



TOFÚ COM ORÉGANO: VALOR ENERGÉTICO E PESQUISA DE MICROORGANISMOS DETERIORANTES E PATOGENICOS

Santana, D.D.¹, Malta, M.T.B.P.², Cardoso, M.H.³

¹Discente do Curso de Graduação em Nutrição - Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, e-mail: dias.danilo@hotmail.com

²Centro Multidisciplinar de Pesquisa e Extensão sobre o Envelhecimento - Hospital Universitário Gaffrée e Guinle - Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, Rio de Janeiro,

³Centro de Ciências Biológicas e da Saúde - Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, Rio de Janeiro.

Dos produtos derivados da soja, o tofu é um dos mais conhecidos e, na Ásia, em torno de 90% das proteínas da soja são consumidas na forma deste alimento. O tofu é preparação obtida do extrato hidrossolúvel de soja ao qual se adicionam sais ou ácidos para precipitação das proteínas, resultando em gel formado por rede protéica, com textura lisa, macia e elástica. É um derivado de soja que representa importante fonte de proteína, minerais e vitaminas, ao mesmo tempo que apresenta reduzido teor de gorduras saturadas e ausência total de colesterol. Como preparação saudável, de alto valor nutritivo e de custo reduzido, o tofu tem sido utilizado não raramente, como substituto de ovos, queijos, carnes e outros alimentos de origem animal em cardápios vegetarianos. O orégano (*Origanum vulgare L.*) é uma planta da família *Lamiaceae*, herbácea muito ramificada, utilizada como condimento e, medicinalmente, lhe são atribuídas diversas indicações. Este condimento é considerado agente antibacteriano, antifúngico, antiinflamatório, antioxidante, anticancerígeno, emoliente e digestivo. Todas essas características são atribuídas ao carvacrol, composto químico presente no orégano. Os objetivos deste trabalho foram propor uma formulação inovadora para o tofu, na qual se acrescentou o orégano; estabelecer o valor energético de uma porção de tofu com orégano; e pesquisar a presença de microrganismos deteriorantes e patogênicos nesta preparação, de acordo com as exigências preconizadas pela legislação brasileira. Neste trabalho, uma porção de 100 g de tofu com orégano apresentou 64 kcal. Os resultados microbiológicos mostraram ausência de *Salmonella* sp em 25 g, menos que 10E2 UFC/g de *Bacillus cereus*, menos que 10 UFC/g de Coliformes termotolerantes e menos que 10E2 UFC de Estafilococos coagulase positiva. Os autores concluíram que esta preparação está adequada para ser avaliada sensorialmente por idosos que participam do Programa Alimentação saudável e avaliação sensorial de preparações com soja por coletividades híidas e não híidas, premiado e contemplado pelo Edital n. 4 do ProExt 2011.

Agradecimentos: MEC SESu.