai em 50% (BRASIL, 2012). Segundo Bondar

(1938) o período de safra do licurizeiro concentra-se nos meses de março, junho e julho.

O licurizeiro resiste bem a pragas e doenças, mas suas folhas são atacadas por besouros da família *chrysomelidae* que depositam seus ovos nos frutos gerando a larva do bicho-de-coco. O bicho-de-coco ou morotó, *Pachymerus nucleorum*, é um coleóptero pertencente à família dos Bruchideos que abrem a passagem no fruto pelo endocarpo. Os cocos caídos no chão são atacados pelo bicho-de-coco, que continua a multiplicar-se nas amêndoas ensacadas, depreciando e desvalorizando o produto (BONDAR, 1936). Nos depósitos, a amêndoa de licuri é sujeita ao ataque de um minúsculo acarídeo que multiplica-se à custa da amêndoa. O expurgo dos sacos de amêndoa, preserva esta contra a deterioração por estes depredadores (BONDAR, 1938).

Quase toda produção nacional de licuri vem da Bahia. Segundo dados do IBGE, num levantamento efetuado entre 1991 e 2004, a região Nordeste aparece em 2004 com 99,7% da produção nacional do coquilho de licuri sendo o restante da região Norte; dentro da região Nordeste a Bahia desponta com 98,3%, Alagoas com 1,7 %; e, na Bahia, Caldeirão Grande é o segundo maior produtor de licuri (ALMEIDA NETO, 2006).

Do licurizeiro pode-se aproveitar praticamente tudo. Os troncos, nos anos de seca, são aproveitados para fabrico de uma farinha magra, o bró, que serve de sustento a população sertaneja (BONDAR, 1938) cujo nome deriva de “broca”, pois os catadores fazem um buraco no caule do licuri para retirada do palmito que fica na parte interna; entretanto, esta prática está proibida por matar o licurizeiro. Suas folhas que são abertas, eretas, encrespadas e longas e passam de 2 metros decaem como as de um coqueiro. As folhas antigamente eram muito utilizadas para cobrir as casas dos sertanejos e para fazer fachos para queimar formigas (BONDAR, 1938).

As fibras das folhas mostram, atualmente, que além de servir como forragem para os animais, apresenta uma grande diversidade de uso. No artesanato (**FIGURA 7**) se confeccionam acessórios de vestuários como chapéus e bocós - bolsas de palha - peças de decoração e utensílios domésticos como lustres, vassouras, esteiras, jogos americanos, abanadores, abajures, *souplats* entre outros. Além disso, faz-se extração de excelente fibra, que pode originar em compósitos, briquetes,

chapas de fibras de licuri que servem para construção de móveis, divisórias entre outros (SANTOS, 2012).

FIGURA 7: Artesanato em Caldeirão Grande



FONTE: portal.mec.gov.br/cartilha_licuri

A palmeira de licuri produz cera na folha. A extração é feita por meio do corte das folhas, separação do talo, enfeixamento em molhos de 100 folhas e transporte para casa com posterior raspagem do limbo verde da folha (sem secar) com uma faca e venda do pó nas feiras, feito pelas mulheres e meninos, levando em torno de 16 horas de trabalho para adquirir 1 kg de cera. Depois de raspada a cera, os limbos são postos a secar ao sol, branqueados pela luz e são usados na confecção de bolsas, cestas, chapéus, espanadores entre outros (DUQUE, 2004).

A cera do licuri é usada para a fabricação de papel carbono, de graxas para sapatos, móveis e pinturas de automóveis. Além disso, a cera produzida nas folhas de licuri serve para fabricação de cosméticos e estudos revelam que contém um anti-inflamatório que poderá ser utilizado por indústrias de fármacos (BRASIL, 2006).

O licurizeiro tem flores pequenas, amarelas, em cachos surgindo no período de março a agosto produzindo em média 1450 coquinhos/cacho conforme pode ser visto na **Figura 8**. Cada coquinho pesa de 4 a 6 g, e o cacho pesa em torno de cinco quilos. Pode-se encontrar simultaneamente, cachos verdes (**Figura 9**), maduros (**Figura 10**), recém-floridos e inflorescências novas abertas e ainda as dentro da espata ou buso (BONDAR, 1938). Após três meses os cachos do licurizeiro são cortados, secos e debulhados (DUQUE, 2004).

A amêndoa extraída do caroço, o coquinho, não ultrapassa 1,5 g. Estima-se que um cacho poderá fornecer cerca de 1 quilo de coquinho (BONDAR, 1938). Uma palmeira possui potencial para produzir aproximadamente oito cachos de cada vez, em média (BRASIL, 2006).

