

*Receitas*  
*Das*  
*Minas*  
*Gerais*

*Por Geovani da Silva Macedo*

*1ª edição 2020*

*Prefacio:*

*Um pouquinho sobre a história da culinária do estado de Minas Gerais, a famosa culinária mineira.*

*A culinária de Minas Gerais talvez seja a que concentra a maior diversidade de pratos no Brasil, pois em cada região do estado há uma comida típica diferente, com ingredientes encontrados com fartura no meio rural. Há duas iguarias oferecidas nas mesas de todas as casas mineiras, principalmente no interior: o feijão tropeiro (prato típico das cozinhas paulista e mineira) e o angu (típico do Brasil).*

*Importante destacar que a culinária mineira traz elementos que apontam para a diversidade local iniciada, ainda, com os primeiros exploradores de ouro Portugueses, negros e índios passaram a compartilhar hábitos e ingredientes, até então singulares, que, ao longo do tempo, enraizaram uma cultura gastronômica única e que valorizava, cada vez mais, o regionalismo.*

*A partir do século XVIII, a visibilidade da região de Minas Gerais passou a deixar marcas na culinária nacional. Os variados e criativos usos de ingredientes como a mandioca e seus derivados, o milho, o leite, os tubérculos e folhagens, bem como as carnes de porco e boi, fazem partes de receitas passadas de geração a geração e que adentraram o século XIX e chegaram à nossa contemporaneidade. A proximidade de regiões (Goiás, São Paulo, Bahia, Espírito Santo e Rio de Janeiro) com tradições gastronômicas peculiares apenas reforçaram os sabores da culinária mineira, tornando-a uma referência histórica que funde hábitos e ingredientes europeus, indígenas e africanos.*

*(Origem: Wikipédia, a enciclopédia livre) ano de 2020.*

*Maio de 2020 o auge da quarentena devido a pandemia do corona vírus estava eu aqui confinado em casa, colocando em pratica os meus dotes culinários, não sou cozinheiro profissional apenas um aventureiro na arte de cozinhar, muitas das receitas tradicionais da culinária mineira eu aprendi devido a ter trabalhado por mais de 10 anos em restaurantes.*

*Trabalhei como atendente até chegar ao posto de gerente, como sempre gostei de aprender coisas novas sempre estava passeando pela cozinha para pegar dicas com os chefes e cozinheiros, resolvi me aventurar e escrever essas receitas em um livro e compartilhar as principais receitas da culinária mineira e algumas que aprendi no decorrer do meu trabalho em restaurantes.*

*Dedicatória:*

*Dedico este livro a Deus que nunca deixou faltar o pão nosso de cada dia, a minha esposa Leidiana que a 14 anos está ao meu lado sendo o meu porto seguro, a minha filha Esther que veio trazer luz a minha vida, a minha amada mãe dona Maria das Graças que mesmo com os ingredientes mais simples sempre faz as refeições se tornarem um manjar dos Deuses. A meu pai senhor Jair que é um exemplo de pai e quando ia para cozinha se transformava em um verdadeiro chefe.*