



XX ENCONTRO NACIONAL DE ENGENHARIA E DESENVOLVIMENTO SOCIAL
Construindo uma Engenharia Decolonial para a Soberania Digital e Popular
29 a 31 de outubro de 2025
Campinas - SP, Brasil

Circuito Gastronômico Colheita de Sabores de Itaipuaçu: a abóbora como elo entre agricultores locais e restaurantes em Maricá, RJ

Caique Monteiro Matheus, Universidade Federal do Rio de Janeiro,
contact.caiquemonteiro@gmail.com

Aline Gomes Costa, Universidade Federal do Rio de Janeiro,
aline.costa@ufrj.com

Rudel Farias Fevereiro, Universidade Federal do Rio de Janeiro,
rudelff@gmail.com

Raul Pimenta Corrêa da Silva, Universidade Federal do Rio de Janeiro,
pimenta.1995@yahoo.com.br

Saulo Manassés Muniz Faria, Universidade Federal do Rio de Janeiro,
saulomanassesm@gmail.com

Daniela Alves Minuzzo, Universidade Federal do Rio de Janeiro,
daniela.gastronomia@ufrj.br

Mara Cnop, Universidade Federal do Rio de Janeiro,
maracnop@gmail.com

Ivan Bursztyn, Universidade Federal do Rio de Janeiro,
ivan.bursztyn@gmail.com

Maria Eliza Assis dos Passos, Universidade Federal do Rio de Janeiro,
elizapassos@nutricao.ufrj.br



XX ENCONTRO NACIONAL DE ENGENHARIA E DESENVOLVIMENTO SOCIAL
Construindo uma Engenharia Decolonial para a Soberania Digital e Popular
29 a 31 de outubro de 2025
Campinas - SP, Brasil

RELATO DE EXPERIÊNCIA TÉCNICA

EIXO TEMÁTICO: ECONOMIA SOLIDÁRIA, INCUBAÇÃO, TRABALHO E GESTÃO

RESUMO

O projeto Comida de Origem, vinculado à UFRJ, propõe a valorização de produtos territoriais no mercado gastronômico por meio de ações que aproximam produtores e restaurantes. Em Maricá (RJ), foi realizada uma atividade preparatória para o “Circuito Gastronômico Colheita de Sabores Itaipuaçu – 1ª edição: Abóbora”, envolvendo pesquisa, desenvolvimento de receitas e experimentação culinária com foco na utilização integral da abóbora. A experiência, que uniu agricultores, estudantes e representantes de restaurantes locais, evidenciou desafios e possibilidades técnicas, contribuindo para a formação de profissionais conscientes e a construção de sistemas alimentares mais sustentáveis e justos. O processo fortaleceu o diálogo entre campo e cidade, promovendo o uso de saberes locais e práticas colaborativas como estratégia para o desenvolvimento territorial e a soberania alimentar.

PALAVRAS-CHAVE: Gastronomia. Sustentabilidade. Território. Economia circular. Abóbora.

CONTEXTO

A crescente pressão social – impulsionada pela degradação dos recursos naturais em decorrência de práticas de produção e consumo insustentáveis – evidencia a urgência por mudanças estruturais nos modos de relação entre sociedade e ambiente (Hall e Vrendenburg, 2003). Adequar-se às lógicas de práticas sustentáveis deixou de ser um diferencial competitivo e passou a integrar o planejamento estratégico de longo prazo das empresas. Como aponta Claro (2014), há uma necessidade crescente de alinhar tais práticas ao núcleo central das operações empresariais, tornando a sustentabilidade uma diretriz fundamental da gestão.

Dentro do contexto de serviços de alimentação e bebidas, essa transformação passa, necessariamente, pela valorização de modelos que promovam a sustentabilidade e o fortalecimento de meios de produção alimentares locais. Nesse cenário, a relação direta entre produtores e consumidores de alimentos se destaca como uma estratégia central na construção de sistemas mais justos, capazes de redistribuir valor ao longo da cadeia e fortalecer territórios.



