



INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO PIAUÍ
CAMPUS SÃO RAIMUNDO NONATO - PI
CURSO DE TECNOLOGIA EM GASTRONOMIA

DANIELA LOPES DA SILVA SOARES

O CAJU NO SEU ASPECTO HISTÓRICO, NA PRODUÇÃO, NO CONSUMO E NA
GASTRONOMIA

SÃO RAIMUNDO NONATO - PI

2017

DANIELA LOPES DA SILVA SOARES

O CAJU NO SEU ASPECTO HISTÓRICO, NA PRODUÇÃO, NO CONSUMO E NA
GASTRONOMIA

Trabalho de Conclusão de Curso (monografia)
apresentado como exigência parcial para obtenção do
diploma do Curso de Tecnologia em Gastronomia do
Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do
Piauí. Campus São Raimundo Nonato – PI.

Orientador: Prof. Romero Fortunato Pereira da Silva.

SÃO RAIMUNDO NONATO –PI

2017

FICHA CATALOGRÁFICA

Sistema de Bibliotecas

Gerada automaticamente com dados fornecidos pelo(a) autor(a)

S676c Soares , Daniela Lopes da Silva
O caju no seu aspecto histórico, na produção, no consumo e na gastronomia /
Daniela Lopes da Silva Soares - 2017.
53 f. : il. color.

Trabalho de conclusão de curso (Graduação) - Instituto Federal de Educação,
Ciência e Tecnologia do Piauí, Campus São Raimundo Nonato, Tecnologia em
Gastronomia, 2017.

Orientador : Prof Esp. Romero Fortunato Pereira da Silva.

1. Caju. 2. Culinária Brasileira. 3. Nutrição. I.Título.

CDD 641.5

DANIELA LOPES DA SILVA SOARES

O CAJU NO SEU ASPECTO HISTÓRICO, NA PRODUÇÃO, NO CONSUMO E NA
GASTRONOMIA.

Trabalho de Conclusão de Curso (monografia)
apresentado como exigência parcial para obtenção do
diploma do Curso de Tecnologia em Gastronomia do
Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do
Piauí. Campus São Raimundo Nonato – PI.

Aprovada em: 30/11/2017

BANCA EXAMINADORA

Profº- Romero Fortunato Pereira da Silva - IFPI
(Orientador)

Profº. Mestre Domingos Alves de Carvalho Junior

Profª. Especialista Luciana Silva - IFPI

Profº. Especialista Claydivan Wesley dos Santos
(Suplete) - IFPI

Dedico aos pais, família e esposo

AGRADECIMENTOS

Primeiramente quero agradecer a Deus por ter me dado vida para que pudesse conquistar vitórias como essa que consegui hoje.

A meus pais Maria e Antônio e ao meu esposo Natanael Soares que me acompanhou desde o primeiro momento do curso.

Ao professor Romero Fortunato Pereira da Silva, meu orientador que me acompanhou nesse trabalho.

A todos os professores que contribuíram para que pudesse conquistar essa formação em educação superior. Quero dizer a todos que confiaram em mim muito obrigada, que Deus abençoe a todos vocês. Agradeço a todos!!!!

A sabedoria oferece proteção, como o faz o dinheiro, mas a vantagem do conhecimento é esta: a sabedoria preserva a vida de quem a possui. **Eclesiastes 7:12**

RESUMO

O caju possui um riquíssimo valor nutricional, adequado para a alimentação humana, no entanto não tem tido seu aproveitamento de acordo com seu potencial produtivo, alimentar e nutricional, com exceção para a utilização do suco, que tornou-se mais disseminado entre as pessoas, fazendo parte do seu cardápio. Dessa forma, este trabalho objetivou analisar o conceito, histórico, cultivo e produção do caju no Brasil; realizar um breve apanhado sobre a gastronomia; apresentar alguns processos de aproveitamento do caju pela culinária brasileira e correlacionar o consumo do caju com possíveis benefícios para saúde por meio de informações derivadas de recentes estudos da área, para a realização deste estudo foram realizada pesquisa bibliográfica em livros, artigos e periódicos de autores que escrevem sobre gastronomia, relacionados especificamente sobre o caju no seu aspecto histórico, na produção, no consumo e na gastronomia.

Palavras-chave: Caju. Culinária Brasileira. Nutrição.

ABSTRACT

Cashew has a very rich nutritional value, suitable for human consumption, however it has not been used according to its productive, nutritional and nutritional potential, except for the use of juice, which has become more widespread among people, being part of its menu. Thus, this work aimed to analyze the concept, history, cultivation and production of cashew in Brazil; carry out a brief survey on gastronomy; to present some processes of cashew utilization by Brazilian cuisine and to correlate the consumption of cashew with possible health benefits by means of information derived from recent studies of the area, for the accomplishment of this study were carried out bibliographic research in books, articles and periodicals of authors who write about gastronomy, specifically related to cashew in its historical aspect, production, consumption and gastronomy.

Keywords: Caju. Brazilian Cuisine. Nutrition.

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Figura 1	Caju.....	18
Figura 2	Cajueiro.....	20
Figura 3	Suco de caju caseiro.....	30
Figura 4	Suco de caju industrializado.....	31
Figura 5	Nécta de caju	32
Figura 6	Doce de caju em massa.....	33
Figura 7	Doce de caju em calda	34
Figura 8	Compota de caju.....	35
Figura 9	Geléia de caju.....	35
Figura 10	Caju-ameixa.....	36
Figura 11	Doce de caju cristalizado.....	37
Figura 12	Cajuina.....	38

LISTA DE TABELAS

Tabela 1	Produção de castanha por estado em 2006	23
Tabela 2	Castanha de Caju in natura – área, produtividade, produção. Safras 2014/2015.....	25
Tabela 3	Composição média de vitaminas no pendúnclo do caju.....	46
Tabela 4	Valores médios das características químicas e físico-químicas do pedúnculo de caju de diferentes clones de cajueiro anão.....	47

LISTRA DE SIGLAS

DCNT - doenças crônicas não transmissíveis.

EMATER - Instituto de Assistência Técnica e Extensão Rural do Estado do Piauí

EMBRAPA - Empresa Brasileira de Pesquisa Agropecuária.

IPHAN- Instituto do Patrimônio Histórico e Artístico Nacional

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	12
2	OBJETIVOS.....	14
2.1	GERAL.....	14
2.2	ESPECÍFICOS.....	14
3	METODOLOGIA	15
4.	REVISÃO DA LITERATURA	17
4.1	CAJU.....	17
4.2	HISTÓRICO	19
4.3	CARACTERÍSTICAS DA PLANTA.....	19
4.4	CULTIVO.....	21
4.5	PRODUÇÃO DO CAJU NO BRASIL.....	22
5	GASTRONOMIA.....	26
5.1	APROVEITAMENTO DO PEDÚNCULO DO CAJU NA CULINÁRIA BRASILEIRA.....	27
5.2	RECEITAS.....	38
6	BENEFÍCIOS DO CONSUMO DO CAJU.....	45
7	CONSIDERAÇÕES FINAIS	49
	REFERÊNCIAS	51

1 INTRODUÇÃO

Desde os primórdios da civilização humana a alimentação dos grupos sociais se dá de acordo com o meio em que se está inserido. Nas sociedades humanas primitivas tidas como nômades a sua alimentação era predominantemente composta por alimentos que estavam ao seu redor e, mesmo que temporariamente, faziam parte do seu cotidiano.

É notável por todos que com o passar dos anos as sociedades humanas se transformam, modificando também a sua cultura alimentar: inserindo novos alimentos em seu cardápio, misturando sabores e retirando outros da sua mesa.

A alimentação faz parte das necessidades básicas do ser humano¹, sendo então um hábito comum no seu cotidiano e imprescindível para a existência humana.

A região nordeste do Brasil, especificamente os Estados do Ceará e Piauí respectivamente, são os maiores produtores de caju, devido a adaptação do solo e condição climática favorável, com precipitação pluviométrica de 400 a 600 mm/ano e solo com textura arenosa, desta forma a cajucultura (cultura produtiva do caju) tem bastante destaque nesta região geográfica.

A produção histórica do caju nesta região sempre foi cultivada visando ao aproveitamento principal do fruto do cajueiro que é a castanha de caju, através da utilização da amêndoa, devido a facilidade de comercialização no mercado nacional. Porém o pseudofruto do cajueiro possui historicamente um pequeno aproveitamento para o consumo familiar, sendo consumido como sucos e também utilizados na produção familiar de doces. Com isto é desperdiçado o grande excedente deste pseudofruto, que quando (este) é aproveitado é utilizado principalmente como ração animal de suínos, caprinos e ovinos, através de um processo de secagem, o que ocasiona, mesmo para os animais a perda dos valores nutricionais.

O pseudofruto do cajueiro, o caju possui um riquíssimo valor nutricional, adequado para a alimentação humana, no entanto não tem tido seu aproveitamento de acordo com seu potencial produtivo, alimentar e nutricional, com exceção para a

¹ Defendido pelo pesquisador Abram Maslow, criador da Pirâmide das Necessidades.

utilização do suco, que tornou-se mais disseminado entre as pessoas, fazendo parte do seu cardápio. Essa disseminação maciça da utilização do suco do caju se deu pela forte massificação da produção de sucos para atender a um mercado nacional (e não ao consumo local), uma vez que foram os grandes centros urbanos que já tinham como costume o consumo comercial de sucos, devido a necessidade de consumo de líquidos.

