



**CÂMARAMUNICIPALDECARIACICA**  
**ESTADODOESPÍRITOSANTO**  
**GABINETE DO VEREADOR JOCEMIR DA ENFERMAGEM**

**PROJETO DE LEI N° \_\_\_\_\_ /2026.**

**“ DECLARA O SOTECO COMO PATRIMÔNIO CULTURAL  
IMATERIAL DA GASTRONOMIA DO MUNICÍPIO DE  
CARIACICA, E DÁ OUTRAS PROVIDÊNCIAS.**

A Câmara Municipal de Cariacica, Estado do Espírito Santo, no uso de suas atribuições.

APROVA:

**Art. 1º** - Fica declarada como patrimônio cultural imaterial da gastronomia do Município de Cariacica o “SOTECO”, comida típica da região rural de Alto Roda D’água.

**Art.2º**- O Poder Executivo Municipal regulamentará a presente Lei no que couber e for necessário, para sua execução.

**Art.3º**- O Poder Executivo Municipal publicará a presente lei no que couber.

**Art.4º**- Esta Lei entra em vigor na data de sua publicação, revogando-se as demais disposições em contrário.



Autenticar documento em <https://vereador.camaracapele.com.br/autenticidade>  
com o identificador 3100330030003700330032003A005000. Documento assinado digitalmente conforme  
MP nº 2.200-2/2001, que institui a Infra-estrutura de Chaves Públicas Brasileira - ICP-Brasil.



**CÂMARAMUNICIPALDECARIACICA**  
**ESTADODOESPÍRITOSANTO**  
**GABINETE DO VEREADOR JOCEMIR DA ENFERMAGEM**

**JUSTIFICATIVA**

A presente propositura motiva-se no necessário reconhecimento de um tradicional prato da região rural de Alto Roda D'água neste município. O soteco é um prato típico da região de Alto Roda D'Água. Feito à base de banana verde e carne, essa receita ancestral, que convida a reviver as raízes da cultura local.

A receita vem do tempo dos escravos e a tradição permanece até os dias atuais. Além da fruta ter um considerável valor nutricional, a receita é de baixo custo porque a banana na região é uma cultura muito cultivada.



Este Vereador traz a receita do Soteco, prato típico da região de Alto Roda D'Água, segue abaixo;

Ingredientes:

- Bananas verdes (nanica ou prata)
- Carne seca, bacon e linguiça
- Tempero verde, cebola, alho e sal a gosto
- 

Modo de fazer:





**CÂMARAMUNICIPALDECARIACICA  
ESTADODOESPÍRITOSANTO  
GABINETE DO VEREADOR JOCEMIR DA ENFERMAGEM**

1. Lavar e cozinhar as bananas verdes com casca, depois descascar e bater no liquidificador.
2. Refogar a carne seca, fritar o bacon e a linguiça.
3. Refogar os temperos (alho, cebola) e adicionar as carnes e, por último, o caldo de banana.
4. Deixar ferver e servir.

Plenário Vicente Santório Fantini, 16 de janeiro de 2026

**JOCEMIR DA ENFERMAGEM  
Vereador**



Autenticar documento em <https://cariacica.marpel.com.br/autenticidade>  
com o identificador 3100330030003700330032003A005000. Documento assinado digitalmente conforme  
MP nº 2.200-2/2001, que institui a Infra-estrutura de Chaves Públicas Brasileira - ICP-Brasil.

