

Comida de aeroporto

Por Regina Queiroga*
Especial para Jornal Belvedere



Em viagem, sempre me preocupo com a minha alimentação nos aeroportos. No ambiente enfadonho de aeroporto, normalmente, com fome e cansados pelas longas esperas, enfrentamos a angústia da falta de opções para se comer razoavelmente bem.

Como estou constantemente em conexões demoradas, toda vez, me vem o triste desafio: onde e o que comerei dentro do aeroporto?

Salvo raríssimas exceções, a comida vendida nos aeroportos, no Brasil e no mundo, além de cara,

é ruim. E por que ela não pode ser só ruim, ou só cara?

Nas lanchonetes, somos obrigados a nos submeter àqueles sanduíches secos e o pior: sem gosto algum. E, em alguns casos, quando o local tem a intenção de ser sofisticado, come-se um pouquinho melhor, por um preço tão pretensioso quanto a comida oferecida. Infelizmente, isso não é um problema exclusivo das lanchonetes e restaurantes dos aeroportos. Recebo muitos e-mails sugerindo lugares onde se diz serem servidas excelentes comidas.

Em restaurantes sofisticados e recomendados, já experimentei

cardápios tidos como alta gastronomia. Mas, não é tão comum encontrarmos pratos que reúnem boa apresentação e personalidade no paladar. Não importa se é um arroz com bife, ou um prato com ingredientes sofisticados. Para uma boa mesa não é preciso usar, necessariamente, ingredientes finos. O importante é o sabor e o cuidado no preparo. Ela pode ser simples, bem preparada e de raro gosto. Até um fast-food, em tese, pode ser saboroso, se bem-feito. A boa comida independe de modismos que atribuem ao alimento um lugar de luxo. Como se comer bem fosse algo para poucos e não um simples e agradável exercício de cultura, como fazemos ao apreciar uma pintura ou uma boa música.

Um bom exemplo de simplicidade que agrada muito é a Raita, um prato indiano, refrescante, ideal para o nosso verão. A Raita é uma salada, salgada, de iogurte com legumes, ou frutas e temperos que variam de acordo com a região. Use sempre o iogurte natural feito em casa, ou então o fresco que não seja muito ácido. Na Índia, o iogurte é feito diariamente com o leite fresco. Eles o consideram essencial para a saúde.

* Regina Queiroga (reginaqueiroga@terra.com.br) é graduada em gastronomia e especialista em confeitarias.

Receita da Raita

- 2 mangas picadas em cubo
- 2 xícaras de iogurte natural
- 2 colheres de chá de semente de mostarda preta
- 1 pimenta dedo de moça picada finamente
- ½ colher de chá de sal

rá-la. Tampe a frigideira para que a mostarda não salte para fora da panela, sacudindo, de vez em quando, para não queimar. Quando parar de pular e ficar acinzentada, junte a pimenta mexendo rapidamente. Vire, ainda quente, na mistura de manga e iogurte e misture bem. Sirva em seguida.

A Raita é um prato simples, com ingredientes simples e sabor delicioso. Experimente fazê-la também com tomate, pepino, grãos de cominho, hortelã ou com o que a sua imaginação permitir.

Misture o sal ao iogurte e coloque a manga picada. Misture apertando levemente a manga para soltar o gosto no iogurte. Cuidado para não amassar a manga. Leve à geladeira. Na hora de servir, coloque a mostarda numa frigideira e leve ao fogo para tor-

Referência em gastronomia e cultura

O Restaurante Topo do Mundo, localizado no alto da Serra da Moeda, completa cinco anos de existência. Conhecido nacional e internacionalmente como um dos lugares mais bonitos e inusitados de Minas, tornou-se um verdadeiro ponto turístico, fazendo parte da Estrada Real, além de referência em gastronomia e cultura. Além da grande visitação de turistas aos finais de semana, o espaço e buffet do restaurante têm sido amplamente requisitados para a realização de todo tipo de eventos.

A vista que se tem do alto da Serra da Moeda, onde fica o Topo do Mundo, é privilegiadíssima, e a paisagem é de rara beleza, um verdadeiro cartão postal. Constantemente, o restaurante promove shows ao vivo, comandados

principalmente por artistas mineiros. Este ano já foram realizados as apresentações das bandas I4 Bis, Happy Feet e dos cantores Tunai, Vander Lee e Tadeu Franco, entre outros. A reforçando o compromisso de seus proprietários, os empresários Ludmila e Rogério Tamietti, de valorizar a boa música.

O ambiente proporciona a perfeita combinação entre uma deslumbrante vista, ambiente acolchegante e um cardápio especial aliado a uma requintada carta de vinhos. Situado a uma altitude de 1450m, no alto da cordilheira da Serra da Moeda, ao lado da rampa do Clube



Foto: Divulgação

de vôo livre, a visão panorâmica é um convite à contemplação.

