

O EMPREGO DE FRUTAS NATIVAS NA GASTRONOMIA: uvaia

DEOTTI¹, Kátia Maria; PAULA², Davy Lauro de; FELICIANO³, Yury Tom Keith; BESSA⁴, Martha Eunice de.

RESUMO

A gastronomia e suas práticas possuem uma grande importância no contexto de valorização da cultura popular e na divulgação de produtos regionais, estimulando a criação e diversificação de pratos. A utilização de frutas nativas em preparações culinárias, permite a inovação de receitas compondo pratos inusitados e saborosos. A uvaia é um fruto nativo brasileiro, muito aromático com sabor característico e marcante, seu consumo geralmente restringe-se a preparações na forma de sucos, geleias e bebidas. O fruto destaca-se por ter inúmeros benefícios para a saúde, pois possui compostos com capacidade de prevenir doenças crônicas associadas a dietas inadequadas. O objetivo do presente trabalho apresenta uma proposta, a carne de cordeiro, muito empregada na alta gastronomia, harmonizada com a geleia de uvaia despertando, portanto, o interesse por novos sabores.

Palavras-chave: Gastronomia. Carne de cordeiro. Biodiversidade brasileira. Composto bioativo.

1 INTRODUÇÃO

A culinária regional tem buscado valorizar plantas, e os frutos nativos como forma de valorizar a cultura e os costumes locais. Por falta de conhecimento, muitas frutas típicas de diferentes regiões do país são tratadas como exóticas, e conseqüentemente são pouco empregadas na gastronomia brasileira. Alguns *chefs* de cozinha reconhecem a importância de resgatar receitas regionais criando pratos inusitados com ingredientes típicos (PELLEGRINI, 2008).

¹ Graduanda do Curso de Tecnologia em Gastronomia do Centro de Ensino Superior de Juiz de Fora – CES/JF. Endereço: Rua João Carriço 120, Apt. 303, Centro. Telefone: (32) 99917-2805. E-mail: katiadeotti@gmail.com.

² Graduando do Curso de Tecnologia em Gastronomia do Centro de Ensino Superior de Juiz de Fora – CES/JF. Endereço: Rua Espírito Santo 1186, apt. 204, Centro. Telefone: (32) 99176-2968. E-mail: davylauro@bol.com.br.

³Coorientador.

⁴Orientadora.

A valorização da cultura popular acerca das frutas nativas é essencial para divulgação e desenvolvimento de preparações que estimulem o emprego dessas espécies. O Brasil é o terceiro maior produtor mundial de frutas, no entanto, a produção está centrada em uma pequena quantidade de espécies (FACHINELLO et al., 2011). Existe uma demanda por produtos novos e as frutas nativas podem ser exploradas para sucos, sorvetes, geleias, doces e licores, diversificando as dietas, pois são muito nutritivas. Esse fato pode estimular seu cultivo de forma intensiva melhorando o perfil econômico de famílias que subsistem da agricultura familiar.

Como executar um prato gastronômico usando como matéria prima, uma fruta que seu consumo *in natura* tem um sabor forte e azedo?

O objetivo deste artigo é apresentar a uvaia juntamente com uma carne realçada pelo sabor doce e ácido da fruta, harmonizando a carne de cordeiro, prato principal, criando uma mistura inusitada de sabores e aromas.

O prato elaborado foi uma picanha de cordeiro regada com geleia de uvaia; empregando conhecimentos gastronômicos e buscando difundir o consumo de frutas nativas, na alta gastronomia.

Este artigo encontra-se dividido em seis partes. A primeira parte apresenta a uvaia e sua importância; a segunda discorre sobre os atributos funcionais da fruta escolhida para composição do prato; a terceira demonstra as características da carne de cordeiro e o seu histórico; na quarta se discorre sobre os materiais e métodos empregados no desenvolvimento do prato; na quinta são apresentados os resultados e discussão da pesquisa desenvolvida; e por fim na sexta parte, apresentam-se as conclusões obtidas.

2 HISTÓRICO DA UVAIA

De acordo com os registros iniciais, os registros históricos da uvaia se iniciam com as expedições marítimas realizadas na América durante a Idade Moderna (do século XVI ao XVIII), portanto permitindo o contato dos europeus com plantas e frutos utilizados pelas populações nativas.

