

Rodrigo Galvão



Cine-Botequim-2

Divulgação



Teva

Por **Natasha Sobrinho**

Especial para o Correio da Manhã

É celebrado no dia 1º de outubro, o Dia Mundial do Vegetarianismo, alimentação sem qualquer tipo de consumo de produtos de origem animal. O movimento vem ganhando cada vez mais adeptos pelo desejo de um estilo de vida mais saudável, com uma alimentação que se baseia em ingredientes de origem vegetal, como cereais, legumes, frutas, sementes e cogumelos. Isso se reflete também na quantidade de novos restaurantes com cardápio sem proteína animal e no aumento de opções vegetarianas nos menus convencionais. Em homenagem a data, o Correio da Manhã fez um roteiro com pratos saborosos para aproveitar o dia. Confira abaixo:

CANTÓN – No restaurante de comida chifa, em Copacabana, é possível encontrar opções de pratos vegetarianos. Entre as sugestões está o Lâmen de Tofu e Fansi (R\$62) feito com caldo de legumes, tofu, repolho, ovo batido, fungo preto chine, macarrão fansi e pimenta guillin e o Mopu Tofu (R\$ 72) feito com tofu com shitake ao molho apimentado e cebolinha e acompanhado de arroz frito cantón. Endereço: Rua



Cantón

Dia Mundial do Vegetarianismo

Nay Dias



Hocus Pocus DNA

Rodolfo Dantas, 26 – Copacabana. Telefone: (21) 3594-0002.

CASA MOHAMED – No restaurante árabe, em Ipanema, o quibe ganhou uma versão vegetariana. assado com babaganoush (R\$ 33). Endereço: Rua Vinicius de Moraes, 149 – Ipanema. Telefone: (21) 3435-4977.

CINE BOTEQUIM 2 – A casa, no Maracanã, tem opções vegetarianas para almoço, como o Feijão Xuxa: feijão branco com legumes variados (cenoura, berinjela, abobrinha, couve e abóbora), arroz branco

Divulgação



Casa Mohamed

Divulgação



Zazá Bristô

Divulgação

Veja um roteiro com boas opções de pratos para aproveitar a data



Pato com Laranja

e banana da terra (R\$ 109,90 – 3 pessoas ou R\$ 39,90 - individual). Endereço: Rua Dona Zulmira, 111 – Maracanã. Telefone: (21) 2253-1414.

HOCUS POCUS DNA - Nem só de cerveja se vive a casa, é possível encontrar vários petiscos e sanduíches vegetarianos, e também pratos de almoço. Entre as opções estão: a Coxinha não é nada tradicional, feita de Falafel (R\$28- 4 unidades), o Burrito de Cogumelos (R\$38), com cogumelos shiitake e Paris, salteados com ervas frescas, shoyu e tonkatsu, guacamole, alface americana,

Bruno de Lima

cenoura e amendoim picado, envoltos no pão folha ou o Kibe de Abóbora com ricota (R\$36), acompanhado de legumes e farofa de ervas com parmesão. Endereço: Rua Dezenove de Fevereiro, 186, Botafogo. Telefone: (21) 3841-6554.

PATO COM LARANJA – Uma das sugestões de yakisobas oferecidas na casa é a versão vegetariana com legumes (R\$ 59). Ele é feito com massa udon e leva molho tonkatsu, tofu, legumes refogados, nirá e gengibre. Endereço: Rua Dias Ferreira, 410 – Leblon. Telefone: (21) 96777-0022.

TEVA – O premiado restaurante e bar de vegetais, em Ipanema, está com novidades no cardápio. Entre as opções está o escalope à piemontese (R\$ 78) com seitan empanado e frito ao molho demi-glace, cogumelos Paris, arroz Altitude à piemontese, creme de castanha, muçarela Basi.co e batata frita. Endereço: Av. Henrique Dumont 110B -, Ipanema. Telefone: (21) 3253-1355.

ZAZÁ BISTRÔ – Uma das opções do menu da casa é o nhoque vegetariano (R\$ 75). Ele é feito com batata doce roxa, molho de tomate, cogumelos e queijo grana padano. Endereço: Rua Joana Angélica, 40 – Ipanema. Telefone: (21) 99530-7173.