



O Trigo, o mais nobre dos cereais

O trigo é uma gramínea, um cereal fasciculado, de fruto oval pertencente à família Gramínea e do gênero Triticum, possuindo diversas espécies. O tipo de maior interesse comercial é o Triticum aestivum L. (trigo comum) utilizado na panificação, produção de bolos, biscoitos, massas e produtos de confeitaria. O tipo Triticum durum é mais especialmente destinado ao preparo de massas alimentícias.

O trigo é uma dos mais importantes grãos para a humanidade. Os principais produtores mundiais são: China EUA, Índia, Canadá e Rússia. Entre os maiores produtores destacam-se os EUA e o Canadá como grandes exportadores. Entre os importadores destacam-se a China, Índia, Rússia, Japão e Brasil.

O trigo vem crescendo por vários países pelo mundo. No Brasil, o trigo tem crescido em estados onde antes não era comum a sua presença, como por exemplo, Bahia, Goiás, etc.

O grão de trigo

O grão do trigo é a semente da qual a planta de trigo cresce, mantendo assim o ciclo contínuo. Cada semente contém três distintas partes que são objeto de separação durante o processo de moagem para produzir a farinha de trigo. O grão de trigo é o armazenador de nutrientes essenciais para a dieta do ser humano. As três principais partes do grão são: endosperma casca e germen.

Endosperma

Constitui aproximadamente 83% do peso do grão de trigo. Ele é a fonte de farinha branca de trigo. O endosperma contém a maior parte da proteína do grão inteiro, carboidratos, ferro como também algumas vitaminas do complexo B, tais como riboflavina, niacina e a tiamina.

Casca

Corresponde aproximadamente a 14,5% do peso do grão. A casca é incluída na farinha de trigo integral e também é encontrada separadamente, como no farelo de trigo e no remoído. Os nutrientes no trigo integral, onde a casca contém uma pequena quantidade de proteínas, larga quantidade de vitaminas do complexo B, traços de minerais, e material celulósico de difícil digestibilidade, também chamado de fibra alimentar.

Germe

Aproximadamente 2,5% do peso do grão de trigo. O germe é o embrião da semente, usualmente separado devida à quantidade limite de gordura que interfere na qualidade de conservação da farinha de trigo. Dos nutrientes no grão de trigo inteiro, o germe contém mínimas quantidades de proteínas, mas grande parte das vitaminas e traços de

minerais. O germe de trigo pode ser obtido separadamente, ou incluída na farinha de trigo integral.



O Valor nutricional do Trigo

Os alimentos derivados do trigo são boas fontes de carboidratos, proteínas, B-vitamina, ferro, zinco e traços de outros elementos, além de fibra alimentar.

Além disso, alimentos básicos do trigo são normalmente pobres em gordura e açúcar (por exemplo, o pão francês, chamado por diferentes nomes no território brasileiro: cacetinho, pão de trigo, pão d'água, etc), o macarrão, pela sua simples formulação: farinha de trigo ou sêmola, ou ainda sêmola de trigo durum, e ainda alguns tipos de biscoitos.

Os alimentos derivados do trigo não somente os básicos, resultantes da moagem do trigo, mas também itens baseados no trigo que inclui ingredientes adicionais, são largamente presentes nas mesas dos brasileiros. Estes produtos incluem-se pães, biscoitos creme crackers, massas secas (macarrão, espaguete, etc), frescas, recheadas, etc, e outros.

Uma série de produtos instantâneos tem surgido no mercado, exatamente, pelas mudanças nos hábitos dos consumidores:

noodles e macarrão instantâneo. Também produtos semiprontos, elaborados, que utilizam a farinha de trigo, por exemplo, tortas salgadas e doces, pizzas prontas, ou semiprontos, lasanhas, etc. Eles contêm carboidratos complexos, uma forma preferida de alimento com capacidade energética que vai sendo liberada devagar após ter sido ingerida.

Segundo pesquisas da Maxxi Foods Consultoria, existe alguns produtos de consumo menos constantes, tais como os snacks: pretzels, pretzels palitos, nachos, salgadinhos de trigo, pingo de trigo, e até mesmo amendoim empanado com farinha de trigo.

A farinha de trigo ainda é utilizada em molhos de carne, cremes de ervilha, cebola, legumes, etc, com incremento de vendas anual, principalmente no inverno.

A farinha de trigo é também utilizada para empanar uma série de produtos fritos, para isso trabalha-se a granulométrica da farinha, resultando assim em tipos diferentes de produtos para empanar.

Consumo de derivados do Trigo

Várias campanhas no Brasil, apresentam o valor do pão, do macarrão e outros derivados do trigo na alimentação do brasileiro.

Não obstante as qualidades para a importância dos derivados do trigo na alimentação e saúde dos alimentos, o per capita brasileiro poderia ser maior, hoje consomem-se 50 kg de farinha de trigo/ano, sendo o pão responsável por 54%, ou seja, 27 kg/per capita ano, massas 12%, 5,9 kg, biscoitos, 11%, o que representa 5,5 kg/ano, farinha de uso residencial, 10%, 5 kg/ano e em outras aplicações temos 12%, 6 kg/ano. Portanto, os pães artesanais e industriais são os alimentos derivados do trigo mais

consumido no Brasil. Historicamente tem sido uma tendência das pessoas movendo-se do campo para as cidades atrás de trabalho, com a vinda para a cidade estes passam a requerer menos calorias de consumo, pois as atividades que exerciam eram mais braçais. De uma forma geral as pessoas passam a gastar mais com alimentos com algum maior grau de processamento, entre estes se destacam os light, diet, funcionais, etc. Gradativamente, os consumidores passam a levar em consideração não só o custo, mas os efeitos para a sua saúde e não só o produto como fator de suprir a fome, destaca-se também um grupo crescente que visualiza prazer que este lhe proporciona.

Nutrientes

Como definido na Resolução RDC n. 360, de 23 de Dezembro de 2003 (Anvisa), nutriente é qualquer substância química consumida normalmente como componente de um alimento, que: proporciona energia; e ou é necessária ou contribua para o crescimento, desenvolvimento e a manutenção da saúde e da vida; e ou cuja carência possa ocasionar mudanças químicas ou fisiológicas características.

Comida e nutrição são duas coisas distintas. Os humanos se alimentam para conseguirem nutrientes. Todos os alimentos contêm calorias, que são a primeira necessidade básica do corpo humano. Calorias representam a avaliação de qualquer alimento. Energia é necessária para que o corpo humano possa fazer uso completo dos nutrientes proteínas, carboidratos, gordura, vitaminas, minerais e água na dieta. Pessoas precisam de calorias todos os dias para manter seus corpos funcionando



**Pesca - Ferragens
Cutelaria - Camping
Mergulho - Rapel**

COPESCAL

Rua Barão de Atalaia, 269/277
copescal@pop.com.br

 **3223-6388**

M.H. DE MELO
CENTRAL AGROPECUÁRIA

M. H. DE
Hermes de Melo

(82) 3241-7452 / 3690

Rua Tereza de Azevedo, 1.167 - Farol - CEP 57052-600 - Maceió - AL