Os primeiros missionários enviados ao Paraguai e ao norte do atual estado do Paraná, região denominada Província de Guairá, na qual habitavam os índios guaranis consumiam *Eugenia pyriformis* que ocorre naturalmente na região (LEGRAND; KLEIN, 1969). É possível que a disseminação do fruto tenha iniciado a partir das regiões de ocorrência das tribos guaranis, conforme os registros efetuados pelo padre jesuíta Montoya

que indicou a ocorrência natural do fruto na bacia do Paraná-Paraguai, hoje sul do Brasil (LEGAND; KLEIN,1969; BRANDÃO,1990).

No romance **Iracema** de José de Alencar e na biografia de Alfredo D'Escagnolle, há citações referentes ao fruto, ambos autores registram em suas obras a presença do fruto nas regiões Nordeste e Centro-Oeste e citam a disseminação da espécie frutífera para essas regiões em decorrência das expedições realizadas por tropeiros e militares no Brasil colônia (SILVA,2009).Foi em sua passagem por essas regiões que Taunay, no seu conto **Irecê a Guaná**, relatou o contato do homem com plantas silvestres como a uvaia (TAUNAY,1874).

2.1 CARACTERIZAÇÃO DO FRUTO DA UVAIA

A uvaia (*Eugenia pyriformis* C.), é uma espécie arbórea, frutífera pertencente à família Myrtaceae. É uma árvore semidecídua, de 5-15 metros com casca descamante. Folhas subcoriáceas, densamente seríceas embaixo sobretudo nas novas, de 4-7 cm de comprimento. Flores brancas, axilares, com pedúnculo pubescente de cerca de 2 cm dicásialtrifloro ou frequentemente pouco composto, formadas de agosto a dezembro, maturação de setembro a fevereiro. Nativa das regiões de São Paulo e do Rio Grande do Sul, é muito aromática além de suculenta e ácida (LISBÔA et al., 2011). Seu nome deriva do tupi *ubaia* ou *ybá-ia*, e quer dizer fruto azedo. O fruto apresenta uma polpa muito delicada, com casca bem fina, de um amarelo-ouro ligeiramente aveludado, assemelhando-se, em textura, à pele de pêssigo (MAIOCHI, 2009).O sabor da uvaia é muito característico e marcante, estimulando seu consumo por suas propriedades sensoriais agradáveis. Seu consumo geralmente é mais apreciado na forma de suco, geleia, polpa, entre outras. Preparada como aperitivo ou sobremesa, a uvaia serve de base para bebidas do tipo “caipirinhas”⁵, molhos, vinagres, vinhos, geleias, doces de massas, compotas e licores (JOHN, 2008).

A uvaia destaca-se no grupo de frutas nativas benéficas para saúde, pois possuem compostos com capacidade de combater e prevenir doenças crônicas, propriedades atribuídas aos antioxidantes presentes (PEREIRA, 2014; SALVADOR et al., 2011). Suas folhas são utilizadas, em algumas regiões para o tratamento de excesso de ácido úrico no

⁵Bebida preparada com rodela e pedaços de limão com casca, gelo macerado, misturado e batido com açúcar e cachaça ou outra aguardente (como vodka ou rum) CASCUDO, L. da C. Prelúdio da cachaça. [S.l.]: Global, 2006.

sangue, e também apresenta atividade antimicrobiana relacionada a alguns grupos de microrganismos (CHAVASCO et al., 2014).

2.2 PROPRIEDADES NUTRICIONAIS DA UVAIA

Dietas que incluem vegetais, frutas e grãos podem contribuir significativamente para redução de riscos de inúmeras doenças relacionadas aos danos teciduais e liberação de radicais livres. Os efeitos positivos desses alimentos relacionados à presença de substâncias antioxidantes⁶ contribuem significativamente para promoção da saúde. Além das propriedades antioxidantes, a uvaia possui outros compostos bioativos como substâncias fenólicas⁷ e flavonoides⁸ em quantidades significativas, confirmando sua potencialidade nutricional agindo como protetor para o organismo. A uvaia possui alto teor de carotenoides⁹ totais, principalmente de luteína, com aproximadamente 33,8% do total, e o β -caroteno em torno de 21%. Além desses antioxidantes o fruto também possui ácido ascórbico (vitamina C) (PEREIRA et al., 2012).