Contato e informações: (31) 3575-5545 / (31) 8771-2884

Festival PalaBar é vitrine para Nova Lima

Evento de gastronomia leva reinvenções de pratos típicos, como costelinha e pernil, à mesa dos mineiros

Até 1º de novembro, os moradores e turistas de Nova Lima podem saborear as delícias da gastronomia local com a realização da quarta edição do PalaBar - Festival de Arte-Culinária de Bar e Botequim. Este ano o festival de comida de botequim pretende levar visitantes para apreciar os pratos dos 12 restaurantes participantes e, de quebra, ampliar o turismo no município.

Reunindo a tradição da culinária de Minas e a hospitalidade típica de Nova Lima os visitantes podem aproveitar, em cada esquina, um novo sabor. Os restaurantes prometem servir receitas originais, acompanhadas sempre um de uma cerveja bem gelada.

Carnes, massas e batatas são

os principais ingredientes dos tiragostos elaborados pelos chefs dos principais bares e restaurantes novalimenses. Durante o evento, o público votará nos quesitos sabor, criatividade e apresentação do tira-gosto, higiene e atendimento do local e temperatura da bebida. Junto à eleição do melhor tira-gosto, o PalaBar realiza o Festival de Talentos nos bares, com o III Torneio de Purrinha, o já tradicional Concurso de Desenho de Guardianapo.

De acordo com Paulo Henrique Moreira, coordenador do evento, o tema desse ano é a gentileza. "Vamos estimular a gentileza dos clientes, dos funcionários dos bares, como forma de tornar a ida ao boteco ainda mais agradável".

Restaurantes participantes:

AGRETTI - RODAS DO BONDE - Miolo de alcatra recheada com bacon e queijo provolone, e mandioca cozida na manteiga de garrafa e pimenta de biquinha. Bairro Ouro Velho - Tel.: 3581-7329.

BELLA VISTA BUTIQUIM - TRIO DA BELLA MATA - Mini batatas salteadas na manteiga, alho e ervas, salsichão recheado com mussarela e cobertura de canastra, croquete holandês. Acompanha molho de mostarda - Bairro Ouro Velho - Tel.: 3542-9876.

BIG OWL BAR, GRILL E CHOCOLATES - NINHO DA CORUJA - Casquinha de queijo parmesão, isca de frango, batata parafuso e molho gorgonzola - Bosque Residencial do Jambreiro - Tel.: 3581-7489.

RESTAURANTE CHEIRO DE MATO - MEDALHÃO DO LEÃO - Medalhão de filé com pimenta de biquinha. Batata portuguesa e molho rose - Bairro Jardim das Américas - Tel.: 3541-7450.

NOVO CLOWNS PUB CULTURAL - BOI BOMBADO - Costela de boi, mandioca na manteiga, pimenta de bica, pimentão com farofa de frutas cristalizadas - Chácara do Bom Retiro - Tel.: 3541-0679.

PIZZARIA DA SERRA - SACANAGEM DA SERRA - Massa, molho ao sugo, presunto, mussarela, lombo defumado, queijo minas. Espetinho: queijo minas, azeitona sem caroço e salame ao molho vinagrete - Bairro Ipê - Tel.: 3581-7511.

PIZZARIA D'ITALIA - SABOR DO OURO - Picanha, provolone, abacaxi, palmito e uva - Centro - Tel.: 3542-1937

KIOSQUE DO TONINHO - A DANADA DA LÍNGUA DO POVO - Língua de vaca/boi fatiada ao molho de vinho com champignon e torrada - Bom Jardim - Tel.: 3541-5099.

NORMA'S RESTAURANTE E PIZZARIA - COSTELINHA DO LEÃO - Costelinha de porco ao molho barbecue, acompanhada de couve refogada ao alho e purê de batata baroa - Centro - Tel.: 3541-3001.

SAINT DENIS CAFÉ - A SABOROSA DO BICAME - Batata cozida, requieijo, strogonoff de frango, mussarela, crouton, alface, pimentão e pimenta de biquinha - Bicame - Tel.: 3541-3933.

PIZZARIA VENEZA - MINA DO OURO - Cebola empanada, calabresa, filé mignon, lombo e frango semeado com alho torrado - Centro - Tel.: 3541-0299.

VÔO LIVRE RESTAURANTE & CHURRASCARIA - VÓOLIMENSE - Lingüiça calabresa, fritas, contra-filé e mandioca, com bacon e queijo mussarela - Centro - Tel.: 3581-2297.

Contato e informações: www.palabar.com.br ou (31) 3541-9948.

Fruta de Sabiá Projeto cevAdeil
Acnistus arborescens

Plante sua Fruta de Sabiá e tenha PÁSSAROS SILVESTRES como vizinhos.

Zé Renato Gazão
(31) 9952-9980 • 2535-4387
frutadesabia@yahoo.com.br
www.frutadesabia.com.br

Planeje seu futuro

SulAmérica Prev. Privada

associada ao ING

Consórcios Seguros Planos de Saúde

Helder Lois - Corretor de Previdência Privada e Seguros
Contatos: planejeouseufuturo@hotmail.com - (31) 8785 9743