Pela escassez de estudos nesta temática, pela importância nutricional do caju e pela produção do mesmo no nordeste, observa-se a importância de um trabalho acerca do tema.

Para atingir o objetivo proposto, realizou-se pesquisa bibliográfica: 1) Sobre a história, produção e consumo do caju no Brasil. 2) Perfil do consumo do caju na atualidade. 3) aproveitamento do pedúnculo na culinária brasileira (receitas). 4) Benefícios do consumo do caju.

Detalhadamente os assuntos serão apresentados em tópicos de estudo, sendo eles: Revisão de Literatura (conceito, histórico e produção do caju), Gastronomia (aproveitamento do pedúnculo na culinária brasileira), Benefícios do consumo do caju e por últimos são apresentadas as considerações finais do trabalho.

2. OBJETIVOS

2.2 GERAL

- Estudar o caju no seu aspecto histórico, na produção, no consumo e na gastronomia.

2.3 ESPECÍFICOS

- Analisar o conceito, histórico, cultivo e produção do caju no Brasil;
- Realizar um breve apanhado sobre a gastronomia;
- Apresentar alguns processos de aproveitamento do caju pela culinária brasileira;
- Correlacionar o consumo do caju com possíveis benefícios para saúde por meio de informações derivadas de recentes estudos da área.

3. METODOLOGIA

Este trabalho trata-se de uma pesquisa aplicada, pois visa contribuir para apresentar/bedater conhecimentos peculiares da gastronomia, onde aborda como temática principal o pseudofruto caju, alimento rico em vitamina C, que tem sua apreciação na gastronomia nordestina e brasileira devido seu potencial nutritivo.

A pesquisa em estudo é descritiva explicativa de procedimento bibliográfico “aquela que se realiza a partir do registro disponível, decorrente de pesquisas anteriores” (SEVERINO, 2007, p. 122)

Segundo Marconi; Lakatos (1992), a pesquisa bibliográfica é o levantamento de toda a bibliografia já publicada sobre a temática, em forma de livros, revistas, publicações avulsas e imprensa escrita. A sua finalidade é fazer com que o pesquisador entre em contato direto com todo o material escrito sobre um determinado assunto, auxiliando o cientista na análise de suas pesquisas ou na manipulação de suas informações. Ela pode ser considerada como o primeiro passo de toda a pesquisa científica.

Nesta pesquisa utiliza-se uma variedade de trabalhos técnicos publicados sobre o histórico do caju, cultivo, produção, comercialização, manejo do plantio de cajueiro, publicados principalmente pela EMBRAPA (Empresa Brasileira de Pesquisas Agropecuária). Já a literatura que aborda sobre aproveitamento do péndunclo está publicada principalmente pela EMATER (Instituto de Assistência Técnica e Extensão Rural) do Estado do Piauí, onde são apresentada várias receitas com a utilização do caju. A temática gastronomia é referenciada principalmente através de COLLAÇO. Quanto a literatura sobre os benefícios do caju para as pessoas foi pesquisada através de vários artigos publicados.

Ainda segundo Marconi; Lakatos (2003, p.183), a finalidade da pesquisa bibliográfica “é colocar o pesquisador em contato direto com tudo o que foi escrito, dito ou filmado sobre determinado assunto”, o que de fato ocorreu, experiência esta que percebeu-se uma ausência de literatura que aborde detalhadamente os benefícios do consumo do caju para as pessoas.

Com isto este trabalho com base em pesquisa bibliográfica apresenta uma perspectiva holística sobre o caju, descrevendo sua história, produção, consumo e

benefícios para as pessoas. “Dessa forma, a pesquisa bibliográfica não é mera repetição do que já foi dito ou escrito sobre certo assunto, mas propicia o exame de um tema sob novo enfoque ou abordagem, chegando a conclusões inovadoras” (MARCONE; LAKATOS, 2003, p.183).

4. REVISÃO DA LITERATURA

4.1 O Caju

O caju, tema central deste trabalho pode ser melhor conceituado para fins de entendimento através das palavras de Agostini-Costa (2006 *apud* BELO, 2014, p.16), onde “Etimologicamente a origem da palavra caju vem do nome indígena “acaiú” que significa em tupi “noz que se produz”.

Segundo Lima; Rossignolo (2009, p.03), “o caju é formado pelo pedúnculo ou pseudofruto carnosos e duro de cor amarelada, alaranjada ou vermelha, e pelo o fruto verdadeiro do cajueiro, que é a castanha de onde se extrai a amêndoa o principal produto de consumo” (Fig. 1).

Carmelio (2010, p.16), esclarece ainda que,

O caju é formado junto à castanha e é a parte comestível *in natura* de onde se obtém sucos, cajuína e fibras alimentares que representa cerca de 90% do peso total. Os 10% restantes é representado pelo fruto propriamente dito de onde se extrai a amêndoa e o líquido da castanha de caju.

Percebe-se com esta citação a proporção do peso e do tamanho do pseudofruto caju, sendo bem maior em relação ao fruto que é a castanha de caju, conforme demonstra a figura.

No Brasil os cajueiros estão concentrado principalmente nas regiões Norte, Centro-Oeste e Nordeste, sobretudo nesta última. Ali o caju está presente na literatura, na poesia, no artesanato, nos ditos populares, na pintura, na fala, na música, na dança, nos jogos infantis, nas crendices, nos costumes, no folclore, na medicina, nas artes decorativas, no mobiliário e, é claro, na culinária nordestina. (GOMES, 2010, p.26).

Figura 1: caju



Fonte: A autora (2017)

Já a árvore que produz o pseudofruto caju é conceituada como cajueiro, que tem nome científico (*Anacardium occidentale L.*), originária do Brasil e é uma árvore rústica e típica de regiões de clima predominante tropical “encontrada na América do Sul, principalmente nas regiões do Norte e Nordeste, mas precisamente nos seguintes Estados Ceará, Piauí e Rio Grande do Norte” (SANCHO *et al*, 2007, p.01).

Evidencia-se nas palavras dos referidos autores que esta árvore – o cajueiro – juntamente com seu fruto – a castanha de caju – e o seu pseudofruto – o caju – são originário deste território nacional.

4.2 Histórico

Nota-se através da literatura uma insegurança de alguns autores quanto a origem do cajueiro, pois infere-se de Araujo (2015, p. 18), que “O Brasil é o provável centro de origem do cajueiro e o principal centro de diversidade da maioria das espécies do gênero *Anacardium*”.

Porém Gomes (2010, p.23), se posiciona afirmativamente dizendo que: “O cajueiro é uma planta de origem brasileira. Antes mesmo dos portugueses desembarcarem no Brasil, os indígenas que aqui habitavam já se utilizavam fartamente do caju para sua alimentação”.

Ainda segundo Gomes (2010, p.26), “do Brasil o cajueiro se espalhou pelo mundo, indo parar na África e na Ásia pelas mãos dos portugueses, a partir do século 16. Hoje a planta também é encontrada na Oceania”.

Diante do seu histórico apresentado fica evidente que o cajueiro, assim como seu pseudofruto fazem parte da história do Brasil, pois datam segundo a literatura de mais 500 anos nesta terra e que a partir deste território a planta foi levada para outros cantos do mundo.

4.3 Características da planta

O cajueiro (*Anacardium occidentale* L.) é uma planta originária do Brasil como já mencionado, e seus principais produtores são os estados do Ceará, Piauí, Rio Grande do Norte e Bahia. O cajueiro é uma planta de clima tropical, seu desenvolvimento exige altas temperaturas, sendo a média de 27 °C a mais apropriada para o cultivo. A faixa de umidade para a cultura é entre 70 e 80%. O solo apropriado para o cajueiro são solos com textura arenosa ou franco-arenosa, relevo plano ou suave ondulado e de profundidade nunca inferior a 1,5m. (OLIVEIRA, 2007).

O cajueiro é uma planta perene, com ramificação baixa e porte variado, em função do qual se distinguem os grupos anão-precoce (porte baixo) e comum (porte alto). Geralmente, a planta do cajueiro comum atinge 12 m a 14 m de altura e 5 m a 8 m de envergadura, podendo, excepcionalmente, chegar a 15 m de altura por 20 m de envergadura. No tipo anão-precoce, a altura média fica em torno de 4 m, e a envergadura varia entre 6 m e 8 m. O sistema radicular é constituído por uma raiz pivotante bem desenvolvida e

normalmente bifurcada, com raízes laterais que atingem até duas vezes a projeção da copa. As folhas são simples, inteiras, alternas, glabras, de aspecto subcoriáceo e com pecíolo curto. (ARAUJO, 2015, p. 19)

Desta feita percebe-se que o nordeste do Brasil constitui-se como uma região produtora de caju, pois possui características ambientais e climáticas favoráveis para o cultivo do cajueiro, árvore esta que é melhor apresentada através da Fig. 2 a seguir.

