



AS ALGAS NA NOSSA ALIMENTAÇÃO

Faz as tuas próprias gomas!

Informação de apoio:

O agar é um ficocolóide (fico=alga, colóide=gel) extraído de diversas algas vermelhas (denominadas de agarófitas) insolúvel em água fria mas com a capacidade de absorver água até cerca de vinte vezes o seu próprio peso tornando-se num gel.

Em Portugal, as algas com maior procura, devido ao seu conteúdo em agar, são o *Gelidium corneum*, colhido na zona Centro e Sul da costa portuguesa e a *Pterocladia capillacea*, colhida nos Açores.

O agar é normalmente vendido sob a forma de pó ou como tiras de algas secas sendo usado na indústria alimentar como aditivo natural aprovados para uso na União Europeia – E406.

Procedimento:

Ingredientes

1 litro de água

500 gramas de frutose

5 colheres (sopa) de Agar – cerca de 20 gramas

1 colher (chá) de essência (do sabor desejado)

1 colher (chá) de corante (conforme o sabor da essência)

Açúcar cristalizado para polvilhar



AS ALGAS NA NOSSA ALIMENTAÇÃO

Preparação:

1. Ao lume misture, numa panela grande, a água e a frutose.
2. Numa taça grande dissolva o agar em água e transfira-o para a panela.
3. Retire a mistura do fogo.
4. Divida a mistura por diferentes recipientes adicionando-lhes o corante e os sumos de frutas correspondentes. Misture até obter uma calda homogénea. Formará diferentes caldas coloridas.
5. Coloque as caldas nas formas.
6. Deixe descansar por 12 horas.
7. Retire as gomas da forma e passe pelo açúcar cristalizado.
8. BOM APETITE!

Para obter formatos alternativos poderá utilizar cuvetes de gelo com formatos originais ou moldes de silicone para fins alimentares. Uma outra alternativa é utilizar amido de milho. Neste último poderá imprimir os formatos que desejar, tendo apenas o cuidado de, após ter retirado a goma, lavá-la em água corrente para lavar o amido e só passar o açúcar quando esta já estiver seca.

Uma receita alternativa e mais resumida será o uso de sumos de fruta coloridos aos quais se adiciona o agar. Poderá poupar tempo, ingredientes e muito trabalho!