Figura 8: inflorescência do licuri



Fonte: LUGARINI, 2012

Figura 9: cachos verdes



Fonte: 4.bp.blogspot.com

Figura 10: cachos maduros



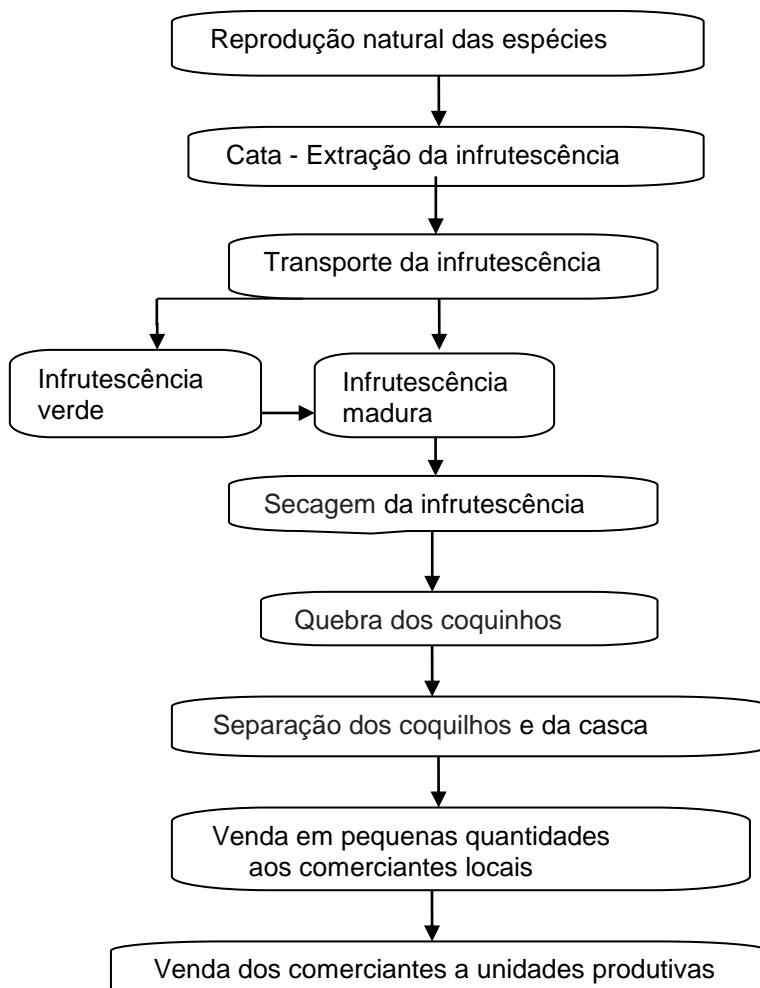
Fonte: todafruta.blogspot.com

A obtenção dos coquinhos do licuri para muitas famílias ainda é tarefa árdua. Além de percorrermos de um a quatro quilômetros na zona rural ou até nove quilômetros para colher os frutos os moradores ainda fazem manualmente a extração das amêndoas. Os quase 1500 coquinhos de tamanho pouco maior que uma bolinha de gude, são quebrados usando duas pedras (**Figura 11**). No município de Caldeirão Grande, à noite, homens, mulheres e crianças sentam-se à soleira da porta de casa quebrando os coquinhos cujo quilo é vendido entre R\$0,40 e R\$0,60 quando a oferta aumenta e que pode chegar a R\$0,80 quando a produção da palmeira diminui (BRASIL, 2005).

Figura 11: quebra do coquinho

Fonte: portal.mec.gov.br/cartilha_licuri

Almeida Neto (2006) descreve que a cultura do licuri ainda é extrativista, sendo as etapas de processamento, armazenamento e comercialização rudimentares e primárias. A figura seguinte mostra o fluxograma básico do processo produtivo do licuri.

Figura 11: fluxograma do processo produtivo do licuri

4.4 CARACTERÍSTICAS FÍSICO–QUÍMICAS DA POLPA, AMÊNDOA E DO ÓLEO DE LICURI

4.4.1 - COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL DO FRUTO DO LICURI PARA A POLPA E A AMÊNDOA

O **QUADRO 1** abaixo demonstra os dados obtidos para a composição nutricional do fruto do licuri para a polpa e a amêndoa em que observa-se que a polpa apresenta teores médios de umidade em torno de 77,4%; cinzas, 1,4%, lipídeos, 4,5%, proteínas, 3,2% e carboidratos 13,2%. A amêndoa apresenta teores médios significativos de lipídeos, 49,2%, proteínas 11,5%, cinzas, 1,2%, umidade, 28,6% e carboidratos, 9,7%. O teor de lipídeos das amêndoas é considerado elevado e similar ao padrão encontrado para outras espécies de palmeiras (CREPALDI *et al*, 2001).

QUADRO 1. Composição química da polpa e da amêndoa do fruto de licuri (*Syagrus coronata*).

nd = não detectado

Parâmetros analisados	Média e desvio padrão	
	Polpa	Amêndoa
Composição centesimal		
umidade (%)	77,4 ± 0,16	28,6 ± 0,38
cinzas(%)	1,4 ± 0,06	1,2 ± 0,01
lipídeos(%)	4,5 ± 0,3	49,2 ± 0,08
nitrogênio(%)	0,5	2,2 ± 0,01
proteínas(%)	3,2	11,5 ± 0,03
carboidratos totais(%)	13,2	9,7
Composição vitamínica		
xantofila	traços	nd
α-caroteno	traços	nd
β-caroteno (µg.g ⁻¹)	26,1 ± 0,7	nd
valor pró-vitamina A (ER)	4,4 ± 0,1	nd
α-tocoferol (µg.g ⁻¹)	3,8 ± 0,4	nd
ácido ascórbico	traços	nd
Valor calórico (kcal.100g ⁻¹)	108,6	527,3

Fonte: CREPALDI *et al*, 2001.

4.4.2 - COMPOSIÇÃO QUÍMICA MINERAL DO FRUTO DO LICURI PARA A POLPA E A AMÊNDOA

Quanto à composição mineral, pesquisas constataram que na polpa de licuri são encontrados minerais essenciais ao homem, como cálcio, magnésio, cobre e zinco e na amêndoa seca ou cozida, encontram-se, além desses, ferro, manganês e selênio. além disso, 50% da constituição da amêndoa são de óleo. Esses minerais estão distribuídos na polpa com teores significativos de cálcio 21,34%, magnésio 13,30%, ferro 4,72%, cobre 48,37%, zinco 11,65% e com cinzas 0,61%; na amêndoa seca cálcio 22,36%, magnésio 72,60%, ferro 1,74%, cobre 0,55%, zinco 1,36% manganês 0,77% e com cinzas 0,63 %; e na amêndoa cozida cálcio 26,62%, magnésio 61,10%, ferro 1,00%, cobre 0,50% e zinco 8,77% manganês 1,07%, cinzas 0,96 % e selênio – não especificado (BRASIL, 2006). São substâncias indispensáveis à sobrevivência humana e que contribuem para o combate à fome e a problemas de visão, o fortalecimento dos ossos, prevenção e tratamento da arteriosclerose, infecções, anemia, cânceres, doenças do coração, artrite, diabetes e asma, distúrbios da aprendizagem.

4.4.3 - COMPOSIÇÃO DOS PRINCIPAIS ÁCIDOS DOS LIPÍDIOS DA AMÊNDOA DE LICURI

O óleo de licuri apresenta alto teor de ácidos graxos saturados de cadeias médias (ácidos caprílico (24,7%), cáprico (13,9%) e láurico (36,43%), conferindo ao óleo excelente espalhabilidade estabilidade oxidativa e baixa acidez. O óleo de licuri demonstra através de testes apresentar teores médios entre 0,120 e 0,681 g de ácido láurico/100 g de óleo e de peróxido em 0,71 meq.kg⁻¹, parâmetros que estão relacionados com a natureza e a qualidade da amêndoa e com o grau de rancidez da mesma (MAFRA, 2009, GOMES *et al.* 2009). O cálculo destes índices avalia o estado de deterioração de alimentos que contenham lipídios em sua composição já que os hidroperóxidos são os primeiros a serem formados numa oxidação e um elevado índice de acidez indica que o óleo está sofrendo quebras em sua cadeia lipídica liberando os ácidos graxos, seus principais constituintes.

