Pratos típicos do Litoral atraem turistas de todas as regiões

28/01/2020
Notícias

O Litoral do Paraná possui dezenas de pratos típicos que contam um pouco da história dos imigrantes europeus e dos povos nativos. Durante todo o ano, as cozinhas dos restaurantes se debruçam sobre essas especialidades, mas o verão é a época de maior saída por causa do volume de turistas que circulam pelas sete cidades da região – Guaratuba, Paranaguá, Morretes, Guaraqueçaba, Antonina, Pontal do Paraná e Matinhos.

O barreado e a cambira, por exemplo, são receitas herdadas da população caiçara que estão entre as mais populares dos restaurantes locais, assim como o caranguejo, que conta com um festival próprio em Pontal do Paraná durante o mês de janeiro. As variedades incluem, ainda, frutos do mar e dois produtos típicos do Estado, como a banana da região serrana e a mandioca. As cachaças típicas também são destaques e merecem uma degustação.

Segundo Patricia Assis, diretora da Agência de Desenvolvimento do Turismo Sustentável do Litoral do Paraná (Adetur), entidade que representa comerciantes e empresários, a culinária típica do Litoral é um passeio pelas características simples do estilo de vida caiçara, e as influências portuguesa e africana.

“A culinária caiçara é uma forma de expressão artística do Paraná. Cada prato revela cultura e sabores únicos, e em cada município é possível identificar características próprias na manipulação dos pratos. Mesmo que eles tenham o mesmo nome, as formas de preparo mudam de um lugar para outro”, explica a diretora. “Parte desse passeio é justamente experimentar os mesmos pratos em lugares diferentes. É sempre uma experiência nova”.

Conheça oito pratos típicos do Litoral:

BARREADO – Carne desfiada, banana, farinha de mandioca, muito aroma e história. O barreado é a principal marca do Litoral paranaense e já virou uma atração turística, principalmente em Morretes, Antonina e Paranaguá. A receita é feita com carne bovina de segunda e magra, entre elas paleta, maminha ou

patinho, e o preparo segue um lento processo de cozimento até a carne se desmanchar, sendo servido tradicionalmente com farinha de mandioca e banana.

O fundo da panela, tradicionalmente de barro, é forrado com bacon e, no cozimento, a panela é lacrada com farinha, o que evita que a carne queime no fundo e que o vapor evapore. O processo é chamado de barrear a panela, o que dá origem ao nome do prato.

CAMBIRA – Esse prato típico é encontrado em Pontal do Paraná. A receita mistura o sabor do peixe seco e defumado com a banana-da-terra. A Cambira é um prático típico feito a base de filé de peixe salgado – os portugueses introduziram o sal na região, o que introduziu a conservação do peixe. O nome (Cambira) remete a um cipó abundante no litoral, conhecido por sua flor de cor roxa, que era a base de um varal usado para a defumação. Uma vez seco, o peixe vai para a panela de barro com água e especiarias (tomate, pimentão, coentro, pimenta e bananas), e vira um caldo grosso. Ele é servido com pirão, salada e arroz.

ARROZ LAMBE-LAMBE - Essa iguaria é muito saboreada em Paranaguá e Guaratuba. A receita é uma espécie de risoto e leva arroz, mariscos (com as conchas), alho, cebola, pimentão e temperos. O lambe-lambe é o nome do ato de comer: a tradição diz que se deve lamber a concha para retirar o marisco e o arroz. Dessa maneira, a concha vira o talher.

OSTRA GRATINADA E MARINADA NO LIMÃO – As ostras são iguarias que podem ser servidas de inúmeras maneiras e as mais tradicionais são as gratinadas (com ervas finas, creme de queijo, queijo parmesão, queijo de búfala, gorgonzola ou requeijão cremoso), marinadas no limão ou ao bafo. A ostra é um alimento muito nutritivo, rico em proteínas, vitaminas e minerais como zinco, ferro, magnésio e cálcio. Elas costumam ser servidas com as conchas. Os formatos e os tamanhos são bem variados.

CARANGUEJO – A captura do caranguejo é permitida apenas no período de 30 de novembro a 15 de março, e é um prato encontrado em todas as praias do Litoral durante o verão, mas especialmente no Festival do Caranguejo, em Pontal do Paraná, que atrai cerca de 30 mil pessoas. Ele costuma ser servido inteiro depois de cozido com especiarias. Os acompanhamentos são caldo de feijão, vinagrete e farinha de mandioca branca. O preço da dúzia varia em torno de R$

45 a R$ 60.

CALDEIRADA DE FRUTOS DO MAR – As caldeiradas de frutos do mar são preparadas e servidas em tachos grandes, muitos deles de barro, em respeito à tradição caiçara. As receitas levam camarão, lula, mariscos, peixe e siri, e, ainda, pimentões, cebolas, tomates, cheiro verde, alfavaca e tempero do chefe. As caldeiradas se assemelham a uma moqueca. São servidas com arroz branco.

CAMARÃO À GREGA – O camarão à grega é empanado na farinha de rosca e depois frito, e é servido no arroz à grega com passas brancas e escuras, cenoura, pimentão, ervilha e cubos de queijo. Ele costuma ser servido com batata palha e banana à milanesa. É um prato de muitas cores e, como leva camarões grandes, costuma ter um preço um pouco mais salgado.

LINGUADO À ROMANA – O linguado é empanado no ovo, na farinha de trigo e no queijo parmesão ralado antes da fritura. Os acompanhamentos são batata frita, arroz, banana à milanesa e legumes. Camarões também são adicionados no prato em alguns restaurantes.

Fonte: ANPr - http://www.aen.pr.gov.br/modules/noticias/article.php?storyid=105435