

GASTRONOMIA



Léa Araújo
 contato@degustatividade.com.br
 degustatividade

FOTOS ARQUIVO PESSOAL

Green Up - Happy Healthy Hour

A cada dia mais pessoas estão buscando uma alimentação mais saudável e com isso têm crescido bastante em BH as opções de entretenimento visando o bem-estar. O Green Up, inaugurado em fevereiro do ano passado, sempre teve essa visão, funcionando inclusive ao lado de duas academias, a Cia Athletica, no Diamond Mall, e a Bodytech, no Belvedere. Agora, a loja da Savassi acaba de inaugurar um cardápio noturno especialmente elaborado pelo chef Felipe Rameh, que une a alta gastronomia saudável e o clima de bar descontraído ao som de músicas de qualidade.

O Happy Healthy Hour oferece um menu com entradas, petiscos e pratos principais elaborados com ingredientes naturais, locais, livres de agrotóxicos e produtos químicos. Mas também não deixa de lado as cervejas artesanais, um bom vinho e um bar de gin, afinal o equilíbrio é a chave do sucesso. A programação semanal inclui DJs convidados e pocket shows de artistas de jazz como Jimmy Duchowny, que animou e deixou a noite de lançamento sofisticada com seu talento.

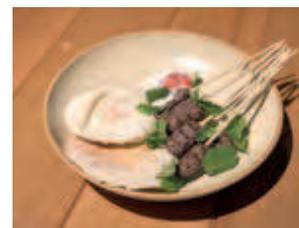
Começamos pelo ótimo atum selado no leve molho ponzu com nabo japonês e a picância da jalapeño (R\$ 35). Em seguida, um espetacular ceviche de coco (R\$ 18) em que não se sentia falta de peixe na receita. O Edamame Mineiro é um simples e delicioso quiabo finalizado com flor de sal (R\$ 13). Comentário geral da noite foi a amostra do Curry de Camarão com arroz

basmati que será um prato principal (R\$ 45); de arrancar suspiros o molho condimentado com legumes, algo umami. Na porção de chips de raízes brasileiras vem cará, batata doce, baroa e monalisa (R\$ 15), sequíssimos e bem crocantes. A kafta de cordeiro é servida com coalhada seca, zattar, hortelã e pimenta dedo de moça e acompanhada de pão árabe (R\$ 25). Experimentamos uma versão mini do Burguer de Angus (R\$ 35) e do Fish Cake de Tilápia (R\$ 30), bem executados.

Drink à base de gin, em especial da estilaria mineira Yvy e feito com kombucha da KHappy Kombucha de morango e gengibre, é uma escolha com pouquíssimas calorias. Aliás, kombucha puro foi a minha escolha para a noite e não senti falta de álcool. Que bebida especial: um chá fermentado, naturalmente gaseificado e probiótico. Dá pra divertir demais com saúde, é só fazer as escolhas certas.

No almoço, o Green Up segue com a proposta do Chef Service, pratos saudáveis montados pela equipe de cozinha a partir dos ingredientes escolhidos pelo cliente, um formato que conheço desde quando o chef Felipe Rameh implantou no Alma Chef. A loja da Savassi ainda recebe uma vez por mês uma edição da Feira Fresca, que reúne pequenos produtores regionais para oferecer ingredientes com procedência, promovendo a sustentabilidade produtiva.

A partir deste sábado, dia 9, o chef Felipe Caputo assumirá o comando da cozinha. Capu-



to retorna ao Brasil após uma temporada de trabalhos nos EUA, onde fez parte da equipe de cozinha do restaurante "abcV", do renomado e premiado chef Jean Georges Vongerichten, localizado em Nova Iorque. Antes de participar da equipe do abcV, o chef brasileiro já havia trabalhado no restaurante Soho House, na Califórnia, cuidando das criações veganas, vegetarianas e low carb, na mesma época em

que estudou e se formou na escola Raw & Vegan Plant Lab Culinary, especializada nos estudos de alimentações funcionais, orgânicas e veganas. Felipe Rameh continua seu trabalho no Green Up assinando a criação do conceito gastronômico, além da curadoria de produtos e fornecedores, processo de escolha de produtos e ingredientes naturais, orgânicos e de qualidade.