Na tabela 1 foi destacado os demais componentes presentes no suco uvaia:

TABELA 1 – Composição centesimal em 100g do fruto da uvaia

| NUTRIENTE | COMPOSIÇÃO CENTESIMAL (g/100g) |
|--------------------------------|---------------------------------------|
| Umidade | 91,5 |
| Resíduo Mineral Fixo | 0,22 |
| Proteína | 1,11 |
| Fibra Detergente Neutro | 2,84 |
| Lipídio | 0,57 |
| Carboidrato | 3,76 |

Fonte: Lopes, 2014 (adaptado).

2.3 SELEÇÃO DO FRUTO

As uvaia devem ser selecionadas de acordo com o ponto de maturação ótimo, cuja cor da pele se apresenta de amarelo a amarelo-alaranjado, e para classificação destas,

⁶São substâncias capazes de prevenir os efeitos deletérios da oxidação provenientes das espécies reativas geradas durante ao metabolismo de macronutrientes provenientes da dieta, inibindo o início da lipoperoxidação, sequestrando radicais livres e/ou quelando íons metálicos (ANTUNES, A. J.; CANHOS, V. Aditivos em Alimentos. Campinas: Editora da UNICAMP, 1984.

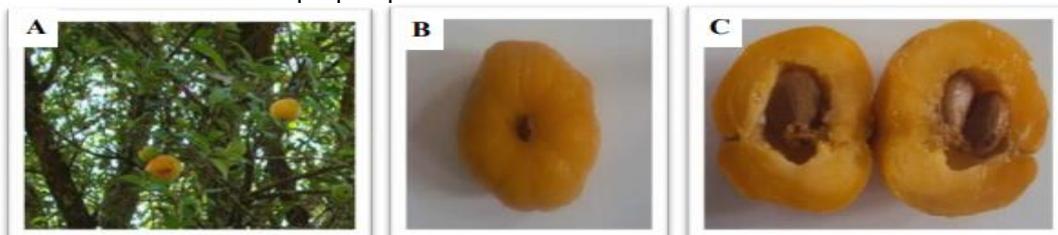
⁷Compostos fenólicos são estruturas químicas presentes em pequenas quantidades, em alimentos de origem vegetal, que podem exercer efeitos preventivos ou curativos em distúrbios fisiológicos no ser humano (S. E. Soares, Revista de Nutrição. 15 (01) (2002).

⁸Flavonóide é uma designação dada ao grande grupo de metabólicos secundários da classe dos polifenóis, componentes de baixo peso molecular encontrados em diversos vegetais (Chichester, John Wiley& Sons, 2002).

⁹ Classe de moléculas oxidáveis, amarelas, avermelhadas, ou alaranjadas, como lipossolúveis, comuns em vegetais e essenciais como precursores da síntese da vitamina A em animais. (Nelson, D. L; Cox, M. M. Princípios de Bioquímica de Lehninger. 5o ed. Porto Alegre: Artmed, 2011. 357-363 p./).

devem ser retiradas as frutas que não apresentam condições de consumo (podres, mofadas, etc) Figura 1 .A elaboração da geleia não pode seguir o fluxo normal de formulação, pois esta fruta é muito pobre em pectina¹⁰(KROLOW, 2005).

FIGURA 1– Fruto uvaia próprio para o consumo



Fonte:viverociprest -plantas nativas exóticas.

3 CARNE DE CORDEIRO

Os carneiros (*Ovis aries*) são pastoreados pelos humanos desde épocas muito remotas, e os registros mais antigos levam à Pérsia (Irã e Iraque), além de serem largamente citados nos textos que compõe a Bíblia. No Brasil a ovinocultura apresenta enorme potencial produtivo, tanto em termos de aproveitamento da carne, como de lã, pele e leite obtidos do animal (SILVA et al.,2000).

O cordeiro é muito apreciado por ter a carne delicada, macia, rosada, úmida e descrita ainda como adocicada, com traços de gordura branca. O peso de abate varia entre 19 a 21 quilos. Estes ovinos jovens são considerados por muitos como a melhor categoria de animais fornecedores desse tipo de carne, apresentando nesta fase os maiores rendimentos e maior eficiência de produção devido a sua alta velocidade de crescimento (CUNHA et al.,2008).

