



Anhanguera

5º Expo

FARMA

Tepache: Da Tradição à Inovação - Explorando seus Potenciais Terapêuticos e a Arte da Fermentação

Mostra Científica

Autor(res)

Benilson Beloti Barreto

Edson Rodrigues Dos Santos

Bianca Correia Dos Santos

Sabrina Costa De Oliveira

Ana Paula Da Silva

Layneey Martins



<https://linktr.ee/expofarmadf>

Augusto Cezar Dos Santos Noieto

Larissa Dos Reis Oliveira

Fernando Ramos Martins Pombeiro

Alexia Scorza Marinho Barbosa

### **Categoria do Trabalho**

Trabalho Acadêmico

### **Instituição**

FACULDADE ANHANGUERA DE BRASÍLIA

### **Introdução**

O Tepache é uma bebida fermentada de origem mexicana que, ao longo dos séculos, se tornou um símbolo da identidade culinária do país. Com suas raízes profundas na cultura pré-colombiana, o Tepache foi inicialmente preparado pelos povos indígenas como uma forma de aproveitar integralmente o abacaxi, utilizando não apenas sua polpa suculenta, mas também sua casca, que muitas vezes era descartada. Esse processo de aproveitamento demonstra a sabedoria ancestral dessas comunidades em transformar ingredientes simples em algo extraordinário. Assim, o Tepache não é apenas uma bebida, mas sim um elo entre o passado e o presente, carregando consigo a história e os sabores de gerações passadas.

### **Objetivo**

O objetivo deste estudo é explorar os benefícios do tepache. Especificamente, o foco será em entender como é preparado o refrigerante natural e como pode beneficiar as pessoas.

### **Material e Métodos**

Para a elaboração deste trabalho, adotou-se uma metodologia de pesquisa que incluiu a consulta a fontes confiáveis e especializadas sobre o tema do Tepache e sua preparação. Os principais sites utilizados foram o The Spruce Eats e Cultura Colectiva, conhecidos por oferecerem informações detalhadas sobre culinária e cultura mexicana. Além disso, foram consultados artigos acadêmicos e literatura especializada em fermentação e benefícios para a saúde de alimentos fermentados.



Anhanguera

5º Expo

FARMA

Mostra Científica

### Resultados e Discussão

O processo de fazer Tepache é relativamente simples, mas requer paciência e atenção aos detalhes para garantir um resultado ótimo. Para começar, é necessário reunir os ingredientes frescos e de qualidade. A casca do abacaxi deve ser cortada em pedaços e colocada em um recipiente de vidro, juntando-se ao açúcar mascavo na proporção adequada. Uma vez montado o recipiente, adicionam-se especiarias como gengibre, canela e cravo-da-índia para dar sabor e aroma à bebida. Em seguida, o recipiente é coberto e deixado na temperatura ambiente por alguns dias para permitir que a fermentação ocorra naturalmente. Durante esse período, os açúcares presentes na casca do abacaxi são convertidos em álcool e ácidos acéticos pelos microrganismos presentes no ambiente, resultando na formação de probióticos benéficos para a saúde intestinal.



<https://linktr.ee/expofarmadl>

### Conclusão

Graças à presença de probióticos e enzimas digestivas, o Tepache pode ajudar a melhorar a saúde intestinal, promovendo uma digestão saudável e prevenindo problemas como constipação. A simplicidade e versatilidade do Tepache o tornam acessível a todos, sendo uma alternativa saudável e econômica às bebidas industrializadas.

### Referências

MARCO ML, HEENEY D, BINDA S, CIFELLI CJ, COTTER PD, FOLIGNÉ B, GÄNZLE M, KORT R, PASIN G, PIHLANTO A, SMID EJ, HUTKINS R. Health benefits of fermented foods: microbiota and beyond. *Curr Opin Biotechnol*. 2017

ESCALANTE-ABURTO, A., GÓMEZ-ALDAPA, C. A., & FRANCO-MONTOYA, M. L. (2014). Estudo da Capacidade Bactericida do Tepache Utilizando Casca de Abacaxi. *Fermentation*, 1(1), 48-59.

TAUSSIG, S. J., & BATKIN, S. (1988). Bromelina, o Complexo Enzimático do Abacaxi (*Ananas comosus*) e sua Aplicação Clínica. Uma Atualização. *Jornal de Etnofarmacologia*, 22(2), 191-203 2017.