



## Culinária BPT

se você quiser publicar suas receitas, envie para:  
webmaster@brazilianpacifictimes.com

### MURIAÉ

Almoço com toque praieiro



A chegada a Muriaé, a 370 quilômetros de Belo Horizonte, não poderia ser em um horário melhor: quando o relógio marca meio-dia, hora do almoço. A alta temperatura e a proximidade com os estados do Rio de Janeiro e Espírito Santo já sugerem um clima praiano. Se o prato servido for peixe, está quase completa a saborosa sensação. Somos recebidos pelo casal Sebastião Eugênio da Silva e Maria Rita Garcia Silva, que há mais de 15 anos prepara uma deliciosa traíra sem espinha. Hoje, eles comandam o Restaurante Trairão, mas a história do casal começou na cidade de Laranjal, perto de Muriaé. “Meu pai abriu um bar e a cada período ele era administrado por um filho. Começamos a mexer no lugar e não paramos mais”, recorda Sebastião. E foi no modesto Bar Silva que eles começaram a “brigar” com as espinhas da traíra. “É uma carne muito saborosa, mas o pessoal não come muito, por causa da espinha.” Depois de várias tentativas, eles garantem que hoje, do peixe, só fica a deliciosa carne branca, com a qual o casal prepara até torresmo. Para acompanhar, um pirão de dar gosto e um molho, até então secreto, criado também na época do Silva. “A gente servia com um molho de pimenta e fomos modificando, até ficar assim”, explica Maria Rita, que revela os segredos para a traíra ficar crocante e sequinha. “Tem que manter o óleo bem quente e virar só uma vez, para ela não despedaçar”. Sem espinhas por perto, fica impossível não cair de boca nessa delícia.

#### Como fazer traíra com pirão

Temperar a traíra com alho e sal. Levar uma frigideira grande com o óleo ao fogo alto e, quando estiver bem quente, pôr a traíra, depois de passá-la no fubá. Quando o peixe estiver firme, virá-lo, para fritar do outro lado. Para o pirão, cozinhar as cabeças e a espinha do peixe em um litro de água com o tempero. Deixar por 20 minutos no fogo, retirar e passar o caldo em uma peneira, desprezando os ossos. Em outra panela,

refogar o alho picado no óleo e acrescentar o caldo. Aos poucos, pôr a farinha de mandioca, mexendo sempre. Retirar do fogo quando o pirão estiver grosso. Para o molho, bater todos os ingredientes no liquidificador, até ficar consistente.

Receita fornecida por Sebastião Eugênio da Silva e Maria Rita Silva, de Muriaé: (32) 3721-8672



#### Ingredientes:

##### *Para o peixe*

- 1 traíra grande, limpa, com a cabeça e sem espinha
- 1 colher (sopa) de sal
- 1 dente de alho (amassado com o sal)
- 1 copo (americano) de fubá
- 1 litro de óleo

##### *Para o pirão*

- 4 cabeças do peixe (podem ser compradas em peixaria) e a espinha da traíra
- 1 litro de água
- 1 colher (sopa) de tempero de alho e sal
- 200 g de farinha de mandioca
- 3 colheres (sopa) de óleo
- 2 dentes de alho picados

##### *Para o molho*

- 8 pimentões verdes médios, sem sementes e picados
- 1 pimentão vermelho, sem sementes e picado
- 3 dentes de alho
- 300 ml de vinagre
- 200 ml de azeite
- 1 colher (sopa) de pimenta-malagueta
- 1 colher (sobremesa) de sal
- 2 colheres (sopa) de açafrão
- 300 ml de extrato de tomate