

# Pratos para voltar à forma

Melina Amaral

melina.amarak@oglobo.com.br

O ano de 2010 mal começou e já foi dada a largada para a corrida contra a balança. Depois da comilança das festas de fim de ano, é chegado o momento de colocar o pé no freio, para tentar recuperar a boa forma, antes que o carnaval dê o ar de sua graça. Pensando nisso, restaurantes da Zona Sul elaboraram menus de verão repletos de saladas, carnes leves, sucos e sobremesas light, para não pesar na consciência e no corpinho!



Divulgação/Laffa Kebab

■ KEBAB DE salmão com cream cheese e alface americana, no Laffa Kebab (R\$ 8,50)

## Onde comer

● **AQUIM:** Avenida Ataulfo de Paiva 1.240, loja B, Leblon (2512-4670).

● **CAIPIRA CHIC:** Avenida Nossa Senhora de Copacabana 98, loja G, Copacabana (2275-6624).

● **EMPORIUM PAX:** Praia de Botafogo 400, loja 704 — Botafogo Praia Shopping (3171-9713).

● **GIANLUCA CAFÉ:** Avenida

Ataulfo de Paiva 1.292, loja C (3183-0403).

● **GRAND CRU BISTRÔ:** Rua Vinícius de Moraes 130, Ipanema (2247-1089).

● **INTIHUASI:** Rua Barão do Flamengo 35, loja D, Flamengo (2225-7653).

● **JOAQUINA:** Rua Voluntários da Pátria 448, lojas 3 e 4 — Cobal do

Humaitá (2527-1722).

● **LAFFA KEBAB STORE:** Rua Visconde de Pirajá 175, loja A, Ipanema (2522-5888).

● **LAGUIOLE:** Avenida Infante Dom Henrique 85 — Museu de Arte Moderna (2517-3129).

● **LE VIN BISTRÔ:** Rua Barão da Torre 490, Ipanema (3502-1002).

● **LORENZO BISTRÔ:** Rua Visconde de Carandal 2, Jardim Botânico (3114-0855).

● **NIK SUSHI:** Rua Garcia D'Ávila 83, Ipanema (2512-6446).

● **REAL ASTÓRIA:** Avenida Repórter Nestor Moreira 11, Botafogo (2244-6239).

● **TAIPING:** Rua Lauro Müller 116, loja A 42A — RioSul, Bo-

tafogo (2295-5000).

● **TERZETTO:** Rua Jangadeiros 28, Ipanema (2247-6797).

● **UNIVERSO ORGÂNICO:** Rua Conde de Bernadotte 26, lojas 105 e 106, Leblon (3874-0186).

● **ZAZÁ BISTRÔ:** Rua Joana Angélica 40, Ipanema (2247-9101).