

Estado: RJ | Veículo: O Globo | Data: 29/05/2005 |

Seção: Jornal de Bairro Niterói | Espaço: Água na Boca 2005

## Em alta: verdes sobrevivem à chegada do frio

Nem a proximidade do inverno acaba com o reinado das saladas. Saudáveis e nutritivas, elas inovam cardápios

Júlia Motta

Quem pensa em comida leve e saudável tem sempre como alternativa uma boa salada. Longe de ser apenas uma combinação de folhas, elas despertam a imaginação dos chefs e aparecem em variações criativas com carne, frango, peixe e massas.

O Outback investe no pão australiano e no croûton. Com tira de miolo de alcatra, a kalbarri caesar salad (R\$ 28,50) é uma opção para quem não dispensa carne na refeição. Já na Brisbane caesar salad (R\$ 29,50), camarões grelhados acompanham a salada.

O sócio gestor do Outback, Ricardo Roy Blyth, conta que a casa investe nos temperos: — São pratos que têm ótima saída. Quem vem ao Outback comer salada busca o tempero peculiar das nossas caesars à base de sardinhas anchovada.

Já o Jambreiro aposta nas inovações. Só este mês, três novas saladas entraram no cardápio. Com fanelli, tomate seco, parmesão em lascas, mozzarella de búfala e azeitona preta, a salada Jambreiro (R\$ 13,50) é servida ao molho pesto. Já a italiana (R\$ 15,50) vem com fatias de peru defumado, provolone, abacaxi, tomate-cereja, rúcula, alface americana e molho de mostarda e mel. Para



SALADA COM fanelli e tomate seco é a novidade do Jambreiro

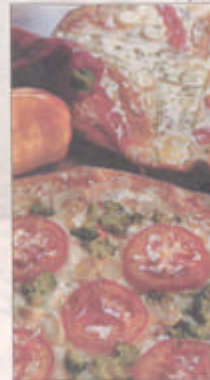
quem não quer abusar nas calorias, a salada suave (R\$ 13,50) aparece com frango em lascas, rúcula, filé de alface, queijo parmesão, tomate-seco, azeitonas pretas e manjericão ao molho de ervas e iogurte.

Até nas pizzas as saladas ganham vez. No Queen Pizza, a de abobrinha e a vegetariana — com brócolis, ricota, champignon e tomate — são muito pedidas. Sônia Pahão, sócia da casa, conta que os clientes sempre optam por ingredientes light ao montar as pizzas:

— As saladas ganham cada vez mais espaço. Além do visual atraente, são mais saudáveis. ■

Essas e para esta coluna: [opinionista@oglobo.com.br](mailto:opinionista@oglobo.com.br)

Muller Pinho



NO QUEEN Pizza, fazem sucesso os sabores abobrinha e vegetariana (à frente)

Rony Silva



A BRISBANE caesar salad, do Outback, vem com camarões grelhados

### Onde comer

- **JAMBEIRO:** Rua Presidente Domiciano 131, Boa Viagem. Tel.: 2719-9893. Aberto diariamente, a partir das 11h30m. Cartão: Visa. Tiquetes: Todos.
- **OUTBACK:** Plaza Shopping, 11º andar, Rua Quirino de Noronha 6, Centro. Tel.: 2629-3029; De domingo a quinta, das 12h às 23h.

sesta e sábado, das 12h à 1h. Cartões: Mastercard, Visa, Credit card, Dinners e Amex.

- **QUEEN PIZZA:** Avenida Quirino Bocaiuva 219, loja 2, São Francisco. Tel.: 2714-3200. De segunda a domingo, a partir das 17h. Cartões: Todos, exceto Amex. Tiquetes: VR, TR e Visa Vale.