Figura 2: cajueiro



Fonte: A autora (2017)

Um tipo de cajueiro conhecido como cajueiro anão-precoce tem ganhado destaque no cultivo nas áreas plantadas no nordeste.

Apesar de classificado como *A. occidentale* V. *nanum*, o cajueiro-anão-precoce, também conhecido por cajueiro- precoce e cajueiro-de-seis-meses, parece ser um ecótipo ou forma botânica do cajueiro- comum (BARROS *et al*, 1993, p.8).

Esta variedade de cajueiro é encontrada no nordeste devido a sua adaptação às condições de solo, ambientais e pluviométricas desta região.

Vale salientar neste trabalho que infere-se do Instituto Caju Nordeste (2017), que durante séculos até os anos de 1940 a produção da cajucultura com fins

econômicos ficou restrita ao consumo e se dava de forma acanhada nas proximidades das áreas produtoras.

Até o início da década de 50, a produção de castanha de caju (fruto verdadeiro) era essencialmente extrativa. As primeiras tentativas para estabelecer plantios de cajueiro com fins comerciais foram efetuadas no município de Pacajus, no Ceará. Nesse município, no Campo Experimental de Pacajus, então pertencente ao Ministério da Agricultura, em 1956, o governo federal instalou uma coleção de matrizes de cajueiro para pesquisa agrônômica. Posteriormente, a introdução de plantas de cajueiro anão precoce nesse campo experimental, originadas de uma população natural do município cearense de Maranguape, é hoje considerada o marco histórico do melhoramento genético dessa espécie. Instituto Caju Nordeste (2017).

Percebe-se então que o melhoramento no cajueiro tem possibilitado sua melhor utilização para fins comerciais, uma vez que sua adaptação permite se desenvolvem nesta região específica e possibilitar formas de ganhos comerciais no mercado interno e externo.

4.4 Cultivo

Segundo Belo (2014, p.20), “o *Anacardium occidentale* L. é a única espécie do gênero que é cultivada; as demais são exploradas por extrativismo”. Essa atividade tem sua expressividade no nordeste, haja vista que a “cajucultura nacional se constitui numa atividade de expressiva importância socioeconômica, considerando que a área ocupada, de 655.474 ha” (OLIVEIRA, 2007, p.10). E com isso a cajucultura é hoje, diferentemente do passado uma atividade bastante comum de se encontrar na região nordeste, no Ceará, Piauí, Rio Grande do Norte e Bahia, e consequentemente o seu fruto – castanha de caju – e o pseudofruto – o caju são bastante conhecidos.

É muito comum as propriedades rurais do nordeste cultivar a cajucultura, pois a castanha de caju é hoje comercializada para os grandes centros brasileiros, e até externamente.

Segundo Cruz; Silva; Moreira Filho (2007, p. 03) “A cultura do cajueiro destaca-se no cenário agrícola, em face à diversidade de seus produtos e

subprodutos, geração de renda e postos de trabalho ao longo de sua cadeia produtiva”.

Para que o cultivo do cajueiro aconteça de forma organizada precisa contar com condições de solo favoráveis, condições estas que são:

Profundidade: Um solo para ser considerado bom para o cajueiro deve ser profundo, ou seja, o substrato rochoso ou outro impedimento qualquer se situa abaixo de 200cm. Solos com impedimento a uma profundidade de até 150cm não são recomendados ou têm indicação de uso restrito.

Textura: São considerados regulares para o cajueiro os solos que até à profundidade de 200cm apresentem, na maior parte do perfil, textura areia-franca ou franco-arenosa com menos de 15% de argila; e até à profundidade de 150cm ocorram horizontes ou camadas em que a quantidade de argila é igual ou maior do que 15% e não ultrapassa a 40%; ou ainda, apresentem nesta profundidade uma das texturas seguintes: franco-argilo-siltosa, franco-siltosa ou silte.

Drenagem: São considerados aptos os solos bem drenados e acentuadamente drenados; e inadequados ou de uso restrito aqueles excessivamente ou imperfeitamente drenados.

Fertilidade: Os solos mais adequados são aqueles com boa reserva de nutrientes e que não apresentem toxidez por alumínio, outros elementos prejudiciais ou mesmo sais solúveis, devendo apresentar um valor mínimo de 25% para a saturação de bases (V) e capacidade de troca de cátions (T) maior do que 8 mEq/100g de solo. Solos com pouca reserva de nutrientes, V menor do que 10%, T abaixo de 4 ME/100g de solo e toxidez por alumínio, sais solúveis ou outros elementos são considerados inaptos ou de uso restrito.

Os solos enquadrados como regulares em relação à textura; os moderadamente ou fortemente drenados; e os com valores de V e T situados no intervalo entre os valores para os solos adequados e os inaptos também poderão ser utilizados no cultivo do cajueiro, desde que outras condições de clima, infraestrutura da propriedade e mercado sejam favoráveis (BARROS *et al*, 1993, p.11/12).

Percebe-se então que é uma planta que necessita de condições preparadas para que a mesma venha ter produtividade, uma vez que a cajucultura atende os mercados nacionais e internacionais, porém seu cultivo tem sido na sua grande maioria de forma tradicionais e com pouco ou nenhum preparo do solo.

4.5 Produção de caju no Brasil

Para servir como referencial de embasamento para perceber a produção nacional do pseudofruto – o caju - será apresentado neste trabalho dados relativos a produção do fruto do cajueiro – a castanha de caju – haja vista que foi percebida uma carência de dados estatísticos na literatura específicos sobre a produção do pseudofruto – caju, tendo em vista que o foco econômico das áreas produtoras, é historicamente comercializar a castanha de caju – o fruto – pois este tem uma boa

aceitação no mercado interno e externo, que segundo Barros et al, (1993, p.6), “no Brasil, a produção de amêndoas da castanha de caju destina-se, tradicionalmente, ao mercado externo”.

“Em 2006, o Brasil produziu 243 mil toneladas de castanha de caju em uma área de cerca de 710 mil ha. Os principais Estados produtores foram o Ceará, o Rio Grande do Norte e o Piauí” (CARMÉLIO, 2010, p.13).

Tabela 1: produção de castanha de caju por estado em 2006

UF	Área colhida (ha)	Quantidade produzida (t)	Rendimento médio (kg/ha)	Valor (1000R\$)	Participação na produção nacional
CE	371.032	130.544	351	115.862	54%
RN	114.734	47.862	417	52.430	20%
PI	159.389	41.853	262	39.602	17%
BA	27.000	6.618	245	5.769	3%
MA	18.339	6.149	335	4.333	3%
PE	6.533	5.127	784	4.934	2%
PB	8.021	2.938	366	2.907	1%
PA	2.365	1.480	625	1.185	1%
TO	567	525	925	483	0%
AL	1.147	427	372	386	0%
MT	1.054	247	234	294	0%
Brasil	710.181	243.770	447	228.185	100%

Fonte: CARMÉLIO (2010, p.13)

Já a o pseudofruto – caju – objeto de estudo deste trabalho tem sido na sua grande m

aioria desperdiçado, ou no máximo aproveitado para a fabricação de sucos e doces pelas famílias produtoras e ou famílias no âmbito local. Outra forma de aproveitamento do pseudofruto caju é a utilização do mesmo – na maioria das vezes seco - como ração para os animais. Com isto é desperdiçado o grande excedente deste pseudofruto, pois quando este – o caju - é aproveitado é utilizado principalmente como ração animal de suínos, caprinos e ovinos, através de um processo de secagem, o que ocasiona, mesmo para os animais a perda dos valores nutricionais.

Ao analisar a produção do fruto - castanha de caju, - e assessoriamemente, mesmo que em pequena escala, a produção do pseudofruto - caju – convém analisar neste trabalho em uma perspectiva socioeconômica, que:

A importância social do caju no Brasil traduz-se pelo número de empregos diretos que gera, sendo 35 mil no campo e 15 mil na indústria, além de 250 mil empregos indiretos nos dois segmentos. Para o semiárido nordestino a importância é ainda maior, porque os empregos do campo são gerados na entressafra das culturas tradicionais como milho, feijão e algodão, reduzindo, assim, o êxodo rural (OLIVEIRA, 2002, p. 11).

Percebe-se ainda nas leituras de Oliveira (2002, p. 11), que apesar de toda a importância socioeconômica da cajucultura para o Brasil, é notável que a cajucultura nordestina passa por um período crítico quanto a sua produção, pois esta vem se reduzindo em virtude da forma tradicional de produção. “A heterogeneidade dos plantios comerciais existentes, a não adoção de uma tecnologia agrônômica orientadora mínima, vem comprometendo todo o processo de produção com produtividades muito baixas, em torno de 220 kg/há” Salienta.

Porém nos últimos anos com o advento do cajueiro anão-precocce e da utilização da irrigação, a tendência para os próximos anos é modificar esta situação crítica apresentada logo a cima, pois segundo as estimativas a cajucultura poderá apresentar produtividade superior a 3.000 kg de castanha por he, além de contar com pomares sendo acompanhados conforme a moderna agronomia utilizada na fruticultura, o que oportuniza o aproveitamento mais racional do pseudofruto caju, de até 50%, exatamente no momento onde o mercado localizado na região sudeste está se consolidando no consumo deste. Momento também em que outras regiões geográfica do país poderá viabilizar também a produção da cajucultura (OLIVEIRA, 2002).

