

CONVERSAS DE FACA E ALGUIDAR

SOBREMESA DE ANANÁS

INGREDIENTES

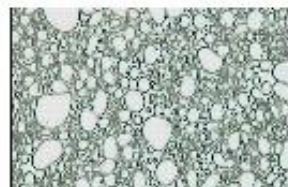
- 1 lata de ananás em pedaços
- 1 lata de leite evaporado
- 1 pacote de gelatina de ananás

PROCEDIMENTO

- Deitar, a frio, a gelatina na calda do ananás. Deixar uns minutos.
 - Levar ao lume brando (para não queimar), até dissolver.
 - Bater, numa tigela, o leite evaporado até formar uma espuma volumosa (é bastante mais prático usar uma batedeira).
- Na cozinha, as espumas preparam-se introduzindo um gás num preparado. Na nossa sobremesa esse gás é o ar, tal como nas claras em castelo.
- Juntar, a esta espuma, a gelatina dissolvida, já quase fria, mexendo cuidadosamente para não se perderem as bolhas de ar que foram introduzidas.
 - Juntar pedaços de ananás e mexer também com muito cuidado.
 - Levar ao frigorífico.
- Passadas umas horas terá um sobremesa gelificada e ótima.

Pode ocorrer-lhe a ideia de usar ananás fresco. Poderia até ficar melhor! Podia, mas não fica, pela simples razão de que não solidificava (não gelificava). É mesmo verdade! E sabe porquê?

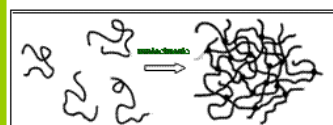
Bom, para lhe darmos a resposta, temos antes que lhe falar de algumas coisas. E a primeira é a de que a gelatina é uma proteína, ou seja, uma molécula com a forma de colar, cujas pedras são aminoácidos (há 21 aminoácidos diferentes). A gelatina é extraída de tecidos animais. Nunca viu uma camada gelatinosa no molho que se forma no peixe ou carne assada? Pois trata-se exactamente de gelatina. Ora, quando aquecemos a nossa gelatina de ananás com a calda, esses “colares” “passeiam-se” na solução, dado que o calor aumenta a agitação das moléculas. Mas quando começa a arrefecer, o movimento das moléculas torna-se mais lento e elas, por vezes, encontram-se e, nessa altura, ligam-se entre si nalguns pontos. De tal modo que, quando tudo fica mesmo frio, acabam por formar uma espécie de rede a 3 dimensões, na qual fica aprisionada a calda do ananás (que é água mais sumo). Daí a consistência final, semi-sólida, que todos conhecemos.



Fotografia de espuma (ou mousse) observada ao microscópio.



Colares



Rede formada por moléculas



SOBREMESA DE ANANÁS (cont.)

Acontece que o ananás fresco contém uma enzima que faz com que os “colares” de proteína sejam cortados em pedaços muito pequenos. E com pedaços pequenos já não é possível formar-se a rede de que falámos. Resultado: a nossa sobremesa fica líquida.

Já ouviu falar de enzimas? Apostamos em como ouviu falar delas nos anúncios de detergentes. As enzimas são os chamados “glutões”. Os “glutões” dos detergentes cortam as moléculas que constituem as nódoas, tal como os “glutões” do ananás cortam as proteínas. No nosso caso, os “colares” de gelatina.

E o ananás não é o único “mau da fita”. Experimente substituir o ananás fresco por figos, kiwis, papaias ou gengibre, e não vai ter mais sorte.

Mas fica uma pergunta no ar: por que razão com ananás em lata não há problemas? E a resposta é: o ananás em lata foi como que esterilizado antes de ser enlatado, para se conservar sem problemas. Essa esterilização é feita através de calor, que faz com que a enzima perca a sua actividade. Não há então cortes dos “colares” e tudo corre pelo melhor. Mas se em casa só tiver ananás fresco, também o pode usar, desde que o leve ao lume com um pouco com água, e deixe ferver durante 5 minutos. Perde sabor, mas consegue a consistência desejada.

Um aviso: Estamos a falar de gelatina. Há embalagens que dizem gelatina mas que, se verificarmos a composição, se percebe que se trata de um hidrato de carbono. E as enzimas do ananás, do kiwi, da papaia ou do gengibre não “se metem” com hidratos de carbono Só com proteínas.