XX ENCONTRO NACIONAL DE ENGENHARIA E DESENVOLVIMENTO SOCIAL
Construindo uma Engenharia Decolonial para a Soberania Digital e Popular
29 a 31 de outubro de 2025
Campinas - SP, Brasil

A aquisição de insumos oriundos da agricultura familiar, por exemplo, desafia o paradigma do agronegócio ao priorizar circuitos curtos, pautados em práticas mais alinhadas à soberania alimentar. Mais do que uma escolha operacional, essa reaproximação entre quem produz e quem comercializa ou consome os alimentos carrega implicações éticas importantes. Como alerta Bauman (2001), a modernidade líquida contribui para relações de consumo marcadas pelo distanciamento e pela indiferença moral, nas quais os sujeitos deixam de se reconhecer responsáveis pelas consequências sociais e ambientais de seus hábitos. Ao encurtar os circuitos alimentares, portanto, reforça-se também o compromisso com formas mais conscientes, solidárias e responsáveis de se alimentar o mundo.

É nesse cenário que se insere o projeto “Comida de Origem: plataforma para valorização dos produtos de origem territorial no mercado gastronômico”, vinculado ao curso de Gastronomia da Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ), que busca impactar os diferentes atores da cadeia produtiva dos alimentos, fortalecendo o diálogo entre campo e cidade, tendo a gastronomia como protagonista. Atualmente, o projeto realiza atividades no município de Maricá, no estado do Rio de Janeiro, buscando estreitar o diálogo da terra à mesa. Entre os meses de agosto e setembro de 2025, ocorrerá o “Circuito Gastronômico Colheita de Sabores Itaipuaçu – 1ª edição: Abóbora”, com o objetivo de incentivar a cooperação entre restaurantes da região e fortalecer a relação dos restaurantes com a produção local.

Esse circuito surgiu a partir do interesse de donos de restaurantes do bairro de Itaipuaçu de construir ações enraizadas no território. Em parceria, está o projeto Ecossistemas Cooperativos e Desenvolvimento Local na cidade de Maricá (ECT Maricá), pertencente ao Programa de Engenharia de Produção (COPPE/UFRJ) vinculado ao Instituto de Ciência, Tecnologia e Inovação de Maricá (ICTIM) e o projeto Comida de Origem (INJC/UFRJ).

A abóbora – ingrediente protagonista do evento –, será disponibilizada pelo sítio agroecológico Beni & Naza para os estabelecimentos participantes.



XX ENCONTRO NACIONAL DE ENGENHARIA E DESENVOLVIMENTO SOCIAL
Construindo uma Engenharia Decolonial para a Soberania Digital e Popular
29 a 31 de outubro de 2025
Campinas - SP, Brasil

A escolha do insumo tema central do evento foi definido a partir de reuniões com uma agricultora que está com grande volume de produção de cinco tipos de abóbora, Sergipana, Moranga Coroa, Caravela, Itapuã 301/Jacarezinho e Menina Brasileira, sem destino de escoamento. A abóbora, portanto, será o ingrediente protagonista do evento, e disponibilizada pelo sítio agroecológico Beni & Naza para os estabelecimentos participantes. Assim, todo o calendário do circuito foi planejado entre pesquisadores, agricultores e restaurantes em respeito à sazonalidade e à colheita das abóboras, que ocorrerá em meados de agosto de 2025.

O presente trabalho tem como objetivo apresentar a realização de uma atividade tipo oficina pensada e executada pelo projeto Comida de Origem sobre os usos culinários da abóbora para restaurantes participantes de um circuito gastronômico, como forma de auxiliar na construção do conceito e da ideia dos pratos a serem oferecidos, voltado à experimentação culinária com foco na utilização integral do insumo e suas diferentes aplicações.

METODOLOGIA

Trata-se de um relato de experiência, descritivo e reflexivo. A análise ocorrerá com base nas etapas da oficina criada. A oficina foi realizada no Restaurante Escola, localizado no centro de Maricá, e estruturada em quatro etapas teóricas e práticas que integraram planejamento, pesquisa, aplicação culinária e troca com os restaurantes participantes.

1. PLANEJAMENTO E ALINHAMENTO

Na **primeira etapa**, foi realizada uma reunião de alinhamento entre a equipe do projeto Comida de Origem, na qual foram definidas as perspectivas da ação e a organização geral da atividade. Deliberou-se pela construção de um material teórico-prático (um livreto) que serviria de base conceitual e guia técnico para os participantes.

