

Agradecemos sua ajuda para conservar este texto que também está disponível em www.ufmg.br/cienciaparatodos



UMA FAROFA DIFERENTE

Comprei um quilo de farinha, pra fazer farofa,
Pra fazer farofa, pra fazer farofa-fá!

Silvio Brito

A farofa é um prato típico da culinária brasileira, muito apreciado em diversas regiões do país. O ingrediente principal da farofa é a farinha de milho ou de mandioca. Para deixar esse prato ainda mais saboroso, outros ingredientes são adicionados, como cebola, ovo, bacon, formiga... Formiga????

Pode parecer muito estranho, mas esse inseto é um ingrediente fundamental na farofa de comunidades rurais e indígenas do Brasil. A formiga saúva, popularmente conhecida como tanajura, é a preferida para compor esse prato excêntrico. Muitos dizem que ela tem um sabor bem parecido com o do amendoim.

A formiga, da mesma maneira que outros insetos, é um alimento muito nutritivo. Além de ser rica em proteína, fósforo, vitaminas e sais minerais, ela é fonte de gordura. Os insetos são uma ótima opção para substituir a carne de boi e de frango em nossa dieta. Vai uma tanajura aí?

Texto originalmente escrito por Bárbara Maia para o programa Ritmos da Ciência, da **Rádio UFMG Educativa FM 104,5** e adaptado por Adlane Vilas-Boas e Alessandra Rondina.