O **QUADRO 2** abaixo, mostra a composição do óleo de licuri no que se refere aos ácidos graxos.

QUADRO 2: Composição do óleo de Licuri – composição dos principais ácidos dos lipídios da amêndoa do licuri

Ácidos graxos	%
C8:0 - caprílico	24,68
C10:0 - cáprico	13,94
C12:0 - láurico	36,43
C14:0 - mirístico	7,15
C16:0 - palmítico	3,98
C18:0 - esteárico	3,05
C18:1 - oleico	4,08
C18:2 - linoleico	1,02

FONTE: Gomes Neto *et al.* (SBQ, 2009)

4.4.4 – COLORAÇÃO DOS FRUTOS

A coloração de frutos que varia do amarelo ao vermelho geralmente está associada à presença de carotenóides, compostos com atividade pró-vitáminica A. Portanto, seu consumo é importante para as regiões pobres de países em desenvolvimento, onde a hipovitaminose A é endêmica, afetando principalmente crianças na idade pré-escolar (RODRIGUEZ *et al.* 1976).

4.5. EXTRAÇÃO DO ÓLEO DE LICURI

A polpa e a amêndoa do licuri são nutritivas, porém a torta obtida embora possua alto valor nutritivo só é destinada ao consumo animal por não haver um rígido controle de qualidade no processo de quebra e coleta dos coquinhos (ALMEIDA NETO, 2006). As **Figuras 13, 14 e 15** a seguir mostram os coquinhos, a polpa, a casca e a amêndoa do licuri.

Figura 13: coquinhos de licuri



Fonte: pt.wikipedia.org/wiki/Syagrus_coronata

Figura 14: a polpa, a casca e a amêndoa.



Fonte: www.flickr.com/photos

Figura 15: amêndoas de licuri.

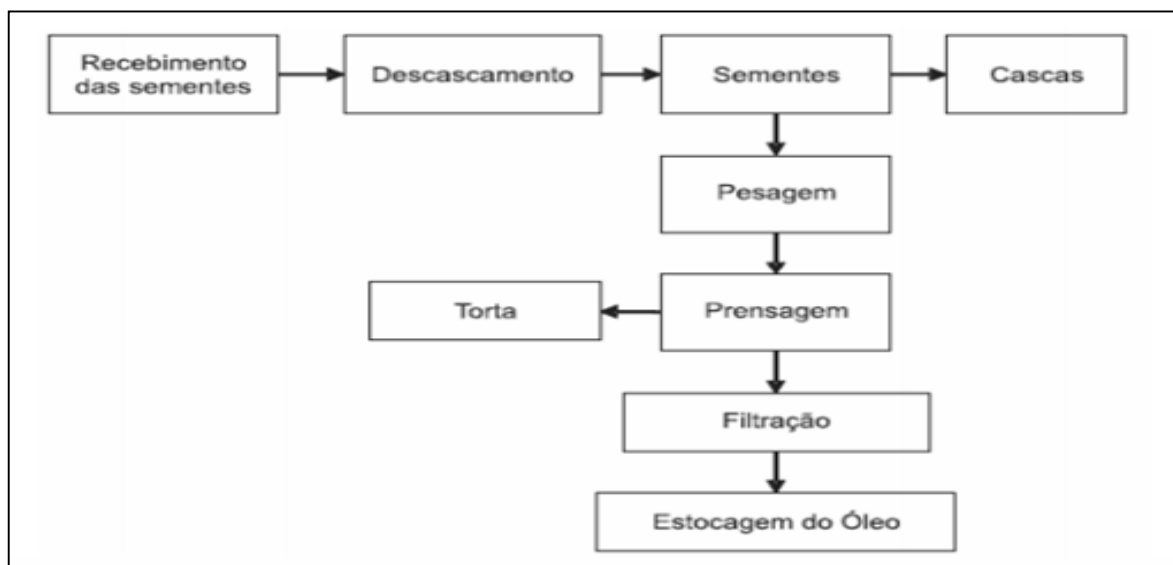


Fonte: www.flickr.com/photos

O óleo de licuri constitui de 55 a 61% da amêndoa, mas não vem muito sendo utilizado para a alimentação humana, por ter sido detectado grande número de impurezas no processo produtivo. É aplicado para a produção de saponáceos, sendo o licuri considerado o melhor óleo brasileiro para produção de sabão, segundo relatório de pesquisa da Petrobrás. O óleo também tem uso cosmético em sabonetes líquidos, condicionadores e cremes para a pele e xampus (ALMEIDA NETO, 2006, RUFINO, 2008).

Nas fábricas da Bahia, a média da extração anual é de 51% de óleo, com as amêndoas intactas (BONDAR, 1938). Extraído-se 51% de óleo, a amêndoa de licuri deixa ainda como resíduo a torta de licuri, que é rica em azoto, apresenta 19% de proteínas, 41% de substâncias não azotadas, 16% de celulose e contém 11 a 12% de óleo não extraído (BELTRÃO, 2007). Na **Figura 16** abaixo se demonstra um esquema básico de extração de óleo vegetal (MAFRA *et al.* 2009):

Figura 16: Esquema básico de extração de óleo vegetal



Fonte: MAFRA *et al*, 2009

A extração do óleo de licuri é feita industrialmente a frio através de prensas e filtragens método indicado para a extração de óleos vegetais com teores elevados de óleo.

4.6 INOVAÇÃO TECNOLÓGICA E DESENVOLVIMENTO SUSTENTÁVEL PARA A COMUNIDADE DE CALDEIRÃO GRANDE

Lourenço Ravazanno (BONDAR, 1938), industrial que introduziu o licuri na economia baiana, se referiu dessa maneira sobre sua contribuição no melhoramento econômico dos moradores das zonas licurizeiras, já que os vinte anos desde o início do uso do licuri e seu desenvolvimento, criaram uma grande fonte de riqueza popular, contribuindo grandemente para as receitas dos sertanejos, estradas de ferro, várias indústrias e para os cofres públicos:

De referência à máquina para quebrar o coco do licuri, estou pronto a fornecer gratuitamente, desde já, para o bem coletivo, todos os dados necessários à Secretaria da Agricultura ou qualquer repartição oficial, com a condição de não constituir monopólio algum. (Lourenço Ravazanno em BONDAR, 1938, p.6)

A condição essencial para o progresso da indústria de extração de coquilha de licuri é a mecanização da operação, barateando assim o trabalho inicial de quebrar o coquilha, e dando maior lucro ao lavrador (BONDAR, 1938).