Como já bem debatido neste trabalho a produção da cajucultura está localizada na região nordeste,

Situando-se em 160 mil toneladas anuais, responsáveis por exportações de cerca de US\$ 150 milhões, que resultam dos negócios com amêndoa de castanha de caju e Líquido da Casca da Castanha, principalmente, para os E.U.A. maior importador e consumidor mundial (em torno de 70% do consumo mundial), Canadá (10%) e Europa (11 %). O Ceará é o maior produtor nacional, uma produção que varia de 75 a 80 mil toneladas em uma área plantada de 325 mil hectares, o que faz com que o agronegócio do caju represente cerca de 50% do seu Produto Interno Bruto - PIB. Em

seguida aparece o Piauí aproximadamente 32 mil toneladas, em 142 mil hectares e o Rio Grande do Norte com 26 mil toneladas, nos seus 110 mil hectares de área cultivada (PEE/CAMEX, 2000; IBGE, 2000 *apud* CRUZ; SILVA; MORAES FILHO, 2007, p.05).

O Estado do Ceará larga na frente como o principal produtor de castanha de caju, seguido pelo Piauí e por último o Rio Grande do Norte. Nota-se portanto a importância econômica da produção da castanha de caju em cifras financeiras, além de poder-se correlacionar estes estados produtores como também produtores do pseudofruto – caju.

A tabela 2 a seguir possibilita a análise de que a produção de castanha de caju nos últimos anos tem sofrido uma queda, porém dentro das médias registradas nos últimos anos, conforme analisado na literatura.

Tabela 2: Castanha de Caju *in natura* – área, produtividade, produção. Safras 2014/2015

Brasil/Região - UF	Área colhida (Hectares)			Produtividade (Hectares)			Produção (Toneladas)			Participação % na Produção Região- UF/Brasil Safr 2014	Participação % na Produção Região- UF/Brasil Safr 2015
	Safr 2014 (a)	Safr 2015(*) (b)	Var.% (b/a)	Safr 2014 (c)	Safr 2015 (*) (d)	Var.% (d/c)	Safr 2014 (e)	Safr 2015 (*) (f)	Var.% (f/e)		
Brasil	646.265	644.867	-0,2	170	209	23	109.909	134.896	22,7	100	100
Nordeste	646.265	644.867	-0,2	170	209	23	109.909	134.896	22,7	100	100
Maranhão	14.438	14.190	-1,7	359	374	4	5.177	5.300	2,4	4,7	3,9
Piauí	92.338	89.202	-3,4	134	389	191	12.347	34.744	181,4	11,2	25,8
Ceará	396.672	396.672	0,0	132	132	0	52.318	52.318	0,0	47,6	38,8
Rio Grande do Norte	112.779	116.537	3,3	276	291	6	31.076	33.912	9,1	28,3	25,1
Paraíba	3.787	4.280	13,0	247	285	15	937	1.219	30,1	0,9	0,9
Pernambuco	3.561	3.276	-8,0	779	859	10	2.775	2.815	1,4	2,5	2,1
Bahia	22.690	20.710	-8,7	233	222	-5	5.279	4.588	-13,1	4,8	3,4

Fonte: http://www.conab.gov.br/OlalaCMS/uploads/arquivos/15_02_24_15_42_22_conj_cast_caju_-_jan_2015.pdf

Através da tabela acima se infere que os Estados maiores produtores de castanha de caju: Ceará, Piauí e Rio Grande do Norte, representaram respectivamente no ano de 2015 38,8%, 25,8% e 25,1% da produção nacional de castanha de caju.

5 GASTRONOMIA

A cultura e o dinamismo do convívio das pessoas em sociedade faz com que as pessoas e seus respectivos grupos sociais adquiram costumes específicos quanto à alimentação, gerando processos próprios e conciente de: como, quando, onde, com quem, porquê, quais alimentos e qual a maneira de preparação destes alimentos fazem parte do cardápio.

Então percebe-se desde os primórdios da civilização humana que a alimentação dos grupos sociais se dá de acordo com o meio em que se está inserido, apresentando peculiarmente no processo de preparação, o momento, local, os alimentos e o próprio misticismos e crenças associadas.

Percebe-se ainda que nas sociedades humanas primitivas tidas como nômades a sua alimentação era predominantemente composta por alimentos que estavam ao seu redor - mesmo que temporariamente, faziam parte do seu cotidiano - e ao seu alcance como a caça de animais silvestres, a pesca e utilização e raízes comestíveis.

É notável por todos que com o passar dos anos as sociedades humanas se transformam, modificando também a sua cultura e hábitos alimentares: inserindo novos alimentos em seu cardápio, misturando sabores e retirando outros da sua mesa.

A alimentação faz parte das necessidades básicas do ser humano², sendo então um hábito comum no seu cotidiano e imprescindível para a existência humana, porém como já mencionado adquire os hábitos culturais de um grupo, permitindo ainda ainda subjetividade do indivíduo.

A gastronomia é uma ciência arte que agrega desde o conhecimento sistematizado de práticas de cozinha (preparo), passando pelo pensamento sobre a alimentação, gostos das pessoas, sofisticação de pratos, culminado com a satisfação (prazer) na alimentação.

² Defendido pelo pesquisador Abram Maslow, criador da Pirâmide das Necessidades.

Percebe-se ainda que o termo gastronomia é algo moderno e que nos remete a algo exercido com conhecimento sistematizado, técnicas, e experiências consagradas para propiciar inovações (COLLAÇO, 2013).

Com o passar de mais de 500 anos de história do Brasil – e da culinária brasileira, pós descobrimento do Brasil, percebe-se que a cozinha brasileira é o fruto do resultado de uma mistura de tradições, ingredientes próprios de todas as etnias de formação do Brasil – nativo, africana, portuguesa, italiana, entre outras. Com isso cada região geográfica brasileira possui sua peculiaridade gastronômica adaptada ao clima e a geografia.

Em consequência das peculiaridades gastronômicas de cada região, o nordeste brasileiro, especificamente os estados do Ceará, Piauí e Rio Grande do Norte possui uma grande variedade de pratos e alimentos compostos tendo como base o fruto e o pseudofruto do cajueiro – castanha e caju respectivamente. Porém o consumo de produtos derivados do caju podem e são consumidos além da fronteira do nordeste – principalmente nos dias atuais haja vista que a gastronomia moderna se utiliza de tecnologias de produção, processamento e conserva - , uma vez que o Brasil é um país que é povoado em outras regiões também por nordestinos – povo que possui uma identidade cultural própria – e que carrega consigo sua nordestinidade, o que inclui seus hábitos alimentares. Além do mais o caju já constitui a base de algumas bebidas e alimentos de consumidos em outras regiões geográficas.

4.3 Aproveitamento do pedúnculo do caju na culinária brasileira

“O consumo do caju *in natura* no mercado interno vem crescendo significativamente nos últimos anos, principalmente na região Sudeste do Brasil” (ARAUJO *et al* 2010, p.01).

Após a revisão bibliográfica deste tema, percebe-se que o pseudofruto que antes era desperdiçado em grande quantidade, hoje vem sendo aproveitado em maior quantidade e consumido no mercado do sudeste do Brasil.

Na culinária tradicional os frutos são utilizados no preparo de sucos e doces. Podem ser consumidos frescos (*in natura*), colhidos diretamente da

árvore. As sementes também servem de alimento, após serem torradas, como castanha de caju. (LORENZI, 2006 *apud* BELO 2014, p.20).

Nas palavras de Pinto (1993, *apud* BELO, 2014, p.20),

O pseudofruto, apesar de sua elevada acidez, é consumido *in natura*, podendo ser usado em conserva e na fabricação de licor, refresco e doces. A castanha também constitui uma fonte alternativa de alimento e pode ser consumida quando tostada.

Fica evidente a través das palavras dos autores, que o caju possui uma variedade significativa de possibilidades de ser consumido e produzir pratos à base do mesmo, desde a possibilidade de ser consumido logo após ser colhido no cajueiro até a utilização na sofisticação de pratos como o doce de caju cristalizado.

Sancho (2006), informa que os produtos derivados do caju apresentam elevada importância alimentar, pois o caju contém cerca de 156 mg a 387 mg de vitamina C, 14,70 mg de cálcio, 32,55 mg de fósforo e 0,575 mg de ferro por 100 ml de suco.

Este pseudofruto que é produzido em grandes quantidades no nordeste tem tradicionalmente ao longo da história o seu aproveitamento gastronômico utilizado na transformação de alguns produtos como sucos, sorvetes, doces diversos (compota, cristalizado, ameixa, massa), licor, mel, geleias, que na sua grande maioria são produzidos de forma artesanal para consumo da própria família, ou das famílias locais. Porém o suco de caju já é algum tempo comercializado para consumo no sudeste do Brasil.

