

ÁGUA NA BOCA

De grão em grão

MARTA PAES
marta.paes@oglobo.com.br

Miúdos e fontes de proteínas, os grãos podem ser consumidos de várias formas. Estão em pães, massas, pratos salgados e doces, e essa ver-

satilidade é o que os torna tão atraentes ao paladar.

A lentilha é a base do caldo do Sr. Fritz, do Botto Bar, servido com costela bovina desfiada. O milho está no recheio da empada integral da Casa da Empada. Grãos de quinoa estão no cardápio de

salada do **Deep Freeze**, que leva ainda cebola e tomate picadinhos.

Já o verde do pistache tem versões doces no Bem Casado & Co. e no Docinhos & Doçuras. ●

Continua até a página 13

12 | O GLOBO | TIJUCA
Quinta-feira 6.3.2014

ÁGUA NA BOCA

DIVULGAÇÃO/FABIO RIGHETTI



Deep Freeze. Salada com grãos de quinoa, cebola e tomate picadinhos. R\$ 11,90 (porção de 150g)

ONDE COMER

BEM CASADO & CO.

Encomendas podem ser feitas pelo site www.bemcasadoeco.com.br e pelos telefones 3074-3174 e 98292-8989.

BOTTO BAR

Rua Barão de Iguatemi 205, Praça da Bandeira. Tel. 3496-7407. Terça e quarta, das 16h às 23h; quinta, das 16h à meia-noite; sexta e sábado, das 16h à 1h; e domingo, das 15h às 22h.

CASA DA EMPADA

Rua Conde de Bonfim 668,

Tijuca. Telefone: 2268-8879. De segunda a sexta-feira, das 9h às 19h30m; sábado, das 9h às 14h.

DEEP FREEZE

Rua Uruguaí 245-A, Tijuca. De segunda a sexta, das 10h às 21h; sábado, das 10h às 18h; e domingo, das 10h às 14h. Site: www.deepfreeze.com.br.

DOCINHOS & DOÇURAS

Encomendas podem ser feitas pelo site www.docinhosedocuras.com.br e pelo telefone 2710-2971.