

## **Culinária da Região Centro-Oeste do Brasil**

**A região centro-oeste é a segunda maior região brasileira em dimensões geográficas, porém, é a região menos populosa do país, tendo poucas cidades, e conseqüentemente um número de pessoas relativamente baixo em relação às outras regiões. Mesmo assim a cultura lá é extremamente densa.**

**Antigamente, como em todo país, só existiam índios na região, até a chegada dos bandeirantes, que descobriram minas de ouro e fundaram os primeiros vilarejos. Nos dias de hoje, o Centro-Oeste vem crescendo a cada dia, tanto nos segmentos populacionais quanto no comércio.**

**Isso se deve aos avanços na área do transporte e comunicação que vem caracterizando todas regiões do globo desde o final do século XIX. É notável o fato que mesmo se desenvolvendo ainda possamos ver uma região tão rica em cultura popular, como o artesanato, as danças tradicionais e os ritmos musicais. O folclore ainda está vivo com suas lendas que cada vez mais despertam a curiosidade dos turistas e das crianças.**

**Então, conheçamos um pouco mais sobre a cultura alimentícia da região, suas comidas e bebidas típicas, as receitas tradicionais, sua história, e desenvolvimento:**

### **Distrito Federal:**

**Localizado em Goiás, o Distrito Federal é onde podemos encontrar Brasília, capital da República. Podemos encontrar diversos tipos de pratos exóticos - e não só pizza, diriam alguns.**

**Esses são os pratos típicos de Brasília: filé de tatu, bife de capivara, pato no tucupi, carnes de sol e de jacaré. Além disso, a gastronomia do Distrito Federal também possui uma variedade de temperos que está presente em toda a região centro-oeste: jurubeba, pequi, açafraão, gengibre etc.**



**Pato no tucupi**



**Carne de capivara**



**Sopa paraguaia (acredite se quiser)**

## **Goiás:**

Os bandeirantes trouxeram para o estado comidas típicas de outras regiões, como feijão-tropeiro, carne-seca, toucinho, e o arroz de carreteiro, que em Goiás se chama Maria Izabel. Outros pratos típicos de Goiás são: arroz com pequi, guariroba, peixe assado com creme de coco, empadão recheado com frango, tutu com linguiça, manjar branco com calda de ameixa.

No estado também podemos encontrar grande variedade de pimentas, que são apreciadas pela população e pelos turistas, como é o caso da pimenta-bode. Entre as frutas, o povo goiano gosta do pequi.



**Peixe assado ao creme de coco**



**Tutu com linguiça**



**Arroz com pequi**

### **Mato Grosso:**

**As receitas tradicionais do Mato Grosso são relativamente simples, com um preparo rápido, porém, o sabor dos pratos típicos é algo de dar água na boca. A maioria dos pratos típicos mato-grossenses utiliza carne e peixe como ingrediente principal.**

**Um dos pratos mais conhecidos é o Mojica, feito com Pintado. Outros peixes bastante consumidos são o pacu, pacupeba, piraputanga, dourado e piabucu. O arroz com pequi também é um prato muito apreciado, que vem acompanhado com banana-da-terra, assim como toda a variedade de peixes.**



**Mojica**



**Pacu assado**



**Piraputanga assada**

### **Mato Grosso do Sul:**

Grande parte dos pratos são feitos com carne e peixe. Assim como acontece em Mato Grosso, os peixes são consumidos com a banana-da-terra. A **culinária de Mato Grosso do Sul** recebeu influências gastronômicas de outros países como a Bolívia, de onde originou o salteñas, pastéis recheado com frango e depois assados.

Do Paraguai veio as chipas, uma sopa muito saborosa. A população também tem o costume de beber chá gelado, e comer bolo feito com milho. Entre outros pratos

**estão: Moqueca de peixe, arroz-carreteiro com charque, caldo de piranha. As receitas do Mato Grosso do Sul combinam sabores distintos mas mantêm-se numa unidade.**



**Salteñas**



**Peixe com banana da terra**



**Caldo de piranha**