2. PRODUÇÃO DE MATERIAL DE APOIO



XX ENCONTRO NACIONAL DE ENGENHARIA E DESENVOLVIMENTO SOCIAL

Construindo uma Engenharia Decolonial para a Soberania Digital e Popular

29 a 31 de outubro de 2025

Campinas - SP, Brasil

A **segunda etapa** consistiu na elaboração do livreto, contendo informações sobre as variedades de abóboras utilizadas, técnicas de cocção e armazenamento, possibilidades de harmonização, sugestões de aproveitamento integral e receitas indicadas. Para isso, foi feita uma extensa pesquisa em diversas fontes de informação. Esse material, após concluído, serviu de apoio para os participantes, sistematizou os conhecimentos aplicados e, além disso, serviu como referência para a lista de compras definida para a terceira etapa.

3. DESENVOLVIMENTO E TESTES DAS PREPARAÇÕES

Na **terceira etapa**, foi realizada a prática culinária com foco no desenvolvimento e teste das receitas. Essa fase foi marcada por uma série de desafios técnicos e decisórios, que exigiam não apenas conhecimento prévio de técnicas culinárias e gestão, mas também flexibilidade e capacidade de adaptação diante das condições reais da cozinha e das limitações de insumos e adequação de proporções.

Inicialmente, a definição das preparações se deu a partir de critérios como: viabilidade de execução com os recursos disponíveis, valorização do sabor da abóbora em diferentes formas de preparo (assada, cozida, em purê, incorporada às massas), preparações fora do usual e que apresentassem novas perspectivas de usos para a mesma (churros, brioche, risoto), aproveitamento integral do insumo (incluindo casca e sementes) e compatibilidade com os perfis dos restaurantes envolvidos. As receitas foram pensadas para serem versáteis, com potencial de aplicação em estabelecimentos com diferentes estruturas e propostas de serviços gastronômicos, como hamburguerias, padarias, botecos, entre outros. O desenvolvimento da lista de compras foi realizado após a definição das receitas a serem apresentadas e suas respectivas quantidades necessárias.

Para definir os métodos de cocção mais adequados e os tipos de abóbora recomendados para cada preparação foram realizados testes práticos com diferentes técnicas de cozimento. Avaliaram-se o tempo de cocção em água e as texturas



XX ENCONTRO NACIONAL DE ENGENHARIA E DESENVOLVIMENTO SOCIAL
Construindo uma Engenharia Decolonial para a Soberania Digital e Popular
29 a 31 de outubro de 2025
Campinas - SP, Brasil

resultantes de cada variedade. Também foram testadas preparações de chips de abóbora, tanto assados no forno quanto fritos em óleo. Todos os resultados foram apresentados e discutidos com os participantes da atividade.

Em razão de limitações logísticas, nem todas as variedades de abóbora inicialmente previstas estavam disponíveis no dia dos testes. Dos cinco tipos de abóboras, foram usados apenas os tipos Menina Brasileira e Sergipana, e adicionalmente a Japonesa devido a sua similaridade com a variedade Moranga. Com isso, optou-se pelo uso da abóbora japonesa como base para a maior parte das preparações. Essa substituição, embora necessária, demandou testes, principalmente em relação ao tempo de cocção, teor de umidade e rendimento final. Por consequência, resultaram em alterações nas fichas técnicas de preparo a serem disponibilizadas na oficina.

Um aspecto importante foi o fato das fichas técnicas de preparo serem produzidas antes da execução dos testes – o que foge da ordem ideal no planejamento de preparações culinárias. Essa inversão do processo impôs aos estudantes do curso de gastronomia, integrantes do projeto, o desafio de adaptar, em tempo real, proporções, técnicas e combinações, à medida que as receitas eram preparadas, como as alterações em decorrência dos testes de métodos de cocção com a abóbora mencionados anteriormente. A experiência prática revelou, por exemplo, que a textura do purê de abóbora variava significativamente de acordo com o tipo de cocção aplicado (forno ou vapor), influenciando diretamente na estrutura de massas como nhoques e pães.

