

# Camarão que dorme

O Divirta-se mais selecionou seis restaurantes com pratos que destacam o sabor do crustáceo em receitas que ressaltam a versatilidade da culinária litorânea

Davi Cruz\*

Giovanna Kunz\*

Presente na culinária de diversos lugares do mundo, o camarão é um fruto do mar saboroso e versátil. Por ter um sabor delicado, a iguaria se adapta em uma ampla gama de receitas, inclusive pratos quentes e frios. O crustáceo é encontrado em água doce e salgada e é fonte de ômega-3, antioxidantes, vitaminas do complexo B, D e minerais, melhora o sistema cardiovascular e o sistema nervoso e traz benefícios para a manutenção da massa óssea. Além disso, eleva a porcentagem de serotonina – hormônio do bem estar – afinal, é difícil não se sentir bem após uma bela degustação de camarão.

Com a diversidade do alimento, os restaurantes conseguem criar diferentes pratos para o cardápio. “O camarão é o produto mais procurado. Apesar de termos opções de lagosta, bacalhau, polvo, peixes e outros, o camarão está entre as opções mais desejadas pelos nossos clientes. Por isso, a diversidade e a oferta deste produto no cardápio



**Moqueca de camarão do restaurante Manzuá**

acaba sendo a maior”, conta Paulo Braga Lopes, gerente geral do Nau.

Apesar de Brasília ser uma cidade sem praia, a capital do país recebe influências do mundo todo e as referências da culinária litorânea no preparo do camarão são evidentes. “Brasília é uma cidade que respira saúde e bem estar. Quando pensamos em um cardápio exaltando o camarão, buscamos referências na gastronomia mediterrânea, na qual os alimentos são preparados de

forma leve e saudável. Outra característica marcante do consumidor brasileiro é a estreita ligação afetiva com as cidades litorâneas do Brasil, onde o camarão aparece liderando os cardápios e é preparado das mais variadas formas”, relata Enozor Junior, sócio do Sumô Sushi.

Como a proteína pode ser preparada de muitas maneiras, ela permite que os chefs usem a criatividade e consigam inovar na forma que o alimento é apresentado. “Brasília tem

um mercado de pescados em expansão, apresentando um mercado cada vez mais atrativo. O camarão é bastante versátil e pode ser consumido de diversas formas. Pensando em proporcionar uma experiência gastronômica diferenciada ao brasileiro, nasceu o Camarão Burger, casa especializada em hambúrgueres de camarão”, diz Renato Peres do Camarão Burger.

**Estagiários sob a supervisão de Severino Francisco**