A partir de 2002, inicialmente, o Projeto Licuri do IFBA procurou auxiliar, tecnologicamente, na quebra do coquinho, numa máquina confeccionada numa tornearia local. A máquina montada em rolamentos utiliza barras, tubos e chapas de aço carbono quebra cerca de 600 quilos de coquinho por hora (BRASIL, 2006). Para os moradores de Caldeirão Grande isso facilitou o trabalho quando chegam com seus balaios carregados de licuri e que agora não perdem tanto tempo no debulhamento e venda dessa oleaginosa.

Figuras 18 e 19: máquina para quebrar coquinhos de licuri



Fonte: portal.mec.gov.br/cartilha_licuri



Fonte: portal.mec.gov.br/cartilha_licuri

Atualmente o IFBA realiza estudos, junto aos departamentos de engenharia mecânica e elétrica desta instituição de ensino, na viabilização de um motor movido a óleo de licuri. Como cita a professora Dra. Djane Santiago de Jesus, coordenadora do Projeto Licuri desta instituição em BRASIL (2006) “Seria uma economia de energia, mais um aproveitamento para o fruto e, com certeza, uma forma de se mostrar para a população como um motor pode funcionar ecologicamente correto, sem poluir o meio ambiente, preservando os recursos naturais”.

As palhas que resultam da poda da palmeira e as cascas do coquinho são usadas como fontes alternativas de energia. As cascas quando adicionadas à madeira para queima nos fornos em fábricas de tijolos fazem o fogo render mais, devido ao óleo de licuri com seu alto poder de combustão. Além disso, pretende-se substituir as madeiras pelas palhas junto com os coquinhos. Isso auxiliaria na preservação do meio ambiente do semiárido baiano (BRASIL, 2006).

O licuri além de seu grande potencial alimentício, ornamental e forrageiro está sendo também pesquisado para a produção de biodiesel por apresentar grande teor de óleo e por ser altamente combustível. Constitui-se numa espécie de relevante importância social e econômica e de notória importância ecológica nas suas áreas de ocorrência (NOBLICK, 1986).

Esse aproveitamento do licuri focado no município de Caldeirão Grande promove a geração de emprego e renda e a inclusão socioeconômica da população.

Neste contexto, foram identificadas três demandas por tecnologias sociais, de forma possibilitar a criação de condições estruturais adequadas para o fortalecimento de toda cadeia produtiva do licuri, contribuindo para a agregação de valor fruto, aperfeiçoando, concomitantemente, a organização da produção comunitária e, conseqüentemente, gerando aumento da renda para as populações extrativistas tradicionais (SANTOS, 2012).

Assim, em Caldeirão Grande, como tecnologias sociais em processo de construção, estão as Colhedoras de Licuri que recebem informações como que o licuri não é para ser catado no chão em meio a estrumes e porcos e sim colhido no pé de forma ambientalmente sustentável com um manejo agroecológico sustentável aproveitando o fruto de forma integral; o Secador Solar para evitar a secagem do licuri em terreiros, sem condições higiênicas e ocasionando a perda de inúmeras amêndoas devido ao desenvolvimento do bicho de coco ou morotó além de reduzir o tempo da secagem; a Máquina de Quebra do Coco vem para evitar a forma penosa do uso de uma pedra que ocasiona danos fisiológicos nos agricultores além de aumentar a produtividade já que a quebra de nove quilos coquinhos/dia passaria a 600 quilos/h (SANTOS, 2012 e JESUS, 2013).

4.7 ASPECTOS GASTRONÔMICOS COM VISTAS AO APROVEITAMENTO DA POLPA, AMÊNDOA E ÓLEO DO LICURI.

O licuri, conhecido como o ouro verde do sertão baiano, pode ser enfatizado como elemento cultural e turístico do município de Caldeirão Grande. Vem quebrando barreiras e preconceitos (ROCHA, 2010), apontando caminhos a alguns povoados no interior da Bahia, mais propriamente, nas regiões da Caatinga, sertão

do estado. Nas comunidades carentes das localidades onde é encontrado e regiões próximas transformou-se em um ingrediente para vários tipos de receitas devido a sua versatilidade, podendo ser consumido fresco, torrado ou cozido.

O licuri (polpa, amêndoa e óleo) com características exclusivas pode ser utilizado em diferentes preparações gastronômicas, sendo tipicamente consumidas no Estado da Bahia, especificamente em Caldeirão Grande. Pode ser empregado em peixes, vatapá, arroz, feijão verde, ovos, picolés, sorvetes, granola, biscoitos além de cocadas entre outras iguarias além de cocadas, tanto o leite, o óleo como a farinha. (BRASIL, 2005).

Na Bahia, o IFBA, vem desenvolvendo pesquisas visando o aproveitamento do licuri com a barra de complemento alimentar ou barra de cereal a partir da amêndoa do licuri triturada. Foram desenvolvidos também nesta instituição subprodutos a partir do licuri, como farinha, compotas, iogurtes, geleias, sorvetes da polpa e da amêndoa e sucos (BRASIL, 2006).

O azeite de licuri apresenta suave sabor de coco, excelente para perfumar saladas e finalizar pratos, misturado ou não com ervas, conferindo um sabor bom às frituras rasas e grelhados rápidos, como peixes e filés de frango.

O licuri ganhou espaço na cozinha brasileira entre renomados *chefs* - que passaram a exaltar o sabor e defender suas utilidades e qualidades comparando-o ao porte da amêndoa ou avelã e, com base nisso, criaram algumas receitas desde saladas e pratos quentes a sobremesas. É utilizado na cozinha salgada para polenta devido à textura amanteigada, servindo para fazer uma crosta para peixes; já na *pâtisserie* é usado como um crocante (ROCHA, 2010).

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante da revisão de literatura realizada podem ser feitas as seguintes considerações:

O licuri possui um valor socioeconômico para os brasileiros que moram em Caldeirão Grande, na qual o fruto faz parte da renda familiar para sobrevivência, representando também uma fonte potencial na alimentação;

Os resultados demonstram a importância nutricional do licuri, principalmente de sua amêndoa pelos elevados teores de lipídios, proteínas, minerais e vitaminas;

As propriedades físico-químicas da polpa, amêndoa e óleo apresentam um valor nutricional expressivo caracterizado pelo seu alto teor de minerais com quantidades significativas de cálcio, magnésio, cobre, zinco, ferro, manganês e selênio, além das vitaminas;

O óleo de licuri é rico em vitaminas e ácidos graxos destacando-se o láurico, caprílico e cáprico;

Os resultados demonstram a importância nutricional do licuri, principalmente de suas amêndoas pelos elevados teores de lipídios, proteínas, minerais e vitaminas, sendo utilizada como ingrediente de diversos produtos;

A inovação tecnológica do licuri levando ao desenvolvimento sustentável do município de Caldeirão Grande – BA trouxe grandes benefícios à comunidade, com a geração de emprego e renda ao município;

Existem poucas informações na literatura sobre a gastronomia do licuri como elemento cultural e atrativo no Estado da Bahia, mas feiras estão sendo realizadas em alguns municípios visando resgatar a cultura regional, uma forma de reencontrar, divulgar e propagar seus benefícios valorizando as nossas raízes gastronômicas.