Além da textura, os diferentes métodos de cocção também resultaram em diferentes níveis de sabor. Quando cozida em calor seco (no forno) a 180°C, ocorre a reação de Maillard (Silvia, Maria de Fátima - 2012), processo em que o calor intenso e seco (cessamento de contato com água) faz com que os açúcares e aminoácidos presentes quebrem e se transformem em compostos mais complexos, o que altera tanto o sabor quanto a aparência. A superfície começa a dourar, surgem notas doces e levemente tostadas, e a textura se transforma, com uma parte externa mais firme ou



XX ENCONTRO NACIONAL DE ENGENHARIA E DESENVOLVIMENTO SOCIAL
Construindo uma Engenharia Decolonial para a Soberania Digital e Popular
29 a 31 de outubro de 2025
Campinas - SP, Brasil

levemente crocante e um interior macio. Já no cozimento em calor úmido (a vapor), a abóbora não sofre nenhum processo de caramelização, ela apenas é cozida sem grandes alterações na sua estrutura. Além disso, ela absorve mais líquido e fica menos espessa ao ser processada. Esses dois métodos, ainda que resultem em uma abóbora cozida que pode se tornar um purê a ser adicionado em preparações, apresentam diferentes notas de sabor e textura que podem ser aproveitadas em diferentes tipos de pratos, o que desafia e estimula os estudantes a pensarem em criações inovadoras com todos os métodos testados com o insumo.

O comportamento das sementes também chamou atenção. Quando tostadas com sal e azeite, apresentaram boa crocância e passaram a ser exploradas como elementos de finalização dos pratos apresentados, além de uma opção interessante para petiscos. Outro aspecto interessante sobre as sementes da abóbora é a possibilidade de utilizá-las como espessantes para caldos, ou como ingrediente-base para molho pesto, o que explora diferentes fins para uma parte do vegetal que é geralmente descartada e, por consequência direta, atende às demandas de aproveitamento integral de alimentos.

4. APRESENTAÇÃO E AVALIAÇÃO

Por fim, na **quarta etapa**, os preparos desenvolvidos foram apresentados e degustados junto aos representantes dos restaurantes participantes e à equipe do projeto, permitindo trocas diretas, *feedbacks* e contribuições seguindo uma organização reflexiva, para a aplicação futura das receitas no circuito.

RESULTADOS

A presente experimentação com os restaurantes do Circuito de Sabores de Itaipuaçu foi marcada por uma forte receptividade e bom engajamento. Ao longo da ação, os representantes dos estabelecimentos interagiram ativamente e demonstraram profundo interesse no que estava sendo apresentado e suas possíveis aplicabilidades, com a perspectiva de que os conteúdos abordados no Restaurante Escola sejam



XX ENCONTRO NACIONAL DE ENGENHARIA E DESENVOLVIMENTO SOCIAL
Construindo uma Engenharia Decolonial para a Soberania Digital e Popular
29 a 31 de outubro de 2025
Campinas - SP, Brasil

implementados de maneira proveitosa nos pratos que serão servidos durante o circuito.

Figura 1 - Registros da oficina realizada para o Circuito Gastronômico Colheita de Sabores de Itaipuaçu, 2025.



Fonte: Os autores, 2025.

Durante a prática, as decisões foram tomadas de forma colaborativa entre os integrantes da equipe, com divisão espontânea de tarefas e momentos de troca técnica entre os estudantes. A presença de uma base técnica comum favoreceu o diálogo, e a escuta coletiva foi um dos fatores que contribuiu para a fluidez da execução, mesmo diante de improvisações. Um momento emblemático da atividade foi identificado a partir de uma indagação sobre a possibilidade do consumo da folha de abóbora. A resposta da agricultora do sítio Bene & Naza, apoiada em sua experiência no cultivo e manejo do alimento, proporcionou uma síntese entre saberes populares e técnicos, o que proporcionou uma reflexão sobre aproveitamento integral e valorização de plantas alimentícias não convencionais (PANCs).