O caju possui um riquíssimo valor nutricional, adequado para a alimentação humana, porém nota-se através da literatura que não tem tido seu aproveitamento de acordo com seu potencial produtivo, alimentar e nutricional, com exceção para a utilização do suco, que tornou-se mais disseminado entre as pessoas, fazendo parte do seu cardápio, como já mencionado. Essa disseminação (maciça) da utilização do suco do caju se deu pela forte massificação da produção de sucos para atender a um mercado nacional (e não ao consumo local), uma vez que foram os grandes centros urbanos que já tinham como costume o consumo comercial de sucos, devido a necessidade de consumo de líquidos.

Percebe-se pelo rico potencial gastronômico e nutricional do caju que o mesmo pode servir como base de transformação de vários alimentos, pratos e bebidas para serem consumidas primeiramente pela família nordestina produtora de caju, podendo ser consumido por crianças e adultos – uma vez que trata-se de um alimento rico em nutrientes, acessível e praticamente sem custo para as famílias produtoras, - assim como para a comercialização de alguns desses produtos no mercado local.

Produzido de forma industrial segundo as normas de vigilância sanitária e alimentar pode ser melhor explorado oportunizando o consumo nacional de produtos à base deste pseudofruto rico.

O aproveitamento industrial do caju esta em torno de 12% da sua produção, o resto é desperdiçado devido o curto período de safra. O pedúnculo possui os seguintes nutrientes: vitamina C, cálcio, fósforo e outros nutrientes. Os produtos obtidos pela industrialização são bebidas destiladas e fermentadas, sucos, doces, condimentados e desidratados. A safra do caju é apenas 4 meses durante o ano (PAIVA; GARRUTI; SILVA NETO, 2000).

Nos dias de hoje percebe-se através de leituras sobre a temática, que existem alguns produtos principais que são produzidos para comercialização com a utilização do pseudofruto caju, sendo eles: o próprio caju *in natura*, o suco, concentrados, o doce e a cajuína, esta ultima sendo registrada pelo IPHAN (Instituto do Patrimônio Histórico e Artístico Nacional) como patrimônio cultural do Estado do Piauí.

Como os produtos à base do caju não é distante da realidade vivenciada na gastronomia nordestina e brasileira, porém alguns são desconhecidos. Apresenta-se a seguir alguns dos principais produtos derivados do caju:

Suco: O suco integral com alto teor de polpa é extraído do caju, com aproveitamento da sua parte sólida mediante processamento tecnológico adequado, não gaseificado, não fermentado, de cor, sabor e aroma característicos. Podendo o suco ser produzido de forma caseira ou industrial. “O suco quando é produzido de forma industrializada é submetido a tratamento térmico, que assegura a sua

apresentação e conservação até o momento do consumo. A preservação exige ação mista: tratamento térmico e aditivo” (PAIVA; GARRUTI; SILVA NETO (2000, p.37).

Apresenta-se a seguir duas imagens, sendo a primeira do suco caseiro e a segunda do suco industrializado.

Figura 3: Suco de caju caseiro



Fonte: <http://www.mundoboaforma.com.br/9-receitas-de-suco-de-caju-beneficios-e-como-fazer/>

O suco caseiro diretamente da fruta in natura apresenta uma coloração amarelo claro, como mostra a Figura 3, acima, devendo ser consumido natural ou gelado, com ou sem incrementos.

Figura 4: Suco de caju industrializado



Fonte: <https://cosmos.bluesoft.com.br/ncms/20093100-com-valor-brix-nao-superior-a-20/products>

O suco de caju industrializado, exige como já citado técnicas de conservação e aditivos. Geralmente são embaladas em garrafas de vidro ou de plástico.

Néctar de caju: “é o produto não fermentado, não gaseificado, destinado ao consumo direto, obtido pela dissolução, em água potável, de 50%, no mínimo, de polpa mais suco integral, adicionado de ácido e açúcar” (PAIVA; GARRUTI; SILVA NETO, 2000, p.40).

Figura 5: Nécta de caju



Fonte: <http://vinnidoces.com.br/loja/produto/187-suco-camp-nectar-caju-1-lt->

Esta bebida é são embaladas em embalagens tipo Tetrapack. Assim como os sucos industrializados estas são comum no consumo das famílias e não requer refrigeração antes de ser utilizada.

Doce de caju em massa. “Doce de caju em massa é o produto resultante do processamento adequado do pedúnculo, com ou sem adição de água, pectina e ajustadores de pH, até uma consistência apropriada, sendo acondicionado de forma a assegurar sua perfeita conservação”(PAIVA; GARRUTI; SILVA NETO, 2000, p.52). (Fig. 6).

Figura 6: Doce de caju em massa



Fonte: <http://www.aquinacozinha.com/doce-de-caju-pastoso/>

Doce de caju em calda: Já o doce de caju em calda (Fig. 7), “ é o produto obtido de frutos inteiros ou em pedaços, com ou sem casca, cozidos em água e açúcar, envasados em lata ou vidro, submetidos a um tratamento térmico adequado (PAIVA; GARRUTI; SILVA NETO, 2000, p.47).

No caso de doce de caju em calda, deve-se dar especial importância à aparência do pedúnculo. O grau de maturação deve ser homogêneo, os pedúnculos devem apresentar-se inteiros, sem manchas ou machucaduras, de formato regular e uniforme. (PAIVA; GARRUTI; SILVA NETO, 2000, p.47).

Figura 7: Doce de caju em calda



Fonte: <https://www.tudoreceitas.com/receita-de-doce-de-caju-4027.html>

Inferre da literatura que como a polpa do caju tem vida útil passageira, o doce foi uma das suas primeiras transformações.

Compota de caju “é o produto obtido de frutos inteiros ou em pedaços, com ou sem película, submetidos a um cozimento rápido, envasados em recipientes de vidros, praticamente crus, cobertos com calda de açúcar, tendo recebido um tratamento térmico adequado” (PAIVA; GARRUTI; SILVA NETO, 2000, p.50).

Figura 8: Compota de caju



Fonte: <http://www.casanordestepb.com.br/site/produto/compota-de-caju/>

Geléia de caju “é o produto obtido da fervura do pedúnculo, extraindo-se o suco, filtrando-o e adicionando-se quantidades adequadas de açúcar, pectina e ácido até o Brix suficiente, para que ocorra a geleificação durante o resfriamento” (PAIVA; GARRUTI; SILVA NETO, 2000, p.54). Conforme se apresenta na figura 9.

Figura 9: Geléia de caju



Fonte: <http://coisasdeumachef.blogspot.com.br/>

Caju-ameixa: O produto denominado de caju-ameixa, (apresentado na figura 10) é:

o pedúnculo cozido em xarope e desidratado, que resulta numa passa enegrecida e de textura macia. A fruta passa, inicialmente, por um processo semelhante ao de frutas cristalizadas, ou seja, uma impregnação lenta com xarope; em seguida, por um processo de desidratação, onde a atividade de água final é reduzida, tornando o produto resistente à contaminação microbológica (PAIVA; GARRUTI; SILVA NETO, 2000, p.58)

Figura 10: Caju-ameixa



Fonte: <https://www.flickr.com/photos/24161226@N05/2946333472>

Doce de caju cristalizado: “Resultante do processamento adequado do pedúnculo, com ou sem adição de água, pectina e ajustadores de pH, até uma consistência apropriada, formatados em tabletes e recobertos com açúcar cristal” (PAIVA; GARRUTI; SILVA NETO, 2000, p.57). Conforme se demonstra na figura 11.

Figura 11: Doce de caju cristalizado



Fonte: <http://conversasdesabor.com.br/sabores-do-interior-docinhos-cristalizados/>

Cajuína: “é uma bebida não alcoólica elaborada a partir do suco de caju clarificado e esterilizado no interior do recipiente, apresentando uma cor amarela âmbar, resultante da caramelização dos açúcares do próprio suco” (PANA; GARRUTI; SILVA NETO (2000, p.57). Como já mencionado é reconhecida como Patrimônio Cultural do Piauí e do Brasil. O líquido é caracterizado pela sua cor, doçura, cristalinidade, leveza e densidade.

Ainda Segundo Ribeiro (2017, p.07) sobre a cajuína,

É produzida principalmente de forma artesanal na região nordeste do Brasil, conhecida como símbolo do estado do Piauí, onde possui Indicação Geográfica e tem seu modo de fazer registrado como patrimônio imaterial pelo IPHAN (Instituto do Patrimônio Histórico e Artístico Nacional).

A cajuína é uma bebida muito apreciada pelo seu sabor bastante característico e pelo aspecto refrescante que deve ser consumida de preferência gelada (ABREU, 2007, *apud* RIBEIRO, 2017).

A bebida é desde os anos de 1960 sinônimo da regionalidade e identidade do Estado. Esta bebida de produção artesanal no Estado do Piauí é eivada de símbolos

e tem representatividade de bebida nobre na cultura piauiense (WADDINGTON, 2009, *apud* RIBEIRO, 2017).

Para o povo piauiense a “cajuína é motivo de orgulho, onde é servida a visitantes, e muitas vezes oferecida como presente, circulando como um emblema de pertencimento” (RIBEIRO, 2017, p.07).