REFERÊNCIAS

1. ALMEIDA NETO, A. C. **Análise da Gestão da Produção e Comercialização do Licuri (*Syagrus coronata* (Martius) Beccari) para utilização como alimento e biodiesel**, Pesquisa de campo, de mercado e de motivação do CEFET-BA, set 2006, 79p.
2. BELTRÃO, N.E. de M. OLIVEIRA, M.I.P. de **Oleaginosas Potenciais do Nordeste para a Produção de Biodiesel**. Campina Grande, PB. 2007. EMBRAPA, Documentos 177, Dez 2007, 54p.
3. BOLSA FAMÍLIA, **Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome (MDS)**, Secretaria Nacional de Renda de Cidadania (Senarc). bolsa.família@mds.gov.br. Lei 10836 de 09/01/2004. Acesso em: 01/08/2014
4. BONDAR, G. **Importância Econômica das palmeiras nativas do Genero Cocos nas zonas secas do interior baiano**. Bahia: Instituto Central de Fomento Econômico da Bahia, 1939. Boletim 5. 16p.
- 4.a. BONDAR, G. **Notas biológicas sobre bruchideos observados no Brasil**. Archivos do Instituto de Biologia Vegetal. Rio de Janeiro, v. 3, n.1, p. 8- 20, dez.1936.
- 4.b. BONDAR, G. **O licuriseiro (*Cocos Coronata* Mart.) e suas possibilidades na economia brasileira**. Bahia: Imprensa Oficial do Estado (Instituto Central de Fomento Econômico da Bahia).1938. Boletim 2. 18p.
- 4.c. BONDAR, G. **Palmeiras na Bahia do Genero Cocos**. Bahia: Instituto Central de Fomento Econômico da Bahia, 1939. 22p.
5. BRASIL Ministério da Educação, Secretaria de Educação Profissional e Tecnológica. **A Bahia descobre o licuri**. Cadernos Temáticos. Brasília, DF: Gráfica e Editora Qualidade, n.6, p. 10-13, Nov. 2005, 71p.

6. BRASIL, Ministério da Educação, Secretaria de Educação Profissional e Tecnológica. **Licuri**. Cartilhas Temáticas. Brasília, DF: Gráfica e Editora Ideal, nov. 2006. 29p.
7. MMA, Ministério do Meio Ambiente. CAATINGA. Brasília, DF. Disponível em <http://www.mma.gov.br>. Acesso em: 03/08/2014.
8. CASCUDO, L. da C. **História da alimentação no Brasil**, São Paulo: Global, 2004. 955 p.
9. CREPALDI I.C et al. Composição nutricional do fruto de licuri (*Syagrus coronata*) (Martius) Beccari. **Revista Brasileira de Botânica**, São Paulo, V.24, n.2, p.155-159, 2001.
10. INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA *Cidades@*, Bahia, IBGE, 2010. Disponível em: <[http:// www.ibge.gov.br/cidadesat/topwindow.htm?1](http://www.ibge.gov.br/cidadesat/topwindow.htm?1)>. Acesso em: 03/04/2014
11. DUQUE, J. G., **O Nordeste e as lavouras xerófilas**. Fortaleza: Banco do Nordeste do Brasil, 2004. 330 p.
12. GOMES NETO, R.J. CARVALHO, A. S. JESUS D. S. DUARTE, F.J.B. VELOSO, M.C.C. **Extração e caracterização do óleo da amêndoa do licuri (*Syagrus coronata*)** (1) CEFET-BA (2) Instituto de Química – UFBA (3) Empresa Baiana de Desenvolvimento Agrícola. Resumos SBQ, 2009.
13. JESUS, D. S; SANTOS, C. R. S. SANTANA, G. J. **Colhedores de licuri: a agroecologia e a tecnologia social como estratégias para o desenvolvimento rural sustentável no semiárido**. Resumos do VII Congresso Brasileiro de Agroecologia, Fortaleza, CE, Vol.6, No. 2, Dez 2011
14. JESUS D. S. SANTOS, C.R. CYPRIANO C. A. C. **Cooperativismo e agricultura familiar no semiárido baiano: novos caminhos e desafios da sustentabilidade**. Bahia Análise & Dados, Salvador, BA, v.23, n.1, p.233-278, jan-mar. 2013
15. KILL, L.H.P. **Caatinga: Patrimônio Brasileiro Ameaçado**. Artigos, EMBRAPA/CPATSA 2002, 2p.

16. LUGARINI, C. BARBOSA, A. E. A. OLIVEIRA, K. G. (org.) ICMBIO – Instituto Chico Mendes de Conservação da Biodiversidade. **Plano de Ação Nacional para a Conservação da Arara-Azul-de-Lear**. Brasília: 2012. 2ª ed.147 p.
17. MAFRA, A.P. S., *et al.* **Estudo da extração de óleo vegetal da semente de mamona**, Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Maranhão, IV CONNEPI:Congresso de Pesquisa e inovação da Rede Norte Nordeste de Educação Tecnológica, Belém, Pará, 2009, 10p.
18. NOBLICK, L. R. **Palmeiras das caatingas da Bahia e as potencialidades econômicas**. In: Simpósio sobre a Caatinga e sua Exploração Racional, 1984, Feira de Santana. Anais. Brasília, DF: EMBRAPA-DDT: UEFS (Feira de Santana). 1986, p. 99-115.
19. **Projeto Licuri** – IFBA. Globo Rural. 5 vídeos. Disponível em: <http://static.142.15.9.176.clients.your-server.de/pessoas/projeto-ifba/>. Acesso em: 03/04/2014.
20. ROCHA, K. M. R. DA. **Biologia Reprodutiva Da Palmeira Licuri (Syagrus coronata) (MART.) BECC.) (ARECACEAE) na ecorregião do Raso da Catarina, Bahia**. Recife, Pernambuco, maio 2009. Tese (Mestrado em Ciências Florestais). Universidade Federal Rural de Pernambuco. 100 p.
21. ROCHA, L. Sertão Dourado, **Revista Prazeres da Mesa**, Salvador, julho de 2010.
- 22.RODRIGUEZ, D.B., RAYMUNDO, L.C., LEE, T.C.SIMPSON, K.L. & CHINCHESTER, O. 1976. Carotenoid pigments changes in ripening Momordica charantia fruits. **Annals of Botany** 40:615-624.
23. RUFINO, M.U.L; *et al.* **Conhecimento e uso do ouricuri (Syagrus coronata) e do buíque (Orbignya phalerata)**, PE, Brasil. Revista Acta Botânica Brasileira, v.22, n.4, São Paulo, out-dez 2008, p.58-63.

