Para além do prato

No Marambaia, o mocotó não é apenas um ingrediente, e, sim, o protagonista do prato, garante a proprietária Kellen Amorim. No preparo da casa, ele é fervido em água e limão e refogado com alho, cebola, tomate, colorau, cúrcuma e sal. É cozido até que fique macio e que o caldo ganhe sabor e consistência. Os legumes, batata e cenoura só entram no dia seguinte, quando o prato é finalizado e servido. "É uma comida que exige tempo, cuidado e paciência", afirma a sócia.

Na casa, o mocotó é encontrado em diferentes formatos — como PF (R$ 30); para compartilhar (R$ 40 — duas pessoas), com arroz, feijão e salada; e nas cumbuquinhas de 300ml e 500 ml (R$ 15 e R$ 27). "Seu preparo não é sofisticado no sentido de seguir tendências ou utilizar ingredientes raros, mas carrega uma sofisticação própria, que está no domínio do fogo, no tempo de cozimento, na construção do sabor e no conhecimento de quem sabe preparar", aponta Kellen.

"Além disso, é um prato que tem muito valor nutricional e cumpre um papel importante na alimentação. O mocotó é rico em proteínas, colágeno, minerais e vitaminas do complexo B. Muitas vezes, essa dimensão nutricional é pouco reconhecida porque existe um olhar preconceituoso sobre a comida popular, como se ela fosse apenas uma comida simples, sem valor ou qualidade", defende a proprietária.

Onde comer?

Marambaia
CLS 311, bloco C, loja 19
De segunda a sábado, das 7h às 18h

Miúdo
CLN 307, bloco C, loja 74
Domingo e segunda, das 11h às 17h
De quarta a sexta, das 12h à 0h
Sábado, das 11h à 0h

Patinho Feio
EQN 102/103 (entrada pelo Eixinho)
Segunda, das 11h30 às 15h
De terça a quinta, das 11h30 à 0h
Sexta e sábado, das 11h30 à 1h
Domingo, das 11h30 às 21h

Tia Rô
Quituart (SHIN Canteiro Central QI 9/10)
Quinta, das 18h às 23h
Sexta, das 18h à 0h
Sábado, das 10h às 22h
Domingo, das 10h às 22h

