

## Sopa bori bori de peixe



2 Pessoas



30 Min

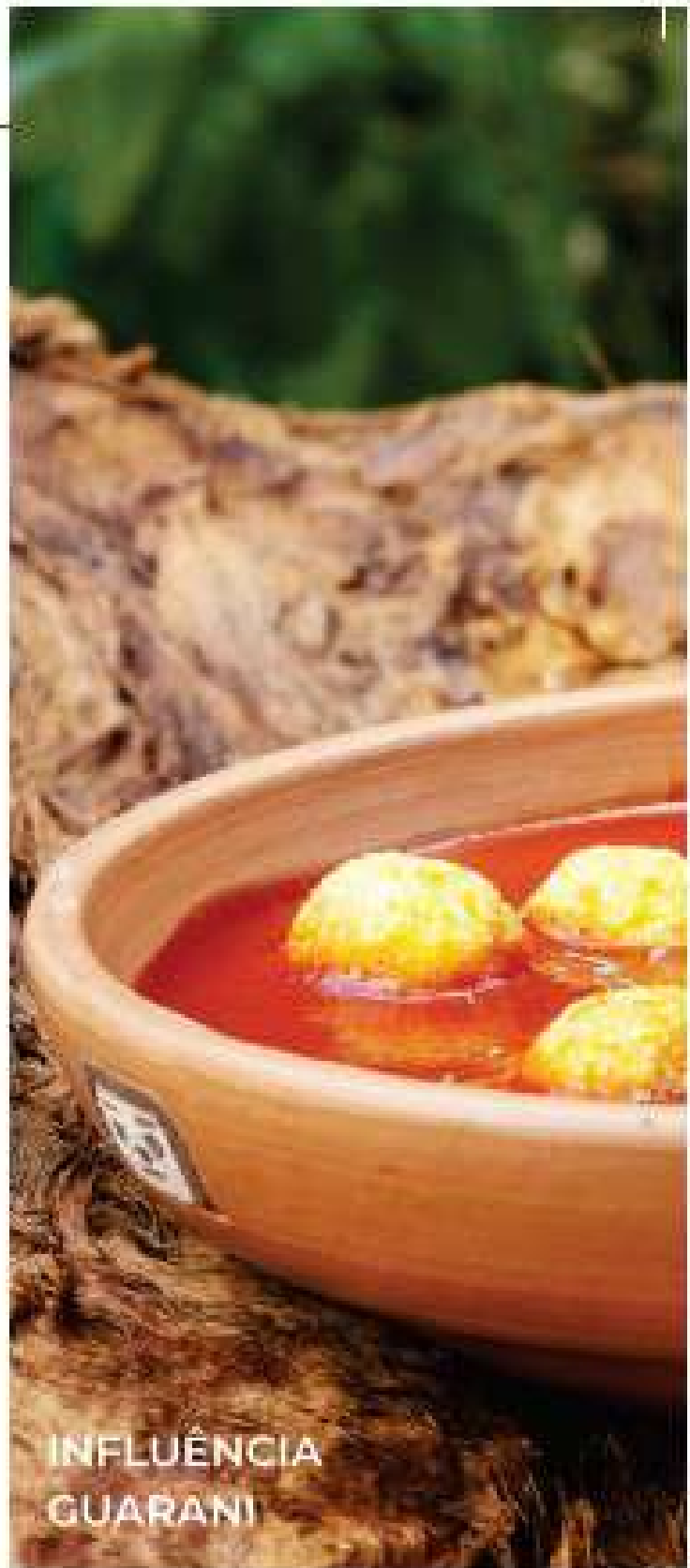


Difícil

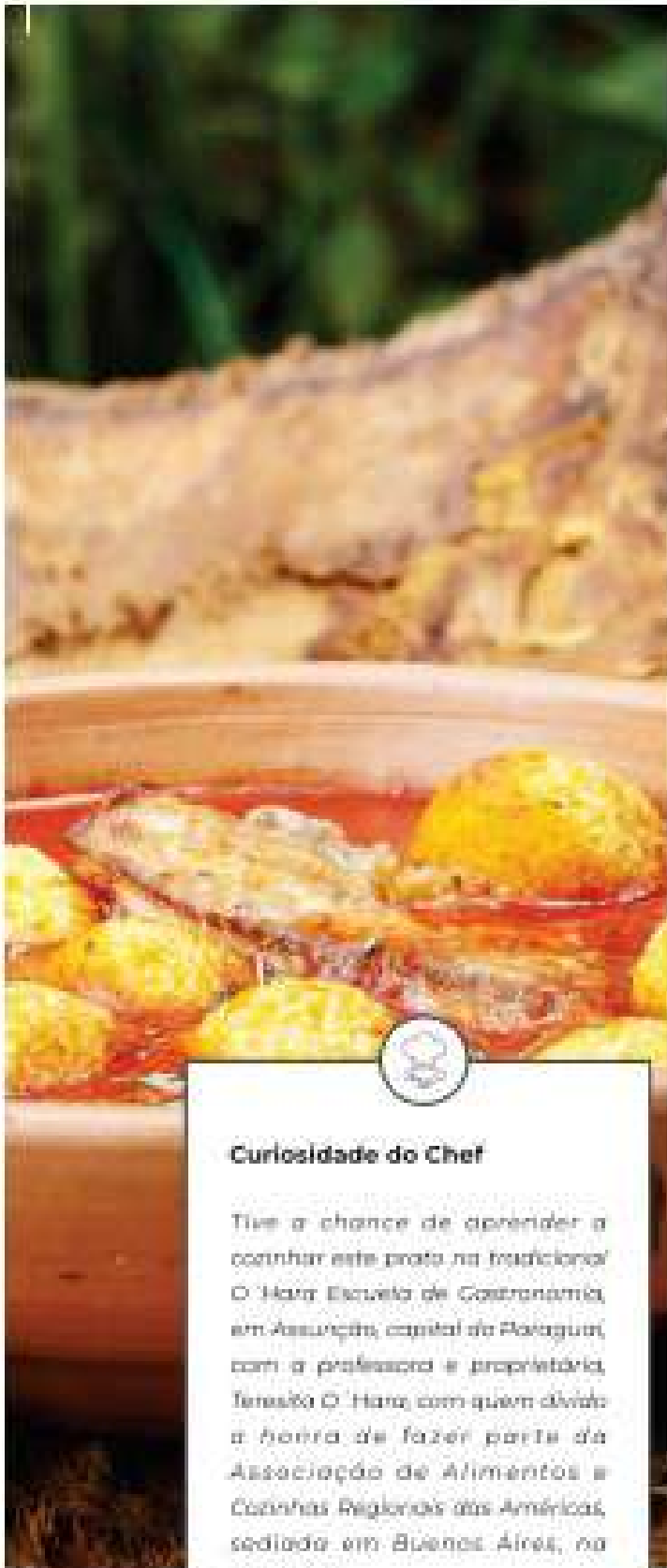
A gastronomia do Paraguai trouxe diversas influências para a cozinha sul-mato-grossense. Seja pela chipá, a sopa paraguaiã, ou o caribeu, todos nós já ficamos com água na boca experimentando uma dessas saborosas preparações tão próprias de sua cultura.

Agora queremos falar do bori bori, um prato paraguaio de influência guarani muito consumido pelos "hermanos", que leva alguns ingredientes usuais como carne de frango ou de boi e bolinhas (bori) feitas de fubá de milho e queijo, geralmente servido em calda, como um ensopado mesmo, ou mais sequinho, com a consistência de um prato com molho. Para quem ama um caldo com carne, esse é um prato bem recomendado! Principalmente em dias frios de inverno ou quando você precisa recuperar as forças após um árduo dia de trabalho.

Além disso, sua preparação não é nada complicada. Nesta versão apresentada pelo chef Paulo Machado, a carne é substituída pelo peixe - file de tilápia, dourado ou surubim - assado e depois adicionado ao ensopado. É uma receita em que se estreitam os laços sociais e familiares, já que normalmente os comensais participam do preparo, principalmente na hora de enrolar as bolinhas. É uma receita que agrega as pessoas.



INFLUÊNCIA  
GUARANI