24. SANTOS C. R. S. dos, **Agricultores e agricultoras colhedoras de licuri no semiárido da Bahia**: a experiência das tecnologias sociais no município de Caldeirão Grande. 2012. (Tese de mestrado). Departamento de Ciências Humanas da Universidade do Estado da Bahia, Salvador, 2012, 126 p.
25. SOUZA, G. S. Colaborador: VARNHAGEM, F. A. **Tratado Descritivo do Brasil em 1587**. São Paulo: Companhia Editora Nacional, 1938, volume 117, 3ª ed. 494p.

ANEXOS

(Receitas com ingredientes regionais)

BEIJINHO NATIVO

Ingredientes: 200g de coco de licuri triturado / 200ml de leite condensado

1 colher de manteiga / 100g de doce de buriti / 50g de raspa de buriti triturada

Modo de fazer: Numa panela aqueça a manteiga e adicione o leite condensado e licuri. Mexa constantemente até o ponto em que a mistura desgrudar do fundo da panela ao mexer. Deixe esfriar. Enrole bolinhas de doce de buriti e separe. Envolve as bolinhas de buriti com o doce de coco. Passar o doce na raspa de buriti triturada.

Fonte: CERRATINGA (www.cerratinga.org.br) - Luis Carrazza

BOLO DE LICURI COM PIMENTA-DE-MACACO



Ingredientes

3/4 de xícara de licuri / 1 xícara de leite / Meio tablete de manteiga sem sal (100 g)
1 e 1/3 de xícara de açúcar mascavo / 3 ovos / 2 xícaras de farinha de trigo / 1 colher
(sopa) rasa de fermento em pó / 1 colher (chá) de pimenta-de-macaco moída
1 colher (café) de cravo-da-índia moído/

Raspas de 2 limões (pode ser de tipos diferentes)

Modo de fazer

Bata no liquidificador o licuri com o leite até triturar bem. Reserve. Na batedeira, bata a manteiga com o açúcar até formar um creme. À parte, bata ligeiramente os ovos e, com a batedeira ligada, vá despejando aos poucos sobre o creme de manteiga.

Desligue a batedeira e vá juntando, aos poucos, a farinha peneirada com o fermento, a pimenta-de-macaco e o cravo da índia, alternando com o leite batido com licuri. Por fim, junte as raspas de limão e mexa bem. Despeje a massa numa forma média com buraco no meio, untada com manteiga e polvilhada com farinha. Leve ao forno médio e deixe assar por cerca de 40 minutos ou até que, enfiando um palito no centro, ele saia limpo e a superfície esteja dourada.

Associação Amanu – **Neide Rigo** (Blog come-se)

COCADA DE LICURI

Ingredientes: 1 kg de amêndoa de licuri / ½ kg de açúcar ou uma barra de rapadura.

Modo de fazer: moa o licuri no liquidificador até esmagá-lo por completo. Reserve.

Faça uma calda com o açúcar. Quando estiver em ponto de bala (pouco grossa), coloque o licuri moído. Mexa bastante até aparecer o fundo da panela. Molhe um prato ou unte com manteiga e despeje o doce sobre o recipiente. Corte em quadrados antes de esfriar.

Fonte: BRASIL (2005)

COCADA DE LICURI (tipo cocada-puxa)

Ingredientes: 1 lata de leite condensado , 400 g de açúcar (equivale a uma lata de leite condensado), 100 g de coco licuri ralado, 1 copo de água.

Modo de fazer: Faça um caramelo com o açúcar. Junte o leite condensado, a água e o coco ralado. Mexa até soltar do fundo da panela. Coloque em recipientes molhados com água. Rendimento: 30 cocadas.

Fonte: BRASIL (2006)

CODORNA COM RECHEIO DE LICURI

4 porções

Salteado de mandioquinha

100 g de jabuticabas / 10 ml de água

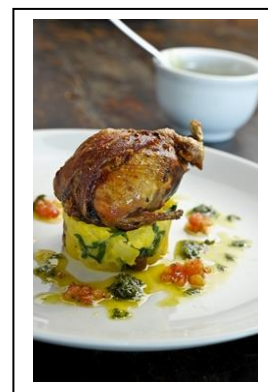
1 xícara (chá) de folhas de espinafre

1 colher (sopa) de cebola ralada

1 colher (sopa) de óleo de milho

4 mandioquinhas

Codorna



400 g de licuri verde cozido / 200 g de *ciabatta*; 150 g de bacon
 8 codornas desossadas / 4 ramos de nirá
 1 cebola pequena picada / 3 colheres (sopa) de manteiga de garrafa
 Sal, pimenta-do-reino e azeite de ervas a gosto

Modo de fazer

Salteado de Mandioquinha: 1 Descasque e corte as mandioquinhas em rodela e salteie-as com a cebola em frigideira em fogo médio. 2 Corrija o sal e misture as folhas de espinafre na hora de servir.

Redução de Jabuticaba: 1. Lave as jabuticabas e dê um corte em cada uma. 2. Leve para ferver em água por 15 minutos. 3. Escorra, volte ao fogo até que reduza pela metade; reserve.

Codorna: 1. Corte o bacon em pedaços bem miúdos, refogue-o com cebola e manteiga. 2. Junte o licuri e refogue até que esteja tudo bem incorporado. 3. Corte o nirá bem miúdo e misture ao refogado. 4. Torre as *ciabatas* e corte-as em raspas finas; adicione à mistura; reserve. 5. Desosse as codornas, tempere com sal e pimenta-do-reino. 6. Recheie-as e envolva cada uma com uma fatia de bacon bem fina. 7. Leve ao forno até que dourem.

