

CORREIO INDICA

Andrés Ruiz*

Para começar o dia bem

Uma das, se não a mais importante, refeições do dia, o café da manhã sacia o corpo no período em que ele se encontra no estado de maior jejum. A origem da palavra é variável de acordo com o país em questão, mas, na maioria

das línguas populares, ela faz referência ao desjejum: *breakfast* (inglês), *déjeuner* (francês) e *desayuno* (espanhol). No português europeu, o termo mais utilizado é “pequeno almoço” ou “mata-bicho”. No brasileiro, por outro lado, adotou-se o “café da manhã”.

O hábito é uma herança comum do século 19, quando o Brasil passou a produzir e exportar o café em larga escala. A acessibilidade do produto, portanto, passou a ser tamanha que em toda mesa pela manhã havia o café esperando

para ser tomado. Percebeu-se que a bebida se alinha muito bem com o potencial energético exigido pelo corpo durante a manhã. Desde então, o costume ganhou nome próprio e passou a designar a refeição consumida pela manhã.

DIVULGAÇÃO/INSTAGRAM



Casa de Biscoitos Mineiros

Nada mais mineiro do que o bom e velho pão de queijo. Na Casa de Biscoitos Mineiros (Rua 33 Norte, Av. Parque Águas Claras, Loja 11), o cliente pode visitar um espaço agradável e aconchegante para desfrutar a melhor combinação entre pão de queijo e café quentinhos

logo pela manhã. A boa pedida é montar uma cesta com pães de queijo, tradicionais (R\$ 72,90kg) ou coquetéis (R\$ 66,90kg), acompanhados pelo café da casa, servido em três tamanhos, por R\$ 6, R\$ 7 e R\$ 8. A padaria abre de terça a domingo, das 7h30 às 20h, e segunda, das 8h às 20h.

Café Filó

Para os amantes de tortas, o Café Filó (St. Sudoeste Superquadra Sudoeste 301, Bloco C) oferece excelentes opções de sobremesa. Na intenção de fugir do café, a bebida especial da casa vai para o chocolate quente cremoso, pequeno (R\$

13) ou grande (R\$ 19). Para comer, um dos carros-chefes é a fatia de cheesecake com calda de frutas vermelhas artesanal (R\$ 18). O Café Filó funciona de manhã aos sábados, em que abre às 9h. De segunda a sexta, funciona das 12h às 20h.

DIVULGAÇÃO/INTERNET



La Boulangerie

Especializado em panificação artesanal, o La Boulangerie cria, desde 2007, um ambiente tipicamente francês em Brasília. Para um café da manhã decorado, a padaria fornece o kit para café da manhã, com as opções Petit Four Francês (R\$ 39,90) e

o Petit Four Classique (R\$ 65,90), que acompanham porções salgadas e outras delícias. À parte, o Eclair Aux Fraises de morango (R\$ 19,30) é uma recheada opção para adoçar o paladar. O La Boulangerie funciona de segunda a sábado, das 7h às 20h.

DIVULGAÇÃO/INSTAGRAM



DIVULGAÇÃO/INSTAGRAM

Marilda Café

A opção para o café da manhã do fim de semana fica por conta do Marilda Café (Bloco C - SCLRN 716, Loja 57). Aos sábados e domingos, a casa abre pela manhã, às 9h, e serve o tradicional Brunch I. Por R\$ 90, o pacote inclui: uma salada de frutas com iogurte caseiro, mel e grão-de-bico; quatro fatias de brioche na chapa com manteiga, geléia, ovos e bacon; um bolo do dia; e duas bebidas à escolha. O Marilda Café é uma ótima opção para uma refeição ao ar livre. Durante a semana, o restaurante abre apenas às 12h.

Estagiário sob a supervisão de Severino Francisco