

## **Massa funcional: pizza saudável e menos calórica**

No verão, é natural que homens e mulheres passem a se preocupar mais com alimentação para poder exibir um corpo esbelto e sarado para o Carnaval. Mas como manter a silhueta enxuta diante de tantas tentações? Pode até parecer estranho, mas a pizza pode ser uma opção gastronômica saudável. Como? Bom, o segredo não é só a combinação equilibrada de ingredientes, mas também uma massa nutritiva e de baixo teor calórico. A pizzaria Kokimbos, em Santos (litoral de São Paulo), oferece ao cliente a opção da massa funcional, feita à base da biomassa da banana verde cozida. O ingrediente, além de super nutritivo, previne doenças. Sua utilização na massa diminui as calorias em até 15,93% e a quantidade de gorduras, em 11,84%.

Com a banana verde, a massa fininha e crocante, marca registrada da casa, ganha em sua composição 80,15% mais fibras alimentares, importantes na regularização do sistema digestivo e até para o emagrecimento. “A banana verde é considerada um alimento funcional porque apresenta alto conteúdo de amido resistente presente na polpa da fruta. O benefício desse amido é similar ao da fibra alimentar”, explicou a nutricionista Nathália Nahas Grijó Guedes.

Especialista em Gastroenterologia Pediátrica e Nutrição Humana, ela ressaltou que o ingrediente pode ser fermentado no intestino grosso e, com isso, produzir substâncias que servem como fonte de energia para a produção das bactérias benéficas do sistema digestivo e auxiliar na criação de uma espécie de barreira para a entrada de substâncias maléficas. Por isso, o consumo da banana verde auxilia na digestão dos alimentos, previne o desenvolvimento de doenças como o câncer de intestino, reduz o colesterol e ajuda no tratamento da pressão arterial, da depressão e de câimbras.

E o melhor é que com a utilização deste “remédio natural” na composição da massa, não há alteração de sabor nem de textura. Ela continua deliciosa e crocante. A opção custa R\$ 3,00 adicionais ao valor da pizza.

### **A Massa Funcional**

A massa é funcional, produzida com a Biomassa da Banana Verde, é uma inovação tecnológica produzida pela Vale Mais. O insumo é um espessante alimentar que substitui parcial ou integralmente a farinha de trigo, fécula de mandioca, amido de milho, leite em pó e a farinha de soja nos mais variados alimentos, como: pizzas, massas, biscoitos, sorvetes, embutidos de carne, pães, sucos.

Para que fosse possível desenvolver a inovação gastronômica, sem perder o padrão Kokimbos de qualidade, foram necessários cerca de dois meses. Desta forma, foram realizados diversos estudos e testes com profissionais culinharistas e nutricionistas.

Segundo Frederico Sanchez Cidral, um dos proprietários da Kokimbos, a receita da massa da pizza precisou de um equilíbrio nos ingredientes originais, para que o produto mantivesse a textura e o peso, adicionando leveza e crocância. Todo esse trabalho teve a supervisão e apoio da professora e responsável técnica da agroindústria Vale Mais Elizabete Lourenço da Costa, com pós-doutorado em Nutrição.

O coordenador executivo da Vale Mais, Cleonildo Xavier Filho, esclarece que a Biomassa é considerada um "alimento funcional" porque é capaz de proporcionar benefícios nutricionais, dietéticos e metabólicos específicos, contribuindo para o controle e redução do risco de doenças e inclusive de peso. "Suas propriedades produzem uma sensação de saciedade maior, uma vez que melhoram o trânsito intestinal", enfatiza.

A Kokimbos tem três unidades em Santos que funcionam a partir das 19 horas. No Boqueirão, fica na Rua da Paz, 61, e o telefone é (13) 3284-7020. A unidade da Pompeia está localizada na Rua Euclides da Cunha, 284 – telefone: (13) 3252-5562. Na Ponta da Praia, o endereço é Avenida dos Bancários, 64, e a casa atende pelo (13) 3227-9969. [www.kokimbos.com.br](http://www.kokimbos.com.br).

**Fonte: Assessoria de Imprensa Kokimbos**