### Curiosidade do Chef

Tive a chance de aprender a cozinhar este prato na tradicional O'Hara Escuela de Gastronomía, em Assunção, capital do Paraguai, com a professora e proprietária, Teresita O'Hara, com quem divido a honra de fazer parte da Associação de Alimentos e Cozinhas Regionais das Américas, sediada em Buenos Aires, na Argentina.

## Ingredientes

- 200 gr fubá
- 2 colheres de sopa de farinha de trigo
- sal a gosto
- 300 gr filé de tilápia, dourado ou surubim
- 4 dentes alho
- 1 cebola
- 1 batata (opcional)
- quanto basta de água
- salsinha a gosto
- colorau a gosto
- quanto basta de azeite para fritar
- ½ litro de fundo de frango

## Modo de preparo

Numa panela, coloque o azeite, o alho picado e depois o peixe cortado em pedaços pequenos e regulares. Refogue com cuidado para não quebrar o peixe que tem estrutura delicada. Adicione a cebola picada, acerte sal e adicione água para cobrir, misturada ao colorau a gosto. Adicione de forma opcional batata em cubinhos cozida e a salsinha. Deixe levantar fervura e reserve.

Prepare as bolinhas de bori bori em um refratário, misture os ingredientes secos: fubá de milho, farinha de trigo e uma pitada de sal, faça um buraco no meio para colocar o fundo de frango. Coloque uma concha de fundo de frango apenas em quantidade necessária para umedecer e formar a massa. Misture com uma colher até que esteja morno, cuidando para não queimar as mãos, depois sove até formar uma massa suave e homogênea, fazendo bolinhas. Coloque-as numa panela com o restante do caldo e deixe cozinhar por 15 minutos ou até que estejam macias ao toque do garfo. Misture então o peixe que estava reservado e sirva com arroz branco ou farinha de mandioca.