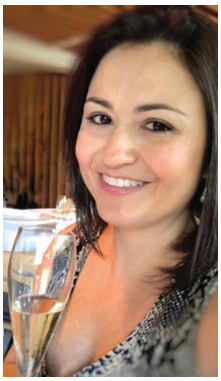

GASTRONOMIA

—

Léa Araújo

Rabada

PRATO bem comum em butiquins ganha cada dia mais espaço em restaurantes de alta gastronomia

FOTOS / Arquivo Pessoal / Léa Araújo

É certo que carnes próximas ao osso são muito saborosas e ricas em colágeno. O rabo do boi é um exemplo típico e dá origem a um prato bem comum em butiquins que está ganhando cada dia mais espaço em restaurantes de alta gastronomia: a rabada.

Para se obter êxito na rabada é preciso cozinhar bastante o rabo do boi até que a carne saia facilmente do osso. A panela de pressão é uma boa aliada nessa empreitada. Tomate, cenoura, cebola são ingredientes que enriquecem o guisado e dão um toque especial no caldo da rabada. Geralmente os acompanhamentos são batatas, angu, polenta e agrião. A versão petisco fica um espetáculo, principalmente quando a carne é desfiada para rechear coxinhas, pastéis e croquetes.

Recentemente, provei a rabada do Bar do Baiano, no bairro Pompéia, fundado há mais de 50 anos. A cozinheira é a Nísia e faz com gosto qualquer prato que você encomendar. A porção de rabada sai a R$16 e vem cozidinha, saindo do osso.

Em um bate-papo com meu amigo Nenel, do Baixa Gastronomia, rei dos botecos, a rabada do Mané Doido, no Mercado Central, às terças e quintas no almoço, foi a primeira que lhe veio à memória. No Imperium Bar, dentro do Mercado Distrital do Cruzeiro, a iguaria é servida no almoço e também no jantar com tira-gosto, assim como no Bolota's Bar, dentre as rabadas que o Nenel aprecia.

Outra rabada tradicional é da Dona Lucinha, servida com prato individual a R$39,90; acompanha agrião, que deixa um frescor maravilhoso, arroz branco soltinho, feijão, angu mineiro e couve refogada. No Gero, restaurante do luxuoso Hotel Fasano, há três versões: servida de forma clássica com osso acompanhada de tagliolini na manteiga (R$78), como recheio do gnocchi feito com agrião na massa e finalizado ao creme de parmesão (R$68), além do ragout em cima do risoto de parmesão (R$72).

O chef Leonardo Paixão sempre trabalhou com carnes consideradas de segunda, que ele transforma em pratos de primeira linha. Após cozinhar o rabo de boi na pressão, ele desfia a carne e prensa para servir em formato de cubo, acompanhada de nhoque de queijo Canastra em sua versão original no Glouton (R$73).

No Nicolau Bar da Esquina, a rabada toma forma de croquete e recebe uma boa gota de maionese de alho em cima (R$29). O Gomez também serve a rabada desossada e prensada ao molho roti da casa (R$49), acompanhada de espaguete 30 gemas. Na Cervejaria Sátira, o nome é croquete, mas a delícia é a mesma, com aquela casquinha crocante por fora e suculenta por dentro (R$33).

A coxinha de rabada virou moda e como fez sucesso nos saudosos restaurantes Trindade e Alma Chef! Hoje ela pode ser apreciada em gastrobares como o Mercatto da Praça (R$28) Fabriqueta Gastronomia, em Contagem (R$23). No Quina, a rabada é recheio da porção de pastel (R$28) e, na pizzaria Panorama, a pizza de ragu de rabada com queijo canastra, lascas de pimenta biquinho e agrião já foi vencedora de concurso (R$57).

O arroz de rabada da Rotisseria Central (R$27,90) é extremamente caldoso e suculento e torço para retornar ao menu, já que eles sempre variam o cardápio.

E por que decidi escrever sobre rabada? Porque é um dos meus pratos prediletos, seja em quaisquer dessas versões citadas ao longo desse texto, as quais experimentei todas e recomendo com gosto.

Mais experiências gastronômicas no degustatividade.com.br