Na web
greenup.com.br
facebook.com/EatGreenUp
 Instagram: @eatgreenup

Onde
 Endereço: Rua Alagoas, 851 Savassi



Detalhes
 Chefs: Felipe Rameh e Felipe Caputo
 Especialidade: cozinha saudável
 Horários: de segunda a sexta, das 9h às 20h; sábado, das 11h30 às 23h30
 Capacidade 140 pessoas sentadas
 Estacionamento/manobrista
 Inaugurado em janeiro de 2017

FEIRA DE VINHOS SUPER NOSSO

Entre os dias 12 e 17 de junho, a 9ª edição da Feira de Vinhos Super Nosso acontecerá no Espaço Meet e contará com mais de 120 rótulos a preços promocionais, além de cursos, palestras, apresentações musicais e degustações comentadas na faixa de R\$ 100, com cerca de metade do valor revertido em compras. Dois dos cursos são com as recém-lançadas carnes Angus do Super Nosso harmonizadas com vinhos especiais. A sensação é a cartela de degustação TOP 10, que dá direito a 60ml dos dez melhores vinhos da feira, selecionados por especialistas no assunto. A vantagem é que por R\$ 120 é possível provar vinhos na faixa de R\$ 110 a R\$ 300 e decidir qual te agrada mais para montar uma adega de respeito! Recomendado. Outros vinhos também estarão disponíveis para apreciação e a cada dia haverá dois rótulos com desconto de 40%. A entrada custa R\$ 35 de consumação. Av. Raja Gabaglia 2.671 - São Bento.

HORTA À PORTA DELIVERY

A Horta à Porta entrega na sua casa alimentos sem agrotóxicos, frescos, saudáveis e conecta pequenos produtores e clientes. Os produtos podem ser escolhidos no site e há também opções de cestas já montadas, como a cesta suco verde ou a cesta frutas a R\$ 30. O carro chefe é a cesta semanal com

8 a 10 produtos que variam de acordo com a disponibilidade e a época. E você ainda pode completar sua feira com uma variedade de folhosas, legumes, frutas, temperos e quitutes. Para compras acima de R\$ 180 a entrega é gratuita. Os pedidos feitos até o meio-dia de segunda-feira são entregues na terça-feira e os feitos na quinta são entregues na sexta-feira. Peça pelo site lojahortaporta.com.br ou pelo e-mail pedidos@hortaporta.com.br. Rua Montes Claros, 1.067 - Carmo. Tel.: (31) 3225-5790.

FESTA JUNINA DO XAPURI

A Quermesse Dona Nersa acontece dia 16 de junho, das 18h às 0h, no Xapuri. O ingresso de R\$ 160 dá direito aos comes típicos, como churrasquinho de boi, pernil e frango, linguiça com cebola, costelinha frita, mandioca, tropeiro, torresmo, cachorro quente, pastel de angu de carne seca e de queijo, bolinho de mandioca, pão de queijo, caldo de feijão, caldo de mandioca e surpresas do chef Flávio Trombino. Sem falar nos doces, como pé de moleque, cocada, arroz doce, canjica, doce de leite e maçã do amor. Inclui também chopp Backer, caipirinha, caipivodka, quentão, água e refrigerante. Crianças de 4 a 10 anos pagam R\$ 45. Quem for a caráter ganha fichas para as brincadeiras. Informações: (31) 3496-6198 / (31) 97313-1090.

PROMOÇÃO 50% DE DESCONTO NO SEGUNDO PRATO

parrilla portenha
 o autêntico sabor da carne
 BH Shopping - Loja NL 47 - st: 3286.1656

Promção válida de segunda a domingo a partir das 17h para dois pessoas. O prato promocional será de valor igual ou menor que o pedido, com 50% de desconto. Exclui Carrê de Cordeiro, Perna Rã e Bacalhau. Prato Individual. Foto meramente ilustrativa.