



# Como tirar o veneno da farinha de mandioca

## O QUE É QUÊ, O VENENO DA FARINHA DA MANDIOCA AMARGA PROVOCA?

Quando você come a farinha feita de mandioca amarga que não foi correctamente processada, pode ter:

- Envenenamento logo depois de comer a farinha; com aparecimento de tonturas, dor de cabeça, dor do estômago, diarreia, vômitos e algumas vezes pode chegar a morrer
- *Konzo*; que é uma paralisia definitiva das pernas e que não deixa a pessoa andar. Esta paralisia acontece algumas semanas depois de comer a farinha da mandioca amarga não processada.

### COMO TIRAR O VENENO?

1

É muito fácil:

Medir a quantidade de farinha que você quer cozinhar.



2

Colocar a farinha numa panela ou bacia, alisar a superfície da farinha e de seguida marcar a altura da mesma com a ponta de uma faca.



3

Deitar água limpa aos poucos e mexendo, até a farinha ficar molhada e o seu nível ser igual ao da farinha seca (como você marcou por dentro). A farinha deve ficar completamente molhada, mas NÃO em papa e também SEM bolas de farinha seca.



4

Espalhar a farinha numa peneira, esteira limpa ou tabuleiro, usando uma colher ou a mão, de maneira que a altura dessa farinha espalhada não passe a altura da unha do dedo da sua mão. Depois, deixar a farinha na sombra durante cinco horas.



5

Colocar água na panela, deixar ferver e deitar a farinha já tratada até obter a consistência desejada. É importante usar menos água do que o habitual porque a água usada para molhar a farinha também conta, porque ela não seca.



6

Agora você tem certeza de estar a dar comida boa à sua família e sem causar paralisia.