A criação e o abate de ovinos têm crescido significativamente no país, como resultado da demanda do mercado consumidor nos grandes centros urbanos brasileiros. A obtenção de cortes comerciais que atendam às perspectivas agrega valor aos produtos da cadeia, ampliando as opções para o uso gastronômico desta carne, tanto para rede varejista, quando ao consumidor final (GONZAGA, 2018).

3.1 CARACTERÍSTICAS DA CARNE DE CORDEIRO

A carne **ovina** possui características importantes para manutenção do organismo do humano devido os nutrientes presentes, como proteínas, ferro, vitaminas do complexo B e

¹⁰Homopolissacarídeo coloidal e hidrossolúvel presente nas paredes celulares do tecido vegetal, com função aglutinante, e abundante nas paredes primárias e nos frutos. (Keppler, F; Hamilton, JT; Brass, M; Röckmann, T (2006).

aminoácidos, além da menor concentração de gordura. A composição nutricional da carne de cordeiro em relação a outras carnes, encontra-se inserida na tabela 2. A carne de ovinos e caprinos tem maior digestibilidade em relação às demais carnes classificadas como carnes vermelhas (CUNHA, 2008).

TABELA 2 – Composição nutricional da carne ovina em relação a outras carnes, 100 g de corte de picanha assada.

| Origem | Caloria | Gordura | Gordura saturada | Proteína | Ferro |
|----------|---------|------------|------------------|----------|-------|
| Caprino | 131-165 | 2,76-3,75 | 0,85 | 18,1-25 | 3,54 |
| Carneiro | 252 | 17,14-32,8 | 7,82 | 14,4-24 | 1,50 |
| Cordeiro | 163 | 9,50 | 5,40 | 19,3 | 1,50 |
| Bovino | 244-263 | 17,14-8,12 | 7,29 | 18,7-25 | 3,11 |
| Suíno | 216-332 | 16,6-25,72 | 9,32 | 15,5-24 | 2,9 |

Fonte: CUNHA, R.B.C.da. **O BERRO** - Revista Brasileira de caprinos e ovinos, p.116, maio, 2008.

3.2 CORDEIRO NA GASTRONOMIA

A carne de cordeiro é versátil e de fácil preparo, pois além de possibilitar vários cortes para culinária, é capaz de agradar quase todos os paladares. Uma das características do cordeiro é a capacidade de destacar outros sabores, como o gosto adocicado. Especiarias, frutas e legumes harmonizam bem com a carne e se destacam produtos como o açafrão, usado para fazer o prato típico do Irã, o *chelow Kebab* ou espetinho de cordeiro; o alecrim utilizado para amenizar a gordura da carne; a amêndoa utilizada no tradicional cordeiro marroquino, o qual é recheado com arroz; e a cereja azeda utilizada para preparar o *pilaf*, prato típico da Turquia (SEGNIT, 2014).

Segundo Jorge Calfat (2003), os temperos que harmonizam com a carne são o tomilho, a hortelã e o alecrim, e as frutas como laranja e uvaia, podendo ser usadas na elaboração de geleia e recheios. A preparação da carne, dependendo do corte, demanda métodos de cocções diferentes como grelhado, assado ou ensopado para se conseguir destacar seu sabor.

4 MATERIAL E MÉTODOS

De acordo com Vergara (2011), a metodologia deste trabalho, foi definida pelos meios: pesquisa bibliográfica com base em estudos científicos publicados e pesquisa experimental, colocando em prática o uso da uvaia para confecção de uma geleia e uma carne de cordeiro (picanha).

Na preparação da geleia foram necessários vários testes sobre a fruta para descobrir o teor de pectina. Para conseguir o melhor resultado, ou seja, uma geleia com gel firme e

macio, cor e sabor próximos ao da fruta *in natura*, chegamos à conclusão que deveríamos não colocar a pectina e mudar o tipo de açúcar para um açúcar mais natural e sem química. Assim, foi descoberto que a geleia de uvaia executada nessas condições apresenta excelente cor, sabor e aroma, podendo ser usado em pães, recheios de tortas, bombons e acompanhamento de pratos salgados. Os métodos de cocção foram cozer/cozinhar a polpa da fruta junto ao açúcar lentamente para obter uma concentração de sabor e consistência desejadas.

Para produção do prato utilizou-se: uma panela *sauteuse*¹¹, faca do chefe¹², placa de corte, pinça e jarra medidora.