Figura 12: Cajuína



Fonte: <<https://www.embrapa.br/busca-de-produtos-processos-e-servicos/-/produto-servico/491/...>>

Esta demonstração não esgota a variedade de pratos, preparos e alimentos produzidos à base do caju, muito menos as possibilidades criativas e inovadora imposta pelo conceito moderno de gastronomia.

5.2 Receitas

DOCE DE CAJU EM CALDA

INGREDIENTES

- 2,5 litros de água
- 1 kg de açúcar
- 20 caju médios

- Cravos-da-índia a gosto.

MODO DE PREPARO

- 1- Lave bem os caju e retire as castanhas
- 2- Faça vários furos em cada caju com palitos
- 3- Esprema delicadamente cada caju tirando o excesso do suco
- 4- Faça uma calda com a água e o açúcar, até borbulhar e ficar consistente
- 5- Depois coloque um a um na calda que não deve ser retirada do fogo
- 6- Se gostar acrescente cravo-da-índia, pois além de dar sabor ele perfuma o doce
- 7- Cozinhe em fogo baixo por cerca de uma hora até que o doce fique dourado.

Fonte: <<https://papierimum.blogspot.com.br/2013/01/delicias-do-nordeste-c-....html>>.

COMPOTA DE CAJU

INGREDIENTES

- 6 caju
- 1 ½ xícara (chá) de açúcar
- 1 xícara (chá) de água
- 1 canela em rama
- 4 cravos-da-índia
- 1 colher (sopa) de cachaça

MODO DE PREPARO

1. Lave os caju sob água corrente e retire as castanhas de cada um. Sobre uma tigela, fure os caju com um garfo e esprema bem para retirar o caldo, reserve tanto as frutas quanto o sumo.
2. Numa panela média, coloque o açúcar e a água, misture e leve ao fogo médio. Quando ferver junte o sumo dos caju, a canela, os cravos e os caju inteiros.
3. Baixe o fogo e deixe cozinhar por 30 minutos, mexendo de vez em quando. Desligue o fogo, retire a canela e os cravos, junte a cachaça e misture.

4. Transfira os caju cozidos ainda quentes para um pote de vidro esterilizado, complete com a calda até cobrir completamente as frutas.
5. Bata os potes levemente sobre a bancada para remover bolhas de ar que possivelmente tenham se formado. Tampe e mantenha na geladeira por até 15 dias.

Fonte: <<http://www.panelinha.com.br/receita/compota-de-caju>>.

DOCE DE CAJU CRISTALIZADO

INGREDIENTES

- 3 xícaras (chá) de açúcar refinado
- 2 xícaras (chá) de água
- 10 caju maduros
- Açúcar cristal grosso a gosto

MODO DE PREPARO

1. Despeje o açúcar refinado e as 2 xícaras de água em uma panela. Leve ao fogo alto, mexendo sempre, até o açúcar dissolver e a mistura ferver.
2. Neste ponto, pare de mexer e deixe cozinhar, até obter uma calda em ponto de fio grosso.
3. Enquanto a calda não chega ao ponto, retire a pele dos caju e as castanhas.
4. Reserve os caju em uma tigela grande com água.
5. Quando a calda chegar no ponto, abaixe o fogo.
6. Aperte cada caju entre as mãos para, escorrer todo o suco, e fure-os em 3 ou 4 pontos com um garfo.
7. Adicione os caju à panela com a calda.
8. Cozinhe os caju na calda, em fogo baixo, por cerca de 30 minutos, ou até ficarem macios e a calda engrossar.
9. Retire os caju da calda, deixe-os escorrer, e coloque na travessa com o açúcar cristal.
10. Espalhe o açúcar cristal nos caju, e deixe esfriar, para ficar mais sequinho.

Fonte: <<http://gnt.globo.com/receitas/receitas/receita-de-doce-de-caju-cristalizado.htm>>.

DOCE DE CAJU-AMEIXA

INGREDIENTES

30 cajuí maduros
1 kg de açúcar
2 litros de água

MODO DE PREPARO:

- 1- Lave bem os cajuí e retire as castanhas sem usar faca.
- 2 - Vá torcendo com as mãos até arrancar.
- 3 - Depois com um garfo fure várias vezes os cajuí, um por um. Não é necessário espremer, basta furar.
- 4 - Numa panela grande, junte a água e o açúcar e mexa com uma colher, junte os cajuí, misture e leve ao fogo alto.
- 5 - Quando levantar fervura abaixe, deixando em fogo brando. Deixe cozinhar por 2 horas, então desligue e reserve até o outro dia.
- 6 - No dia seguinte volte a panela ao fogo brando e cozinhe por mais 2 horas. Se a calda secar antes desse tempo, atrase o ponto do doce acrescentando $\frac{1}{2}$ xícara de água fria, sempre pelas bordas da panela.
- 7 - Você pode "atrasar" o ponto do doce quantas vezes achar necessário até que ele atinja a coloração marrom escura característica do cajuí. O doce estará no ponto quando a calda praticamente secar, ela deve ficar como uma espuma grossa e de cor caramelo bem escuro, cuidado pra não deixar queimar.
- 8 - Os cajuí devem ficar bem escuros, quase pretos. Deixe-os esfriar na panela. Então retire um por um e coloque sobre uma peneira, deixe escorrer e tomar um pouco de ar até que sequem um pouco (cubra com filó).
- 9 - Eles parecerão pegajosos no início mas ao escorrerem mudarão de aspecto. Deixe escorrendo por dois ou três dias em local bem protegido. Passe para um recipiente com tampa.

Fonte: <http://culinariadedomingo.blogspot.com.br/2011/08/doce-de-caju-ameixa.html>.

GELEIA DE CAJU

INGREDIENTES

- 20 caju médios
- 2 xícaras de açúcar

MODO DE PREPARO

1- Retire as castanhas, lave bem os caju, corte cada um em 4 partes e bata-os por 3 minutos no liquidificador

Importante: não coloque todos de uma vez

2-Coloque um pouco e bata e, enquanto bate, acrescente aos poucos as demais partes

NÃO ADICIONE ÁGUA!

3-Coe bem usando uma peneira de orifícios médios (se for muito fina será difícil coar), acrescente o açúcar, mexa bem e leve ao fogo alto

4-Mexa constantemente

5-Quando começar a ferver, baixe o fogo e continue mexendo por cerca de 30 minutos ou até que o líquido torne-se bem pastoso e denso

6-Coloque a mistura em um recipiente de vidro e deixe esfriar

7-Só tampe depois que estiver frio! Conserve sempre na geladeira

8-Sirva com pães ou torradas no café da manhã ou para o chá da tarde

Fonte: <<http://www.tudogostoso.com.br/receita/79983-geleia-de-caju.html>>.

CARNE BASICA DE CAJU

INGREDIENTES

- 1 Kg de fibra (Bagaço) do Caju
- 2 cebolas medias picadas
- 1 pimentão, sem pele sem sementes, picado.
- 2 tomates sem pele e sem pele e sem sementes, picado.
- 2 colheres (sopa) de molho inglês .
- 2 colheres (sopa) de vinagre.
- Cheiro verde, sal, colorau e pimenta do reino a gosto.
- 2 colheres (sopa) de óleo.

MODO DE FAZER

- 1- Elimine as extremidades dos caju e corte-os em fatias.
- 2- Liquidifique ou passe no moinho espremendo bem para obter uma fibra enxuta.
- 3- Afervente em agua e sal, escorra bem para tirar agua.
- 4- Tempere a gosto e refogue em óleo quente, por mais ou menos cinco minutos.
- 5- Junte os demais ingredientes e continue refogando até que todos os temperos estejam bem unificados.
- 6- Deixe esfriar e utilize na preparação dos pratos.

Fonte: (EMATER, 2004?)

FAROFA DE CAJU

INGREDIENTES

- Carne básica de caju
- Margarina.
- Temperos diversos e sal.
- Farinha de mandioca.

MODO DE FAZER

- Temperar a carne de caju a gosto.

Refogar bem a margarina.

Acrescentar a farinha, mexer bem e servir.

Fonte: (EMATER, 2004?)

CREME DE CARNE DE CAJU

INGREDIENTES

2 litros de leite .

1 lata de creme de leite

1 lata de milho verde em conserva

2 tabletes de caldo de galinha

5 colheres de maisena ou farinha de trigo.

Temperos verdes a gosto

Sal a gosto

1 kg carne básica de caju

MODO DE FAZER

Refogue a carne básica de caju com os temperos

Liquidifique o leite com os temperos verdes e a maisena .

Leve ao fogo mexendo ate engrossar.

Acrescentar a básica de caju, o milho verde e o creme de leite.

Sirva quente.

Fonte: (EMATER, 2004?)

6 BENEFÍCIOS DO CONSUMO DO CAJU

O hábito de se alimentar bem é um fator inquestionável para a qualidade da saúde humana. Por isso nos últimos anos a sociedade busca alimentar cada vez mais através de alimentos saudáveis, ricos em vitaminas, minerais, fibras e pobres em gorduras saturadas, gorduras trans, açúcares simples e sódio, esses alimentos influenciam positivamente a manter a boa saúde.

Segundo Carvalho (2012) a importância da alimentação é inquestionável na manutenção do bom estado de saúde e na redução do risco das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT).