Montagem: 1. Disponha as codornas sobre o refogado de mandioquinha e espinafre. 2. Despeje, em volta, a redução de jabuticaba e o azeite de ervas.

Prazeres da Mesa – **Chef Edinho Engel**, Restaurante Amado, Salvador, BA

MOUSSE DE UMBU COM FAROFA DE LICURI

Ingredientes

Mousse:



1 xícara (chá) de doce de umbu (compota) / 1 xícara (chá) da calda do doce de umbu

1 vidro de leite de coco / 1 caixa de creme de leite ou soja

1 envelope (12g) gelatina em pó sem sabor/ 3 colheres (sopa) de coco ralado

Calda:

4 colheres(sopa) de doce de umbu pastoso / 1 xícara de água

½ xícara de açúcar cristal / 1 canela em pau / 2 favas de cardamomo socadas

Para servir:

50g de licuri sem sal triturado / 50g de coco ralado

Modo de fazer

Mouse: bata no liquidificador todos os ingredientes do mousse. Use as instruções do envelope para derreter a gelatina. Coloque em recipientes para sobremesa e leve a geladeira por 12 h.

Calda: leve ao fogo baixo todos os ingredientes em uma panela e deixe ferver até engrossar. Espere a calda esfriar.

Na hora de servir, desenforme o mousse em pratos de sobremesa, coloque 3 colheres de sopa de calda por cima, depois 1 colher de sopa de licuri triturado e finalize colocando o coco ralado por cima. Rende 5 porções de 200ml.

Fonte: CERRATINGA (www.cerratinga.org.br) - Carol Sá – Slow Food Rio.

PANQUECA DE LICURI COM BANANA

Ingredientes

Massa:

2 ovos / 1 xícara de leite / 1 colher (chá) de azeite de licuri/1 colher (chá) de açúcar

1 colher (chá) de fermento em pó / ½ colher (chá) de sal /1 xícara de farinha de trigo

1/3 de xícara de coquinho de licuri

Recheio

6 bananas nanicas / 3 colheres (sopa) de rapadura picada (ou açúcar mascavo)

1 colher (chá) de gengibre ralado / 1 colher (chá) de canela em pó / ½ xícara de água

1 colher (chá) de azeite de licuri (ou manteiga) / 1 colher (sopa) de suco de limão

Modo de fazer

Massa: Bater no liquidificador todos os ingredientes até o coquinho ficar bem triturado. Deixe a massa descansar durante 15 minutos. Aqueça bem uma frigideira antiaderente (não precisa untar, mesmo se a frigideira não for antiaderente, pois a massa contém gordura) e coloque um pouco de massa. Espalhe bem para ficar uma massa fina. Quando estiver soltando da frigideira, vire e deixe dourar do outro lado.

Deve render uma dúzia de panquecas.

Recheio: Corte as bananas em rodelas e reserve. Coloque a rapadura numa panela e leve ao fogo. Quando derreter e começar a caramelizar, junte as bananas, o gengibre, a canela, o azeite e a água. Deixe ferver e a banana amolecer um pouco, sem se desmanchar. Se quiser mais calda, junte um pouco mais de água. Junte o suco de limão e desligue o fogo.

Montagem: Coloque um pouco da banana sem calda sobre a panqueca e enrole. Deixe um pouco do calda da frigideira para despejar por cima das panquecas.

Fonte: CERRATINGA (www.cerratinga.org.br)– Neide Rigo (Blog Come-se)

PÃOZINHO DE LICURI

Ingredientes:

½ kg de trigo integral / ½ kg de trigo branco sem fermento

½ copo de óleo de licuri / 2 pacotinhos de fermento de pão (22 g)

200 g de licuri batido no liquidificador / ½ xícara de açúcar Demerara

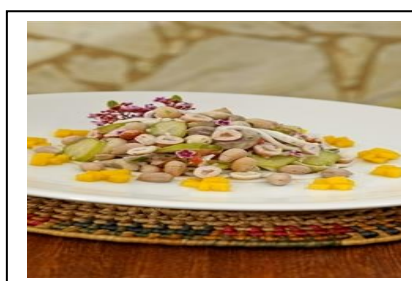
1 pitada de sal

Modo de fazer

Misture o fermento ao trigo branco, acrescente os outros ingredientes. Amassar e sovar bem a massa. Se ficar mole, acrescentar um pouco mais de trigo branco. Deixar descansar 2 horas. Fazer os pãezinhos e deixar descansar mais 20 minutos. Coloque para assar em forno quente. Rende 30 porções.

Fonte: redemoinho.coop.br

SALADA DUKA



Ingredientes

100 g de maturi/100 g de manga em *brunoise* / 30 g de licuri
 30 g de coco verde em *brunoise* + 30 g de coco verde em *julienne*;
 30 g de biribiri 10 ml de suco de limão / 3 colheres (sopa) de azeite de oliva
 2 colheres (sopa) de tomate em *brunoise* / 1/2 colher (sopa) de cebola em *brunoise*
 1/2 colher (sopa) de pimentão (*brunoise*) / 1/2 colher (sopa) de salsa em *brunoise*
 1/2 colher (sopa) de cebolinha em *brunoise* / 1/4 colher (café) de pimenta-do-reino
 Sal a gosto

Modo de Fazer

1. Reserve a manga.
2. Num refratário, junte todos os ingredientes e misture bem.
3. Junte a manga e sirva em seguida.

Prazeres da Mesa - Receita do chef **Beto Pimentel**, do restaurante Paraíso Tropical,
 Salvador, BA.

SORVETE E TELHA DE LICURI



Ingredientes

Leite de licuri: 150g de licuri torrado / 400g de leite a 70°C

Farinha de licuri: 100g de farinha de trigo / 30g de licuri torrado

Purê de licuri: 500g de licuri infundado (resulta do preparo do leite de licuri)
100ml de água

Sablée de licuri: 100g de farinha de licuri / 100g de purê de licuri / 60g de manteiga

20g de óleo de licuri / 2g de sal

Telha: 100g de farinha de sablée de licuri / 100g de açúcar

Sorvete: 250ml de leite de licuri / 150ml de leite / 4 gemas / 52g de óleo de licuri / 62,5g de açúcar/5g de emulsificante/gel de cajá-manga
300g de purê de cajá-manga coado

30g de Flogel (é um amido modificado capaz de dar, instantaneamente, consistência de gel)

Montagem: 12 colheres (café) de farinha de licuri / 24 metades de licuri torrado
24 metades de licuri praliné / 12 pitadas de flor de sal / 12 gotas de óleo de licuri

Modo de fazer

Leite de licuri: Infusione o licuri no leite quente e reserve na geladeira por 8 horas. Passe em um mixer para triturar, coe e reserve, separadamente, o leite e o licuri infundado.

