

Divulgação



Bar de Sto. António

Divulgação



O Rei dos Frangos Marítimos

Do mar para a mesa: A deliciosa jornada da sardinha

Veja um roteiro de onde comer o peixe de sabor marcante nos restaurantes cariocas

Por **Natasha Sobrinho (@restaurants_to_love)** Especial para o Correio da Manhã

A sardinha é um peixe pequeno, mas de grande versatilidade, presente nas mais variadas culinárias ao redor do mundo. No Brasil, é frequentemente encontrada nos botecos, acompanhada de uma cerveja gelada, ou em pratos simples, mas cheios de sabor. Já em tascas e restaurantes japoneses, a sardinha ganha destaque em preparações mais sofisticadas, como sushi ou sashimi, mostrando toda a sua riqueza e adaptabilidade. Seja em uma refeição descomplicada ou em uma experiência gastronômica mais elaborada, a sardinha nunca deixa de impressionar com seu sabor marcante e sua presença única. Confira abaixo o roteiro que o Correio da Manhã preparou para você com diferentes receitas, nos restaurantes cariocas:

Tomás Velez/Divulgação



Henriqueta

Tomás Velez/Divulgação



Sardinha Taberna

Tomás Velez/Divulgação



Quinta da Henriqueta

Selmy Yassuda/Divulgação



Casa Ueda

Divulgação



Dois de Fevereiro

BAR DE STO ANTÓNIO – No bar e restaurante português do chef Alexandre Henriques, toda quinta a sardinha é servida grelhada (R\$ 19 – unidade) e acompanhada pão, salsa, azeite e flor de sal. Rua Humberto de Campos, 827 - Loja B – Leblon. Tel: (21) 3518-0810.

BECO DAS SARDINHAS – Nos restaurantes da região (o Rei dos Frangos Marítimos e o Bar Ocidental) ela é preparada inteira, empanada e frita na farinha de mandioca (a partir de R\$ 4,50, a unidade) e o peixe por lá é chamado de frango marítimo. Rua Miguel Couto, 124 C- Centro. Tel: (21) 99771-68888.

CASA UEDA - No menu da casa a sardinha desfila com diferentes roupagens como a Grelhada (R\$ 45) preparada via método Robotayaki, a Frita à Milanese (R\$ 40) ou em Conserva (R\$ 30). O peixe também é servido em Sushis (R\$ 30 - duas unidades) e Sashimis (R\$ 40 - porção). Rua Hans Staden 10 – Botafogo. Tel: (21) 96633-4907.

DOIS DE FEVEREIRO – No restaurante do chef João Diamante é possível encontrar a Casquinha de sardinha (R\$ 21,90). Rua Sacadura Cabral, 79 - Largo da Prainha. Telefone: (21) 98886-3484.

HENRIQUETA - O bar-restaurante reúne muitas delícias da terrinha em ambiente acolhedor e descontraído. O menu conta com uma variedade de receitas lusitanas como a Sardinha na brasa (R\$ 14 - unidade) acompanhada de baguete. Rua Aristides Espínola, 121 – Leblon. Tel: (21) 3490-6261.

QUINTA DA HENRIQUETA – O restaurante apresenta cardápio com influências da culinária açoriana e, também, os clássicos portugueses, em um ambiente elegante e contemporâneo, no Jardim Botânico. Um dos pratos da seção “heranças portuguesas” é a Sardinhada (R\$ 89), sardinhas assadas, servidas com mix de pimentões e batatas cozidas. Rua Lopes Quintas, 165 - Jardim Botânico. Tel: (21) 2137-7493.

SARDINHA TABERNA – A autêntica taberna portuguesa tem em seu cardápio diversas opções de sardinha: Sardinha Frita com aioli temperado (R\$ 33,90 – 4 unidades); Sardinha assada à portuguesa, acompanhada de tosta (R\$44,90- 3 unidades) e Filet de Sardinha na tosta de pão (R\$33,90 – 4 unidades). Rua Aristides Espínola, 101 – Leblon. Tel: (21) 97169-7360.