Com isto tem-se percebido nos últimos anos um aumento na expectativa de vida do brasileiro que passou a ter uma preocupação válida com a qualidade de vida, o que vem ocasionando, entre outras coisas, na busca pelo consumo consciente de alimentos saudáveis.

Nesta perspectiva o caju, pseudofruto do cajueiro, considerado alimento funcional reúne propriedades que o define como alimento benéfico para a saúde humana. Pois os alimentos funcionais,

São alimentos que, além de suprir as necessidades diárias de carboidratos, proteínas, vitaminas e minerais, são compostos por substâncias que: ajudam na prevenção de doenças, tais como, doenças cardiovasculares, câncer, hipertensão e diabetes; ajudam a melhorar o metabolismo e o sistema imunológico; promovem a saúde tanto física quanto mental; e agem no fortalecimento do organismo (SULZBACH, *et al*, 2002, p.02).

Sulzbach, *et al*, (2002, p.02), mostra que o caju possui como componente ativo taninos que possui como propriedade a ação antioxidante, anti-séptica e vasoconstritora. “Sendo entre as frutas comestíveis, uma das que apresenta maior teor de vitamina C (GALVÃO, 2006 *apud* NUNES *et al*, 2013, p.05).

Segundo Garruti (2001 *apud* CRUZ; SILVA; MORAES FILHO, 2007, p. 03) “o caju apresenta especial interesse nutricional e econômico pela qualidade de sua castanha (o verdadeiro fruto) e pela riqueza em vitamina C de seu pedúnculo avolumado, o qual corresponde à polpa comestível (pseudofruto).

A planta cajueiro, assim como seu fruto e pseudofruto foram percebidos desde muito cedo no Brasil, através dos relatos de documentos históricos como sendo de um valor importante, é o que nos mostra Gomes (2010, p. 30).

Do cajueiro tudo é útil ao homem. Desde as folhas até o lenho. O caldo com aguardente é aperitivo estimulante. O doce é excelente. O maturi, a castanha (assada com muita cautela, pois até a fumaça é cáustica), fornece amêndoa que rivaliza com a do Pará. O bagaço exprimido serve para alimentar animais domésticos. A casca do tronco, em maceração dá gorda para curtir peles de pequenos roedores (...) as folhas perfumam compartimentos mal ventilados, ou onde há doentes. A madeira bem seca serve para fabricar paus de amancos. Da resina faz-se cola. Qual outra árvore tão útil ao homem? (Duca Eleotério, personagem do romance A oferta e o altar, de Renato José Costa Pacheco)

O pseudofruto do cajueiro, ou “pedúnculo”, mas conhecido na região como caju é um importante alimento utilizado no meio familiar em grande parte do Nordeste brasileiro, é servido principalmente como sucos, doces, geleias ou mesmo como alimentação animal, mas os estudos apontam para outro benefício do consumo desse produto, a saúde.

Segundo pesquisa o caju contém na sua composição vitaminas como B1 riboflavina B2 tiamina, B3 niacina, B6, vitamina C, vitamina K, vitamina E, ácido fólico e ácido oleico.

Para Gomes (2010, p.30),

O pedúnculo, ou pseudofruto é suculento e muito rico em fibras, vitamina C e ferro. É também fonte de betacaroteno (provitamina A), vitamina do complexo B e dos minerais cálcio, magnésio, manganês, potássio e fósforo. Além disso, fornece carboidratos. Do ponto de vista medicinal, o caju fornece um potente antioxidante, vitamina C, que também previne resfriados e ajuda na cicatrização de feridas e lesões.

Tabela 3: Composição média de vitaminas no pedúnculo do caju

Parâmetros	Concentração
Ácido ascórbico (mg/100 g)	230,80
Tiamina (mg/100 g)	0,20
Riboflavina (mg/100 g)	0,20
Niacina (mg/100 g)	0,50

Fonte: (FRANCO, 1998 *apud* SANCHES, 2006, p. 20)

Infer-se que o caju é um alimento riquíssimo em vitaminas e que merece um destaque no consumo humano. No nordeste este alimento é comumente

encontrado, ficando seu custo de aquisição bem acessível, na impossibilidade de possuí-lo em seu pomar.

Sanches (2006, p. 20), informa ainda que,

O valor nutritivo do caju revela-se sob a forma de vitaminas e sais minerais, possuindo cerca de 156 mg a 387 mg de vitamina C, além de minerais como cálcio, ferro e fósforo, tornando-o matéria prima importante e adequada para a fabricação e desenvolvimento de produtos alimentícios diversos, contribuindo na melhoria da saúde e bem está da população.

Tabela 4: Valores médios das características químicas e físico-químicas do pedúnculo de caju de diferentes clones de cajueiro anão.

Determinações	Valores médios		
	CP - 76	CP - 1001	CP - 06
Açúcares redutores (%)	8,30	8,08	8,24
Vitamina C (mg/100 mL)	158,26	157,64	153,20
Acidez Total (em % ácido cítrico)	0,49	0,47	0,47
Sólidos solúveis (°Brix)	10,76	10,04	9,74
Tanino (%)	0,27	0,31	0,30
pH	4,25	4,21	4,34
Umidade (%)	85,98	86,23	87,20
Fibra (%)	0,06	0,14	0,20
Cálcio (mg/100 g)	16,75	13,65	16,00
Ferro (mg Fe / 100 g)	0,31	0,28	0,34
Fósforo (P ₂ O ₅) (mg/100 g)	30,55	25,85	26,80
Proteína (%)	0,92	0,75	0,64

Fonte: SOUZA FILHO (1987, *apud* SANCHES, 2007, p. 20)

A importância do caju se evidencia ainda pela presença de caretonóides e antecianinas, que são os pigmentos naturais responsáveis pela coloração do pseudofruto e que também exercem funções benéficas ao ser humano. (SANCHES, 2006, p. 21).

Dessa forma evidencia-se através das demonstrações das tabela (2 e 3) que os pratos, preparações e utilizações na gastronomia que tem como base o caju contribue para a disseminação de alimentação saudável que promove a qualidade de vida das pessoas.

O Caju possui ainda propriedades cicatrizantes, e de prevenção da coriza, escorbuto, doenças da pele (psoríase).

Para a prevenção da coriza recomenda-se tomar “Suco natural, adoçado com mel de abelhas. Tomar 250ml, 4 vezes ao dia (SPETHMANN, 2003, p.170).

Segundo Corrêa; Bittencourt (2012, p.30) o caju tem como Funções:

- Participa da formação do sangue;
- protege a pele;
- Auxilia a digestão;
- Aumenta a resistência;
- contra infecções.

Infere-se dos autores que o caju é um pseudofruto importante para o funcionamento do organismo humano, dessa forma recomenda-se o seu consumo regularmente para se obter os benefícios apresentados.

De acordo com estudo publicado em *Caju: negócio e prazer*, Um copo de suco de caju supre toda necessidade diária de vitamina C de uma pessoa adulta. O suco apresenta ainda teores consideráveis de açúcares redutores e minerais, principalmente o ferro, constituindo-se num tônico de primeira ordem, além de desintoxicante, antientérico e diurético (SECRETARIA DE TURISMO DO ESTADO DO CEARÁ, 1997, *apud* GOMES, 2010, p.31).

O consumo do caju, assim como de outros alimentos funcionais, “é necessário que seja regular, para que seus benefícios sejam alcançados”. (SULZBACH *et al*, 2002, p.02).

Porém Sancho (2006, p. 17) nos alerta que “é importante salientar que embora o caju apresente elevados percentuais de vitaminas e outros nutrientes importantes para a saúde, estes poderão sofrer significativa redução por influencia das operações a que for submetidos”.

Compreende-se que nem sempre as propriedades nutricionais do caju terão as quantidades percentuais apresentadas neste trabalho, variando conforme o processo a que este for submetido. Porém não deixa de ser indicado o seu consumo.

7 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O pseudofruto caju é originário do Brasil, e tem como áreas de maior cultivo e produção no nordeste, principalmente nos Estados do Ceará, Piauí e Rio Grande do Norte. O caju tem sua apreciação em todo o Brasil e no mundo, por ser um pseudofruto rico em vitamina C, cálcio, fósforo e outros nutrientes. Podendo ser consumo *in natura* ou utilizado em preparações como sucos, doces, passas, licores, sorvetes e etc. Esse pseudofruto ganhou seu espaço na gastronomia sendo utilizado em diversas preparações. É um potencial de riqueza em valor nutricional e de grande produção no nordeste do Brasil, o que viabiliza a produção de diversas formas, contribuindo para uma alimentação saudável. Entretanto o aproveitamento ainda é insignificante em relação à quantidade da matéria-prima potencialmente disponível.

O caju é um pseudofruto que possui o seu valor nutricional bastante debatido neste trabalho, porém observou-se que o seu aproveitamento na gastronomia nordestina ainda é bastante reduzido e incipiente, o que anda na contramão do potencial criativo apresentando pela gastronomia neste trabalho.