XX ENCONTRO NACIONAL DE ENGENHARIA E DESENVOLVIMENTO SOCIAL
Construindo uma Engenharia Decolonial para a Soberania Digital e Popular
29 a 31 de outubro de 2025
Campinas - SP, Brasil

A perspectiva é que, com o tempo, os próprios estabelecimentos possam dar seguimento às práticas apresentadas sem a necessidade da mediação do projeto atual e, a partir disso, possam utilizar os dados coletados para implementação de outros eventos, a fim de trazer um maior protagonismo para esses atores. Nesse cenário, a tecnologia social compreende, assim, produtos, técnicas ou metodologias reaplicáveis, desenvolvidas na interação com uma coletividade e que representa efetivas soluções de transformação social” (Baumgarten, 2006, p.1). Dessa maneira, a atividade realizada através das parcerias citadas anteriormente se demonstra como um grande agente de mudança nas relações que operam dentro da cadeia produtiva da região. Como retorno da experiência, a proprietária de um dos restaurantes participantes relatou:

Em nenhum evento que participei na cidade foi nos ensinado possibilidades de uso antes de utilizarmos o insumo. Aprender a como utilizar um insumo antes de pensar no produto elaborado é muito importante porque a gente tem não somente as nossas percepções e isso abre um leque de possibilidades [...] Percebemos que eles estudaram para repassar o que a gente mostrou de dúvidas para eles, trouxeram exatamente o que a gente pediu e muito mais [...] Uma coisa que achei muito importante foi juntar o produtor nesse momento porque, por exemplo, a gente descobriu ali que não poderíamos usar a folha ou a flor da abóbora. Possibilidades que só o produtor saberia.

Este relato evidencia a importância do papel da Gastronomia na integração entre produção e consumo ao viabilizar técnicas que buscam valorizar ao máximo as possibilidades de diferentes insumos, convencionais ou não, aos consumidores.

REFERÊNCIAS

BAUMGARTEN, M. Tecnologias sociais e inovação social. In: Cattani AD, Holzmann L, organizadores. Dicionário de trabalho e tecnologia. Porto Alegre: Editora da UFRGS; 2006. Acesso em: 26 jul 2025.

CLARO, Priscila Borin de Oliveira; CLARO, Danny Pimentel. Sustentabilidade estratégica: existe retorno no longo prazo? *Revista de Administração (São Paulo)*, São Paulo, v. 49, n. 2, p. 291–306, abr./mai./jun. 2014. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rausp/a/Nztb7NpzdwrhmVQXc3fGmhj>. Acesso em: 26 jul. 2025.

HALL, Jeremy; VRENDENBURG, Harrie. Sustainable development innovation and competitive advantage: Implications for business, policy and management education.



XX ENCONTRO NACIONAL DE ENGENHARIA E DESENVOLVIMENTO SOCIAL

Construindo uma Engenharia Decolonial para a Soberania Digital e Popular

29 a 31 de outubro de 2025

Campinas - SP, Brasil

Innovation: Management, Policy & Practice, [S.l.], v. 6, n. 2, p. 129–140, 2004. Disponível em: <https://doi.org/10.5172/impp.2004.6.2.129>. Acesso em: 26 jul. 2025.

BAUMAN, Zygmunt. *Modernidade Líquida*. Rio de Janeiro: Zahar, 2001. Disponível em: <https://bds.unb.br/handle/123456789/501>. Acesso em: 26 jul. 2025.

ORSIOLLI, Thálita Anny Estefanuto; NOBRE, Farley Simon. Empreendedorismo sustentável e stakeholders fornecedores: criação de valores para o desenvolvimento sustentável. *Revista de Administração Contemporânea*, v. 20, p. 502-523, 2016. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rac/a/s57yq6gkP5ZW7m7z7dxbd7K>. Acesso em: 26 jul. 2025.

VERONEZI, Carolina Médici; JORGE, Neuza. Aproveitamento de sementes de abóbora (*Cucurbita* sp) como fonte alimentar. **Revista Brasileira de Produtos Agroindustriais**, v. 14, n. 1, p. 113-124, 2012. Disponível em: https://web.archive.org/web/20190430062522id_/http://www.bibliotekevirtual.org/revistas/RBPA/v14n01/v14n01a10.pdf. Acesso em: 26 jul. 2025.

SILVA, Maria de Fátima Gomes da. Atributos de qualidade de abóbora (*Cucurbita moschata* cv. Leite) obtidos por diferentes métodos de cocção. 2012. Disponível em: <https://repositorio.ufc.br/handle/riufc/17787>. Acesso em: 26 jul. 2025.