

# SABORES COM HISTÓRIA<sup>®</sup>

## PÃO DE CASTANHA (SEM GLÚTEN)

CORREIA ANA; SILVA CRISTINA; DUARTE DÉBORA; FRANCO RITA



O pão de castanha, elaborado a partir de uma matéria-prima abundante no país, é um produto isento de glúten, ideal para consumidores intolerantes a esta proteína. Por outro lado, o seu agradável sabor, propicia o seu consumo a qualquer hora do dia e em qualquer ocasião, por todo o tipo de pessoas. Isento de corantes e conservantes, este é um produto cem por cento natural, cujo único processo de conservação é a congelação.



### DESCRIÇÃO DO PROCESSO PRODUTIVO

Através da secagem e sucessiva moagem da castanha, juntamente com a seleção das restantes matérias-primas, os ingredientes são misturados obtendo-se uma massa.

Uma vez formada a massa, ocorre um processo de fermentação em condições controladas, na qual a massa adquire um aumento de volume. De seguida, o produto é sujeito a um processo de cozimento, do qual se obtém o pão com o volume e aspeto final.

Após o cozimento, o pão é arrefecido, embalado e segue para a congelação, sendo este o único processo de conservação a que o produto é sujeito.

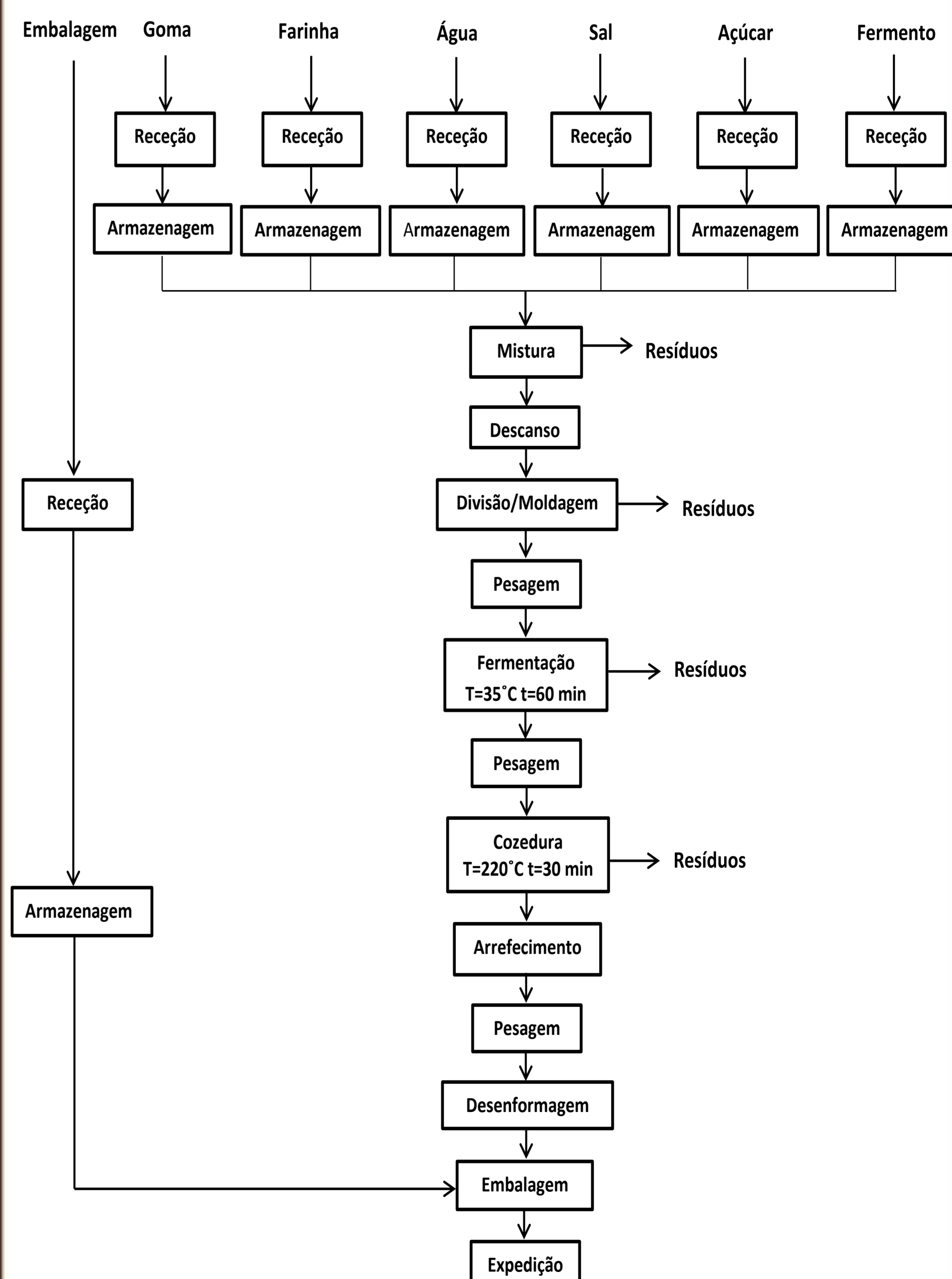
### VANTAGENS DO SEU CONSUMO

A farinha de castanha contém:

- Proteínas de alta qualidade;
- Aminoácidos essenciais;
- Fibra alimentar;
- Baixa quantidade de gordura;
- Vitamina E e B, potássio, fosforo e magnésio.
- Ajuda a combater o envelhecimento celular e contém uma fonte de gordura saudável.
- Esta farinha é também uma fonte de Ómega 3 que previne doenças cardiovasculares.



### FLUXOGRAMA DE PRODUÇÃO



### BIBLIOGRAFIA

"Gluten-free chestnut flour could add nutritional value"; [www.foodnavigator.com/Science-Nutrition/Gluten-free-chestnut-flour-could-add-nutritional-value](http://www.foodnavigator.com/Science-Nutrition/Gluten-free-chestnut-flour-could-add-nutritional-value), consultado a 2 de Janeiro de 2012.