



## TAPIOCA

### [receita culinária]

Iguaria feita com goma de mandioca. Pode ser adquirida seca, sendo hidratada quando for usada, ou pronta. Essa goma deve ser peneirada sobre uma frigideira ou na chapa quente. Também pode ser levada ao forno. Para ser degustada simples, com manteiga, ou recheada com queijo, coco, castanha-do-brasil ralada, presunto, ovos ou o ingrediente que preferir.

#### Receita de tapioca

##### Ingredientes:

- Goma peneirada para ficar soltinha
- Sal a gosto

##### Modo de fazer:

A goma, já peneirada, vai ao forno em bandejas redondas (só para fazer o ligamento) são poucos minutos com o forno já quente. Ao retirar, espere ficar quase morna e encharque com leite de coco feito na hora, batido no liquidificador. Espere por cinco minutos. Pegue o bagaço do coco, esprema e espalhe na tapioca; dobre e coloque em um pedaço de folha de bananeira (essa folha transfere um sutil sabor para a tapioca).

(Extraído de: AMARAL, Nair Ferreira Gurgel do *et al.* *Farinha pouca, meu pirão primeiro: à mesa com os ribeirinhos*, Porto Velho: Editora, 2014.)

#### Atividade: Tapioca na escola

**Material necessário:** goma de tapioca e recheios selecionados.

**Idade:** a partir de 18 meses até 3 anos e 11 meses.

**Número de participantes:** todas as crianças da turma.

**Desenvolvimento:** Ler a receita para as crianças e pedir que comentem sobre ela.

Fale sobre a herança indígena do prato, que utiliza um produto da mandioca (aipim, macaxeira), raiz cultivada em roças, matos e quintais. Ressalte a simplicidade no preparo e o uso de um alimento saudável. Ofereça a receita para que os alunos a levem para casa. Você pode, com auxílio das cozinheiras e nutricionistas, organizar o dia Tapioca na Escola. Pode ser feita numa frigideira ou chapa.

Valorize pessoas da comunidade que saibam preparar o prato. Faça um levantamento junto às famílias. Convide as pessoas a ir à escola e participar da atividade.

**Contribuição:** Incentivar os sabores, as trocas culturais, a integração das crianças no grupo. Conhecer a expressão folclórica de origem.