Farinha de licuri: Misture os dois ingredientes e reserve.

Purê de licuri: bata os ingredientes no liquidificador até obter um purê liso.
Reserve.

Sablée de licuri: misture todos os ingredientes até obter uma massa lisa. Reserve. Abra a massa e asse por 8 horas a 80°C. Depois, rale em uma peneira.

Telha: derreta o açúcar até obter um caramelo. Retire do fogo e adicione a farinha de sablée. Estenda sobre uma placa, ou superfície, e coloque no forno a 140°C por 3 minutos.

Retire e abra a massa até obter uma placa de 1mm de espessura. Corte em retângulos de 10 cm x 4,5 cm.

Sorvete: aqueça os 150 ml de leite e os 250 ml de leite de licuri a 80°C. Bata as gemas com o açúcar. Incorpore o óleo e continue batendo. Acrescente a mistura de leites e o emulsificante e bata bem. Espere esfriar e bata numa sorveteira. gel de cajá-manga Cozinhe os ingredientes a 73°C por 15 minutos. Reserve.

Montagem: em cada prato, ponha o gel de cajá, 1 bola de sorvete, a farinha de licuri e a telha. Adicione 2 metades de licuri torrado, 2 de praliné, 1 gota de óleo e 1 pitada de flor de sal.

Fonte: CERRATINGA - Casa e jardim – **Neide Rigo**

SUFLÊ DE LICURI E LICOR DE CACAU

4 porções

70 g + 2 colheres (sopa) de farinha de trigo / 50 g de açúcar demerara

30 g de licuri seco (ou 70 g de licuri fresco)

25 g + 10 g de farofa (pó) de licuri

20 g + 1 colher (sopa) de manteiga sem sal

500 ml de leite integral / 30 ml de licor de cacau

1 colher (sopa) de amido de milho

3 ovos (separar gemas e claras) / 1/2 colher (sopa) + 50 ml de melado de cana



Decoração

2 colheres (sopa) de cacau em pó

1. Faça um creme de confeiteiro juntando as gemas e o açúcar demerara; adicione 1 colher de melado de cana, a farinha de trigo e o amido de milho, ambos peneirados juntos. 2. Ferva o leite em fogo baixo e faça uma infusão com o licuri. 3. Peneire e despeje essa infusão por cima da mistura das gemas (encorpadas com os amidos) e misture com um batedor. 4. Volte ao fogo até levantar fervura; mexa, sem parar, até cozinhar bem o amido, o que leva de 3 a 4 minutos de fervura. 5. Incorpore o licuri, os 25 gramas da farofa de licuri, os 20 gramas de manteiga e mexa, de vez em quando, até esfriar. 6. Unte as forminhas de suflê com manteiga derretida, reserve 10 minutos na geladeira e passe mais uma camada de manteiga; finalmente, polvilhe farinha de trigo e um pouco de farofa de licuri. 7. Prepare uma calda com melado de cana e licor de cacau; reserve. 8. Bata as claras em neve e adicione ao creme, delicadamente, para conservar o volume. 9. Encha as formas de suflê e alise as bordas. 10. Asse os suflês em forno sem ventilação, de 180 °C a 185 °C, por cerca de 8 a 10 minutos até crescer. 11. Despeje a calda de cacau, decore com cacau em pó polvilhado e sirva os suflês imediatamente.

Prazeres da Mesa - Receita do chef **Marc Le Dantec**, Restaurante Bistrô Charlô, São Paulo, SP.

TORTINHA DE LICURI COM TELHA DE LICURI

12 unidades

Massa

170 g de farinha de trigo
75 g de manteiga / 75 g açúcar
25 g de farinha de caju / 2 ovos

Cobertura

400 g de licuri / 200 g de manteiga sem sal derretida
200 g de açúcar / 4 ovos / Canela a gosto

Decoração

100 g de açúcar/50 g de licuri / sorvete de baunilha



Massa: 1 Bata os ovos e o açúcar até que formem uma pasta clara. 2 Acrescente a farinha de trigo e a farinha de caju, a manteiga em pasta (com a ponta dos dedos). 3 Leve à geladeira e deixe esfriar por 1 hora. 4 Abra a massa, bem fina, em pequenas formas de tarteletes com os dedos. 5 Pré-asse essa massa a 180 °C por cerca de 20 minutos; não deixe corar.

Cobertura: 1. Em um *bowl* misture o açúcar e os ovos inteiros, bata levemente com a ajuda de um fouet. 2. Acrescente a canela a gosto; reserve. 3. Derreta a manteiga e deixe esfriar. 4. Disponha a manteiga fria na mistura anterior, mexendo bem. 5. Despeje o licuri sobre as tarteletes pré-assadas, acrescente a mistura de ovos e leve ao forno a 180 °C por meia hora. 6. Retire e deixe esfriar para desenformar.

Decoração: 1. Derreta o açúcar até que fique com uma cor dourada leve; acrescente o licuri. 2. Despeje sobre uma pedra de mármore e deixe esfriar; corte em palitos do tamanho de um dedo.

Montagem: 1. Disponha o sorvete e o palito de licuri sobre a tartelete morna. 2. Se quiser, sirva com creme inglês.

Prazeres da Mesa - Receitas do *Chef Edinho Engel*, do restaurante Amado, Salvador, BA.

GLOSSÁRIO

ABRICOQUE: damasco

BRIQUETE: um bloco denso e compacto de materiais energéticos, geralmente feito a partir de resíduos de madeira empregado como combustível e conhecido como lenha ecológica.

COMPÓSITO material formado por dois ou mais constituintes diferentes para formar um material que tem um melhor desempenho que os seus constituintes numa situação particular, dando origem a uma nova geração de materiais com melhores propriedades mecânicas.

DECOADA: líquido extraído por filtração após cozimento das cinzas

DRUPA: O fruto carnudo, de um só caroço lenhoso (que tem o aspecto e a consistência de um lenho ou madeira), cujo tegumento (invólucro de uma semente) se confunde com as camadas internas do mesocarpo (miolo do fruto).

ESPATA OU BUSO. Invólucro membranoso ou fibroso que protege a espiga ou o cacho em algumas plantas. Tem um papel de extrema importância ao atrair os insetos que entram em contato com a inflorescência através dela ou por ela condicionados.

INFRUTESCÊNCIA: Forma de frutificação com mais de um fruto.