A partir da perspectiva apresentada neste trabalho, o caju possui uma área de cultivo bastante significativa no nordeste do Brasil, nos Estados já mencionados, sendo um pseudofruto considerado acessível (pela disponibilidade e custo de aquisição) no cotidiano das famílias nordestinas, porém o preparo de produtos à base do caju é pouco ensinado e disseminado pelos órgãos governamentais no Estado do Piauí. Uma prova disto é a carência de literatura sobre o tema, porém um exemplo da exceção desta regra, fica para poucas iniciativas de treinamentos de preparações de produtos e alimentos à base do caju realizadas pela EMATER nos anos de 2004 e 2005, através do Projeto cajuína, onde algumas famílias de comunidades rurais foram treinadas para a produção de cajuínas artesanais e outros alimentos à base do caju.

Dessa forma recomenda-se propositivamente ações sociais e governamentais visando uma maior disseminação do valor nutricional do caju, através de campanhas educativas de alimentação saudável nas escolas de educação básica e nas comunidades produtoras, assim como mais treinamentos na preparação de

alimentos produzidos à base do caju para os moradores de comunidades rurais produtoras do pseudofruto.

Consequente uma maior disseminação do valor nutricional do caju; disseminação de receitas de alimentos produzidos à base do caju possibilitará uma maior conscientização e prática sobre alimentação saudável, o que possibilitará em um curto prazo em uma alternativa sustentável de alimentação no nordeste brasileiro, contribuindo para a segurança alimentar e nutricional e qualidade de vida de pessoas com baixo poder aquisitivo.

REFERÊNCIAS

ARAÚJO, D. C. de; *et al.* **Análise Técnica e Econômica do Cultivo Do Cajueiro-Anão (*Anacardium Occidentale* L.) Na Regional De Jales-Sp.** Rev. Bras. Frutic., Jaboticabal - SP, v. 32, n. 2, p. 444-450, 2010

ARAÚJO, J. P. P. de. **Caju.** O produtor pergunta e a Embrapa responde / João Pratagil Pereira de Araújo, editor técnico. – 2. ed. rev. e ampl. – il. color. ; 16 cm x 22 cm. - (Coleção 500 perguntas, 500 respostas). Brasília, DF: Embrapa, 2015, 250 p.

BARROS, L.M.; PIMENTEL, C.R.M.; CORREA, M.P.F.; MESQUITA, A.L.M. **Recomendações técnicas para a cultura do cajueiro- anão -precoce.** Fortaleza: EMBRAPA- CNPAT, 1993. 65p. Disponível em: <https://www.infoteca.cnptia.embrapa.br/bitstream/doc/422092/1/Dc021.pdf> acesso em: 12/04/2017.

BELO, A. M. **Seleção de plantas precoces, caracterização fenológica, biométrica e fitopatológica de caju arbóreo do Cerrado (*Anacardium othonianum* Rizz).** 59f. Dissertação (Mestrado em Agronomia: Produção Vegetal). Escola de Agronomia, Universidade Federal de Goiás, Goiânia. 2014. Disponível em: <<https://ppga.agro.ufg.br/up/70/o/DISSERTA%C3%87%C3%83O...FINAL.pdf>>. Acesso em 27/08/2017.

CARMELIO, E. de C.. **Desenvolvimento Regional Sustentável:** Série cadernos de propostas para atuação em cadeias produtivas. Fruticultura – Caju. Vol. 4. Fundação Banco do Brasil. Brasília-DF. 2010. 44p.

CARVALHO, I. M. M.; QUEIROZ, J. H.; BRITO, L. F.; TOLEDO, R. C. L.; SOUZA, A. L. de. **O Consumo de Castanhas Pode reduzir o Risco de Processos Inflamatórios e Doenças Crônicas.** Enciclopédia Biosfera, Centro Científico Conhecer, Goiânia, v.8, n.15; 2012. Disponível em: <http://www.conhecer.org.br/enciclop/2012b/ciencias%20da%20saude/o%20consumo%20de%20castanhas.pdf> Acesso dia 09/09/2017.

COLLAÇO, J. H. L. **Gastronomia:** a trajetória de uma construção recente. Goiânia, v. 11, n.2, p. 203-222, jul./dez. 2013. Disponível em: <http://seer.pucgoias.edu.br/index.php/habitus/article/download/2865/1753> Acesso em : 09/09/2017

CORREIA, L. A. T.; BITTENCOURT, M. D. **Dicionário dos Alimentos.** IDM. Belo Horizonte (MG), 2012.

CRUZ, N. J. T. da; SILVA, M. V. da; MORAES FILHO, R. A. de. **Consumo dos principais produtos derivados do caju e potencialidade dos produtos alternativos do caju na cidade de Maceió-Alagoas.** Artigo. Apresentação oral. Comercialização, mercados e preços agrícolas. XLV Congresso da Sober. Universidade Federal Rural De Pernambuco, Recife-PE. 2007. 17p. Disponível em: <http://www.sober.org.br/palestra/6/874.pdf> aceso em: 15/04/2017.

EMATER. **Projeto Cajuína do Piauí:** Cajucultura – Informações Básicas, Implantação de Pomar e Aproveitamento do pedunclo. EMATER. Teresina-PI. 2004? 38p.

GOMES, J. **Os frutos sociais do caju.** Fundação Banco do Brasil/UNITRABALHO. São Paulo: Todos os Bichos, 2010. 203p.

LIMA, S.A.; ROSSIGNOL, J.A **Análise da pozolanicidade da cinza da casca da castanha do caju pelo método de difratometria de raios X.** Revista Matéria, v. 14, n. 1, p.680-688, 2009, disponível em: <http://www.producao.usp.br/bitstream/handle/BDP/11334/art...pdf?sequence=1>, acesso em 28/08/2017.

MARCONI, M. de A; LAKATOS, E. M. **Fundamentos de metodologia científica 1** Marina de Andrade Marconi, Eva Maria Lakatos. - 5. ed. - São Paulo : Atlas 2003.

NUNES, J. S.; MOREIRA, I. dos S.; OLIVEIRA, T. W. N.; FEITOSA, M. K. de Sá B.; CASTRO, D. S. de. **Produção, análise sensorial e físico-química de barras de cereal produzidas com derivados de caju.** Revista Verde (Mossoró – RN - Brasil), v. 8, n. 2, p. 178 - 182, abr – jun , 2013. Disponível em: <http://www.gvaa.com.br/revista/index.php/RVADS/article/download/2019/1736>. Acesso em 11/09/2017.

OLIVEIRA, V. H. de. **Cultivo do cajueiro anão precoce** / Vitor Hugo de Oliveira (Ed.) (Embrapa Agroindústria Tropical. Sistema de Produção, n. 1). Fortaleza: Embrapa Agroindústria Tropical, 2002.40 p. Disponível em: <https://www.agencia.cnptia.embrapa.br/gestor/territorio...> Acesso em: 18/07/2017.

OLIVEIRA, F. N.S.. **Sistemas de Produção 2:** Sistema de Produção para Manejo do Cajueiro Comum e Recuperação de Pomares Improdutivos. / Francisco Nelsieudes Sombra Oliveira (editortécnico). (Embrapa Agroindústria Tropical. Sistemas de Produção, n. 2). Fortaleza: Embrapa Agroindústria Tropical, 2007.36 p. Disponível em: <http://www.cnpat.embrapa.br...>. Acesso em: 27/06/2017.

PAVA, F.F. de A.; GARRUTI, D. dos S.; SILVA NETO, R.M. da. **Aproveitamento Industrial do caju.** Fortaleza: Embrapa-CNPAT/SEBRAE/CE, (Embrapa-CNPAT. Documentos, 38), 2000. 88p.

RIBEIRO, L. R. de N. **Cajuína do Piauí:** consumo e produção no município de São Raimundo Nonato-Piauí. 2017. 56f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) – Tecnologia em Gastronomia, IFPI, São Raimundo Nonato-PI, 2017.

MORGADO, M. L. C. **Reimplante dentário.** 1990. 51 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Especialização) - Faculdade de Odontologia, Universidade Camilo Castelo Branco, São Paulo, 1990.

SANCHO, S. de O. **Efeito do Processamento sobre características de qualidade do suco de caju (*Anacardium occidentale L.*)** . (Dissertação de Mestrado) -

Universidade Federal do Ceará, Fortaleza. 2006, disponível em:
<<http://www.ppgcta.ufc.br/sorayasancha.pdf>> , acesso dia 12/09/2017.

_____, et al. **Alterações químicas e físico - químicas no processamento de suco de caju (*Anacardium occidentale* L.)** . Ciênc. Tecnol. Aliment., Campinas, 27(4): 878-882, out.-dez. 2007, disponível em:
<http://www.scielo.br/pdf/cta/v27n4/31.pdf>, acesso dia 02/09/2017.

SEVERINO, A. J .**Metodologia do trabalho científico**. 23. ed. rev. e atual. São Paulo: Cortez, 2007.

SULZBACH, A.; MOY, G. M. S.; HWATASHI, K. M.; FIALHO, V. M. Z. B. **Alimentos funcionais: a saúde que vem do 'prato'**. Embrapa Uva e Vinho. (Reciclando Idéias, 10).Bento Gonçalves: Embrapa Uva e Vinho, 2012.Disponível em:
< <http://ainfo.cnptia.embrapa.br/digital/bitstream/item/58951/1/...> > . Acesso em 12/09/2017.