

Como aproveitar as frutas no preparo de geléias

As frutas possuem sabor agradável e são excelentes fontes de vitaminas e minerais, essenciais ao bom funcionamento do nosso organismo. São produtos que estão disponíveis em grande quantidade em época de safra, quando é necessária a sua transformação para o consumo familiar na entressafra, evitando com isso o desperdício e proporcionando um meio de aumentar a renda familiar. Uma das formas apropriadas é a transformação em geléia, que é um produto obtido da combinação de suco das frutas com açúcar.

Para haver geleificação, que vai dar consistência à geléia, é necessário que a pectina, a acidez (pH) e a quantidade de açúcar estejam equilibradas. As frutas não devem estar muito maduras, devem estar com boa apresentação de cor, aroma e sabor. O açúcar completa, juntamente com a pectina e a acidez, as condições para haver geleificação. São utilizados nas geléias a glicose e/ou o açúcar comum, que também servem como conservantes.

Quando utilizar açúcar, colocar 1kg para 1 litro de suco de fruta. Quando utilizar glicose, colocar 700g de açúcar e 300g de glicose para 1 litro de suco. A glicose é extraída do milho. Ela ajuda a conservar os doces, dá melhor cor e brilho ao produto, evita a formação de cristais e tem sabor menos doce que o açúcar.

A geleificação requer uma acidez média, ou seja, um valor de pH 3,1 a 3,4. Acima deste pH a geléia fica mole, enquanto que abaixo fica dura, conforme

Figura 1. O excesso de acidez pode ser corrigido com a diluição do suco em água e, para a falta de acidez, adicionar suco de limão no final do processamento.

Importância da pectina

A pectina é uma substância encontrada nos vegetais; é ela quem dá consistência gelatinosa às geléias. Encontra-se na polpa das frutas, perto da casca, ao redor das sementes e caroços, principalmente nas frutas mais verdes. Para saber se a fruta é rica ou pobre em pectina, faça o seguinte teste: use 1 colher de suco da fruta e 1 colher de álcool e misture. Se formar gel firme, a fruta é rica em pectina; se formar pouco gel, a fruta tem qualidade média em pectina; e se não formar gel, a fruta é pobre em pectina.

As geléias feitas com sucos de frutas pobres em pectina resultam em um produto mole, sem a consistência própria de geléia, devendo ser adicionada a pectina industrial ou caseira. A pectina caseira (de maracujá ou de outras frutas) deverá ser utilizada de acordo com o resultado do teste: teor rico - não acrescentar pectina; teor médio - acrescentar 200ml; teor pobre - 300ml / litro de suco.

Pectina de maracujá

Ingredientes: maracujá, água e limão.
Tecnologia de fabricação: cortar e retirar as sementes de maracujás firmes e bem lavados; colocar as cascas numa panela, adicionar água e ferver até a polpa

amolecer; retirar a polpa, bater no liquidificador e medir (para cada copo de polpa, usar 2 copos de água em que foram fervidas as cascas); adicionar 2 colheres (sopa) de suco de limão, levar ao fogo novamente e ferver por 10 minutos; deixar esfriar, coar, fazer o teste de pectina e armazenar.

Ponto da geléia

A geléia deve ficar pronta entre 30 e 45 minutos. Uma forma de observar o ponto é colocar 1 colher da mistura num prato, levar ao congelador e deixar até esfriar: se formar uma consistência gelatinosa, a geléia estará pronta. Ou, colocar 1 colher de geléia em 1 copo com água. Se a geléia for até o fundo e não espalhar, estará pronta.

Nota: Retirar a panela do fogo enquanto esperar o resultado do ponto.

Colocar a geléia quente nos vidros quentes, tampar e virar o vidro (com a tampa para baixo) por 3 minutos. Desvirar e não mexer até esfriar. Etiquetar e armazenar em local adequado.

Nota: Se o vidro não tiver tampa, usar parafina alimentícia.

Geléia de uva

Ingredientes: suco de uva, açúcar e pectina, se necessário.

Tecnologia de fabricação: medir o suco de uva, acrescentar 50% do açúcar; levar ao fogo; quando adquirir consistência, acrescentar o restante do açúcar e a pectina; cozinhar até o ponto, embalar e etiquetar.

Geléia de banana

Ingredientes: suco de banana, açúcar, limão, pectina.

Tecnologia de fabricação: medir o suco (banana cozida em água e coada); acrescentar 50% do açúcar; levar ao fogo; quando adquirir consistência, acrescentar o restante do açúcar; adicionar a pectina no final do processamento, cozinhar até dar ponto, embalar e etiquetar.

Nota: Para mais orientações, participe dos Cursos de Profissionalização da Indústria Artesanal de Alimentos, da Epagri, fone (0XX48) 239-8074.