O cordeiro foi levado ao calor intenso para preservação do seu suco, e o queijo parmesão foi colocado na *sauteuse* até obter a forma de uma telha. As batatas foram cozidas e levadas ao forno já cortadas e temperadas.

A seguir são apresentadas as fichas técnicas de produção do prato. No quadro 1 a geleia de uvaia:

QUADRO 1– Receita de geleia de uvaia.

| | | | |
|--|------------------------|----------------|--------------------|
| PRATO: | Geleia de uvaia | | |
| Categoria: | PRINCIPAL | Rendimento: | 1 PORÇÃO |
| INGREDIENTE | QUANTIDADE | UNIDADE | OBSERVAÇÕES |
| Polpa de uvaia | 200 | g | |
| Açúcar demerara | 50 | g | |
| MODO DE PREPARO: | | | |
| 1. Levar a polpa de uvaia ao fogo em uma panela de fundo grosso, adicionar o açúcar e deixar ferver; | | | |
| 2. Deixar cozinhar até atingir a consistência de geleia. | | | |

Fonte: O autor.

O quadro 2 apresenta os procedimentos da telha de parmesão.

QUADRO 2 – Receita de telha de parmesão

| | | | |
|--|--------------------------|----------------|--------------------|
| PRATO: | Telha de parmesão | | |
| Categoria: | PRINCIPAL | Rendimento: | 1 PORÇÃO |
| INGREDIENTE | QUANTIDADE | UNIDADE | OBSERVAÇÕES |
| Parmesão | 100 | g | |
| Azeite | 10 | mL | |
| Ervas finas | 2 | g | |
| MODO DE PREPARO: | | | |
| 1. Untar uma frigideira antiaderente com azeite de oliva, espalhando bem com uma folha de papel toalha para não deixar excessos; | | | |
| 2. Aquecer levemente e despejar o queijo parmesão ralado numa camada uniforme em forma circular; | | | |
| ...continuação | | | |

¹¹Frigideira rasa, com lados inclinados e um cabo longo. De modo geral é chamado de panela para sauté. (INSTITUTO AMERICANO DE CULINARIA, 2009).

¹²Faca de múltiplas finalidades e usada para diversos tipos de tarefas, como picar em pedaços ou miúdos e fatiar. (INSTITUTO AMERICANO DE CULINARIA, 2009).

| |
|---|
| ...continuação |
| MODO DE PREPARO: |
| 3. Permita que o aquecimento continue, o queijo irá derreter, furos vão ser formar na superfície, e quando começar a dourar, apague o fogo, para que possa esfriar; |
| 4. Antes de esfriar completamente, retire a telha da frigideira colocando sobre papel toalha, para absorver o excesso de gordura liberado; |
| 5. A telha deve ficar quebradiça após fria, caso ainda esteja muito flexível, pode-se voltar para a frigideira quente por mais 2 minutos, repetindo a operação até atingir a corânica desejada. |

Fonte: O autor.

QUADRO 3 – Receita de carne de cordeiro.

| PRATO: | Carne de cordeiro | | |
|--|--------------------------|-------------|-------------|
| Categoria: | PRINCIPAL | Rendimento: | 1 PORÇÃO |
| INGREDIENTE | QUANTIDADE | UNIDADE | OBSERVAÇÕES |
| Picanha de cordeiro | 200 | g | |
| Azeite | 10 | mL | |
| Sal | 2 | g | |
| Pimenta do reino | 1 | g | |
| MODO DE PREPARO: | | | |
| 1. Untar uma frigideira antiaderente com azeite de oliva, espalhando bem com uma folha de papel toalha para não deixar excessos; | | | |
| 2. Aquecer a frigideira a 200 °C, e posicionar a picanha de cordeiro com o lado da gordura para baixo; | | | |
| 3. Virar para dourar toda a superfície; | | | |
| 4. Retirar a picanha para a placa de corte, aguardar 2 minutos, e fatiar; | | | |
| 5. Retornar à frigideira quente até que fique “ao ponto”. | | | |

Fonte: O autor.

