

Estudantes vencem “Nutri Challenge” com um prato de lentilhas



A Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro (UTAD) e a Auchan Vila Real lançaram o desafio e os estudantes de Ciências da Nutrição disseram presente. O “Nutri Challenge” encheu o Kitchen Lab de aromas e sabores irresistíveis, temperados pelas oito equipas que aceitaram colocar o avental e pegar nas panelas para criar receitas dignas de estrelas Michelin. As propostas tinham como matriz principal a sustentabilidade e o equilíbrio nutricional, e deveriam ser uma verdadeira explosão de criatividade para os olhos e para o paladar.

Cada equipa, composta por cinco talentosos cozinheiros, apresentou a sua receita original a um júri composto por Carla Gonçalves, professora da UTAD e investigadora no CITAB, Sandra

Barbosa, diretora da Loja Auchan Vila Real, e Olívia Pinho, professora jubilada da Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto (FCNAUP), que analisaram cada prato que combinasse sabor, nutrição e sustentabilidade de forma harmoniosa.

“Os estudantes mostraram-se verdadeiramente empenhados e envolvidos no desafio e **demonstraram uma aquisição de competências práticas de gastrotecnia que os torna aptos para na sua prática profissional futura**, de utilizar a culinária como uma forma de promover a saúde e prevenir/tratar doenças”, sublinhou Carla Gonçalves.

A receita vencedora foi a “Dobradinha de lentilhas com pasta de atum”, tendo obtido pontuações máximas em vários critérios como a sustentabilidade (por ser uma receita com zero desperdício), sabor, equilíbrio nutricional, baixo custo económico (apenas 1,79 €) e originalidade **“foi a primeira vez que se verificou a confeção de um crepe unicamente com a utilização de lentilhas, demonstrando um elevado nível de domínio da técnica culinária saudável”**, destacou a docente.

A **“Dobradinha de lentilhas com pasta de atum”** **será agora submetida à avaliação dos especialistas da Auchan, com o objetivo de integrar o menu da loja durante o ano de 2024.**

Texto: Helena Margarida



