



CANCIONERO

# Sonidos de la Frontera



Contiene videos, audios y partituras.



# La Farinha

Autor:

**Fredy Vargas Ramírez**

Es la farinha la comida de mi hogar  
porque con todo yo la puedo acompañar,  
de lunes a domingo siempre está sobre la mesa  
y hasta pierdo la cabeza si no la puedo encontrar,  
en el caldo de pescado, con sancocho o en asado  
la farinha me ha gustado con azúcar o con sal.

Con varias frutas mezcla buena al paladar,  
con huevo frito en mantequilla puede estar,  
farofa y feijoada, con arroz o en parrillada,  
patarasca o remojada en un buen guiso puede estar,  
en el caldo de pescado, con sancocho o en asado  
la farinha me ha gustado con azúcar o con sal.

Si la farinha vas a llevar,  
en el mercado vas a encontrar,  
puesta en la mano de un buen paisano  
diciendo: mi hermano aquí puedo comprar.

Pero si mucho vas a comer,  
tal vez cuidado debes tener,  
porque hasta duele si en una muela  
se cuele una pepa de duro moler.

Es la farinha la comida de mi hogar  
porque con todo yo la puedo acompañar,  
de lunes a domingo siempre está sobre la mesa  
y hasta pierdo la cabeza si no la puedo encontrar,  
en el caldo de pescado, con sancocho o en asado  
la farinha me ha gustado con azúcar o con sal,  
me ha gustado con azúcar o con sal,  
me ha gustado con azúcar o con sal.

¡Plin! ¡Plim!

---

*La farinha es un alimento tradicional de las comunidades indígenas de la Amazonía. Está hecha con yuca amarga, más conocida como yuca brava. Esta canción nos habla de los usos y preparaciones que se pueden hacer con este maravilloso alimento.*

# La farinha

Forro amazonense

Fredy Vargas Ramírez

♩ = 90

## Introducción

Dm A7 Dm

5 Gm Dm A7 Dm

9 Gm Dm A7 Dm Voz

13 Dm A7

ri - nha la co - mi - da de mi\_ho - gar por que con to - do yo la pue-do\_a-com - pa - fru - tas mez - cla bien al pa - la - dar, con hue - vo fri - to\_en man - te - qui - lla pue - de\_es -

16 Dm Gm Dm

ñar, de lu - nes a do - min - go siem - pre\_es - tá so - bre la me - sa y\_has - ta pier - do la ca - tar, fa - ro - fa\_y fei - jo - a - da, con a - rroz o\_en pa - rri - lla - da, pa - ta - ras - ca\_o re - mo -

19 A7 Dm Gm

be - za si no la pue-do\_en - con - trar, en cal - do de pes - ca - do, con san - co - cho o\_en a - ja - da\_en un buen gui - so pue - de\_es - tar, en cal - do de pes - ca - do, con san - co - cho o\_en a -

22 Dm A7 1. Dm 2. D

sa - do la fa - ri - nha me\_ha gus - ta - do con a - zu - car o con sal. Con va - rias Si la fa - sa - do la fa - ri - nha me\_ha gus - ta - do con a - zu - car o con sal.

26 D 3 Em A7 3 D

ri - nha vas a lle - var, en el mer - ca - do vas a\_en - con - trar, pues - ta\_en la mu - cho vas a co - mer, tal - vez cui - da - do de - bes te - ner, por que\_has - ta

© Fredy Vargas Ramírez

Proyecto Binacional Sonidos de la Frontera. Ejecutado con los recursos del Fondo de Desarrollo de la Zona de Integración Fronteriza Colombia - Perú gracias a los aportes del Ministerio de Relaciones Exteriores de Colombia y del Ministerio de Relaciones Exteriores del Perú.

Administrados por el Banco Interamericano de Desarrollo. Implementado por la Fundación Nacional Batuta y Sinfonía por el Perú. 2024

30 D D7 3 G 3 Gm D 3 A7 3

ma - no de un buen pai - sa - no di - cien - do: mi her - ma - no a - quí pue - des com -  
 due - le si en u - na mue - la se cue - la u - na pe - pa de du - ro mo -

33 1. D 2. D Interludio Dm A7 Dm

prar. Pe-ro si  
 - - - - - ler.

39 Gm Dm A7 Dm

43 Gm Dm A7 Dm Voz

Es la fa -

47 Dm A7

ri - nha la co - mi - da de mi ho - gar por que con to - do yo la pue - do a - com - pa -

50 Dm Gm Dm

ñar, de lu - nes a do - min - go siem - pre es - tá so - bre la me - sa y has - ta pier - do la ca -

53 A7 Dm Gm

be - za si no la pue - do en con - tar, en cal - do de pes - ca - do con san - co - cho o en a

56 Dm A7 Dm

sa - do la fa - ri - nha me ha gus - ta - do con a - zu - car o con sal, me ha gus -

59 A7 Dm A7 Dm A7 Dm

ta - do con a - zu - car o con sal, me ha gus - ta - do con a - zu - car o con sal - ¡Plin! ¡plim!