QUADRO 4 – Receita de batata rústica

| PRATO: | Batata rústica | | |
|--|-----------------------|-------------|----------------------------|
| Categoria: | PRINCIPAL | Rendimento: | 1 PORÇÃO |
| INGREDIENTE | QUANTIDADE | UNIDADE | OBSERVAÇÕES |
| Batata inglesa | 100 | g | Forma de canoa, com casca. |
| Azeite | 10 | mL | |
| Sal | 2 | g | |
| Pimenta do reino | 1 | g | |
| MODO DE PREPARO: | | | |
| 1. Cortar as batatas pelo comprimento (em forma de canoa), untá-las com azeite de oliva; | | | |
| 2. Aquecer uma frigideira antiaderente a 200 °C, e dourar as batatas em todas as faces; | | | |
| 3. Temperar com sal e pimenta do reino moída; | | | |
| 4. Posicionar as batatas em uma assadeira, e assar em forno preaquecido a 180 °C por 10 minutos. | | | |

Fonte: O autor.

5 RESULTADO E DISCUSSÃO

Desde o início do estudo optou-se pela carne de cordeiro, a qual foi utilizada na elaboração do prato. A mesma se entrega na constituição de qualquer prato com a utilização de várias guarnições e pode receber vários tipos de cocções, porém, cada corte possui sua particularidade para conseguir preservar sua textura e destacar seu sabor.

No primeiro teste foi feita uma medida para geleia conforme pesquisas feitas sobre a uvaia, e se concluiu que foi colocado uma quantidade maior de açúcar e pectina do que se deveria, uma vez que a geleia ficou grossa e muito doce.

No segundo experimento realizado se optou por diminuir o açúcar e a pectina adequando, assim, a consistência e sabor ao prato. Incluímos como acompanhamento batatas rústicas e agrião com gotinhas de limão, para aplicar acidez ao prato.

No terceiro experimento chegou-se à conclusão que seria necessário retirar a pectina, trocar o tipo de açúcar para o demerara, e diminuir sua quantidade para mantermos a acidez, doçura e textura desejada para o prato. Contudo, o objetivo é uma harmonização perfeita entre o sabor da carne, a acidez e doçura da geleia, a crocância da telha de parmesão e para finalizar o broto de agrião como enfeite do prato na figura 2.

FIGURA 2 – Geleia de uvaia com picanha de cordeiro, telha de queijo parmesão e batata rústica com broto de agrião.



Fonte: Acervo pessoal

6 CONCLUSÃO

Foi possível harmonizar o sabor da uvaia que é muito característico e marcante, com a picanha de cordeiro criando um terceiro sabor com resultado satisfatório. A aplicação dos conhecimentos adquiridos na gastronomia permite criar receitas inusitadas, contribuindo de forma efetiva para divulgação de frutas nativas e estimulando dessa forma a inovação culinária em preparações simples e requintadas.

Abstract

The gastronomy and its practices are of great importance in the context of the recognition of popular cultures and in the dissemination of regional products stimulating the creation and assortment of new dishes. The use of native fruits in culinary preparations, allows the innovation of new elaborated recipes with unusual and tasty flavors. The uvalha is a very aromatic Brazilian native fruit, with a characteristic and marked flavor, and its consumption generally is restricted to preparations such as juices, jellies and drinks. The fruit stands out for having numerous healthy benefits, as the capacity to prevent chronic diseases associated with inadequate diets. The objective of this work is to present a proposal of a new recipe, the Lamb meat, much used in high gastronomy, harmonized with an uvalha jelly and so therefore, arousing the interest for new flavors.

Keywords: Gastronomy. Lamb meat. Biodiversity in Brazil. Bioactive compound.

