

CORREIO INDICA

Reprodução: Instagram Greens Restaurante



Suco verde
Detox do
Greens
Restaurante
Natural

REPRODUÇÃO: INSTAGRAM NATURETTO



Salada
natural de
Pitaya do
Naturetto
Nattu
Restaurante

Para curar a ressaca!

Lara Oliveira*

Após intensos dias de muita folia e curtidão, a ressaca é inevitável. Sucos naturais, detox e saladas são ótimas opções para amenizar os efeitos colaterais da farra. Confira alguns locais que servem sucos e saladas para ajudar o brasiliense a repor as energias e manter a saúde depois da festa.

Suco do Detox do Greens Natural

Inaugurado em 1996 e localizado na Asa Norte, o Greens Natural restaurante oferece um menu natural completo que conta com bufê a la carte, conveniência e padaria. A casa tem por

objetivo proporcionar ao cliente uma experiência de contato com alimentos naturais e saudáveis.

A casa se destaca em várias receitas, mas o suco detox é o melhor para curar a ressaca de carnaval. Entre as opções de suco estão o Detox Linhaça (R\$ 12,60), feito com água de coco, morango, folhas de hortelã, gengibre e semente de linhaça.

E outra opção é o Detox Gengibre (R\$12,60), feito com maçã com casca, cenoura, laranja, folha de couve, gengibre e água de coco. O restaurante também oferece várias receitas de saladas naturais para ajudar a repor as energias. O Greens Natural Restaurante está localizado na CLN 302 Bloco

B, na Asa Norte, e funciona de segunda a sexta, das 10h às 22h, e sábados e feriados, das 10h às 15h30.

Saladas do Naturetto

O Naturetto Nattu é outro restaurante que apresenta boas receitas da comida natural, vegetariana e vegana. O espaço é acolhedor e traz um contato com a natureza, pois o ambiente está rodeado de plantas de várias espécies e o cliente tem a opção de se sentar ao ar livre ou dentro do restaurante.

O cardápio se destaca pelas opções variadas de pratos naturais, que vão desde almoços, self service ou à la

carte, sobremesas e lanches. Um dos destaques da casa é o bufê de saladas especiais (cada uma diferente da outra) que, além de serem coloridas, são nutritivas e podem ser uma excelente opção para repor as energias e manter o corpo saudável após uma ressaca.

O restaurante também serve diversos tipos de sucos naturais, que, além do suco detox, também são eficientes para o pós ressaca de carnaval. O Naturetto Nattu Restaurante está localizado na CLN 405 Bloco C, na Asa Norte, e funciona de segunda a domingo, das 11h às 22h.

*Estagiária sob a supervisão de Severino Francisco