

SOBRE A MANDIOCA

Macaxeira, aipim, maniva, carimã, candinga, mucamba, macamba, xagala, pão-de-pobre, pau-de-farinha, tapioca, uaipi, castelinha ou mandioca (*Manihot esculenta* Crantz), a também chamada Raiz do Brasil está presente nas cozinhas de todas as partes do país. Muda o lugar, muda o nome, muda a receita, mas o ingrediente é o mesmo e serve de base para delícias que compõem a nossa riquíssima culinária.

Há a mandioca brava, que não pode ser consumida in natura, e a doce, ou mansa. O que difere as duas é a quantidade de ácido cianídrico (substância tóxica) existente. Da mandioca brava é que se faz a maioria dos subprodutos, entre farinhas, féculas e bebidas (cauim e tiquira).

Crua, dá origem ao caldo amarelado da cozinha do Norte (o tucupi), à farinha, ao polvilho (fécula), à “puba”, a uma grande variedade de bolos e a uma das maiores delícias do Brasil, o bolo Mané Pelado.

Cozida ou frita, vai direto ao prato ou serve de base para caldos, escondidinhos, bolinhos, coxinhas, purês, bolos e muito mais que a imaginação possa criar. A farinha de mandioca é obrigatória na paçoca, no pirão, no tutu de feijão, no feijão tropeiro, no escaldado, nas sopas.

O polvilho serve para fazer o beiju (ou tapioca) e para uma infinidade de quitutes, como o pão de queijo, o sequilho, o biscoito de polvilho (peta), o biscoito de queijo, a brevidade e a bolacha de nata. E ainda as folhas, trituradas e cozidas, acrescidas de carne de porco, carne bovina e outros ingredientes defumados e salgados, compõem a maniçoba, uma das expressões indígenas na culinária brasileira.

Rica em carboidrato, fibras, vitaminas do complexo B e minerais (cálcio, fósforo e ferro), a mandioca é considerada originária do Centro-Oeste brasileiro, é consumida por aqui há mais de 5 mil anos, ganhou o mundo e hoje alimenta 500 milhões de pessoas em cerca de 80 países.

Fonte: <https://www.xapuri.info/cultura/mitoselendas/mani-lenda-da-mandioca/>