REFERÊNCIAS

- AGUILAR, J. C. **Conquista espiritual:** a história da evangelização da província Guairá na obra de Antônio Ruiz de Montoya, S.I. (1585-1652). Roma: Universita Gregoriana, 2002.
- CHAVASCO, J. M.; FELIPHE, B. H. M. P.; CERDEIRA, C. D.; LEANDRO, F. D.; COLEHO, L. F. L.; SILVA, J. J.; CHAVASCO, J. K.; DIAS, A. L. T. Evaluation from southern Minas Gerais Cerrado. **Revista do Instituto de Medicina Tropical de São Paulo** [online], v. 56, n.1, p. 13-20, 2014.
- CUNHA, R. B. C. da. **O BERRO-** Revista Brasileira de caprinos e ovinos, p.116, maio, 2008.
- FACHINELLO, J. C.; PASA, M. S.; SCHMITZ, J. D.; BETEMPS, D. L. Situação e perspectivas da fruticultura de clima temperado no Brasil. **Revista Brasileira de Fruticultura**, Jaboticabal, v. 33, p. 109-120, out. 2011.
- GONZAGA, S. S. et al. **Manual de cortes de carne ovina:** para um melhor aproveitamento da carcaça. Brasília: Embrapa, 2018.
- JOHN, L. BDR-37. O resgate da uvaia. In: **Revista TERRA DA GENTE**, Campinas, Nov. 2008.
- KLEIN, E. J.; SANTOS, K. A.; TAVARES, F. et al. A avaliação do processo de obtenção de extratos de folhas de uvaia (*Eugenia pyriformis* c.) utilizando extração assistida por ultrassom. In: **XI Congresso Bras. de Eng. Química e Iniciação Cient.** Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/300147215_AVALIACAO_DO_PROCESSO_DE_OBTENCAO_DE_EXTRATOS_DE_FOLHAS_DE_UVAIA_Eugenia_pyriformis_C_UTILIZANDO_EXTRACAO_ASSISTIDA_POR_ULTRASSO>. Acesso em: 04 out. 2018.

KROLOW, A. C. R. Preparo artesanal de geleias e geleiadas. Pelotas:**Embrapa CLIMA TEMPERADO**,2005.29p. (Embrapa CLIMA TEMPERADO. Documento ,138).

LEGRAND, D.C.; KLEIN, R.M.Mirtáceas.In: Retz. R(ed) **Flora Ilustrada Catarinense**.Itajaí: Herbácio Barbosa Rodrigues, 1969.

LISBÔA, G. N.; KINUPP, V. F.; BARROS, I. B. I. Eugenia pyriformis (Uvaia). In: **Espécies Nativas da Flora Brasileira de Valor Econômico Atual ou Potencial: Plantas para o Futuro - Região Sul**. Brasília: MMA, 2011.

LOPES, J. M.M.**Efeito da suplementação com suco de uvaia (eugenia uvalha cambes) no perfil lipídico e no estresse oxidativo de ratas hipercolesterolêmicas** [manuscrito]. Dissertação (Mestrado) - Universidade Federal de Ouro Preto. Escola de Nutrição. Programa de Pós-Graduação em Saúde e Nutrição. Área de concentração: Bioquímica e Fisiopatologia da Nutrição, 2014

MAIOCHI,G.M. **Uvaia: super dose de vitamina c**. Disponível em:<<http://www.apremave.org.br/noticias/aprimav/549/uvaia-super-dose-de-vitamina-c>>.Acessoem:23 nov.2009.

PELLEGRINI.S. **O que é patrimônio cultural imaterial**. São Paulo: Brasiliense, 2008.

PEREIRA, E. D.; DOS SANTOS, D. C.; SCHIAVON, M. V.; MUNHOZ, P. C.;& VIZZOTTO, M. **Compostos bioativos em frutas nativas amarelas-araçá, guabiroba, uvaia, maracujá e butiá**. In: Embrapa Clima Temperado-Resumo em anais de congresso (ALICE). In: ENCONTRO SOBRE PEQUENAS FRUTAS E FRUTAS NATIVAS DO MERCOSUL, 6., 2014, Pelotas. Palestras e resumos... Pelotas: Embrapa Clima Temperado, 189 p, 2014.

SALVADOR, M. J; DE LOURENÇO C. C.; ANDREAZZA N. L.; PASCOAL A. C.; STEFANELLO, M. E. **Antioxidant capacity and phenolic content of four Myrtaceae plants of the South of Brazil**. Nat Prod Commun., v. 6, p. 977-982, 2011.

SEGNIT,N.**Dicionário de Sabores:combinações,receitas e ideias para uma cozinha criativa**. São Paulo:LEYA,2014.

SILVIA, L. F.; PIRES, C. C.; SILVIA, J.H.S; MEIER,G.C.R.;Carneiro,R.M.**Crescimento de cordeiros abatidos com diferentes pesos. Osso, músculo e gordura de carcaça e de seus cortes**.Ciência Rural,V.30,p.671-675,2000.

TAUNAY, A. D. E.**Histórias Brasileiras**, por Silvio Dinarte (Autor da Mocidade de Trajano Lágrimas do Coração, Inocência.etc) Rio de Janeiro, Editor –B.L.Garnier, 1874.

VERGARA, S. **Projetos e relatórios de pesquisa em administração**. São Paulo: Atlas,2011.