

KAYO MAGALHÃES/CB/D.A. PRESS



Beringela à parmegiana, do Restaurante Beirute

Coxinha, ceviche, almôndega e até mesmo feijoada — é possível encontrar versões com ingredientes vegetais de todos esses pratos

Isabela Berrogain

Foi-se o tempo em que os vegetarianos eram considerados um público de dieta restritiva. Sejam em restaurantes voltados para o não consumo de carne, sejam em casas com destaque para as opções carnívoras, é possível encontrar uma extensa

Releituras vegetariananas

variedade de pratos que não levam a proteína na receita.

Em Brasília, as releituras de pratos clássicos em versões vegetariananas têm se tornado uma tendência na culinária contemporânea — o peixe nas tradicionais moquecas é substituído pela banana e o cogumelo; e o tofu entra no lugar das carnes de porco das

feijoadas, por exemplo.

Apesar da troca dos ingredientes de origem animal por alternativas à base de vegetais, os pratos mantêm a essência e sabor das receitas originais, em uma roupagem mais sustentável e inclusiva, voltada não só para vegetarianos, mas também para os que buscam reduzir o consumo de carne.

Versões alternativas

Inaugurado há 58 anos, o Bar Beirute é praticamente ponto turístico de Brasília. A história do restaurante, tradição na cidade, confundiu-se com a da capital federal, de 64 anos de idade — coincidentemente, os dois fazem aniversário no mês de abril. Apesar do foco na gastronomia árabe, o estabelecimento conta com um cardápio extenso, que se destaca principalmente pelos

conhecidos kibeurtes, receita da casa, e as opções à parmegiana.

No menu, os vegetarianos podem encontrar versões sem carne dos carros-chefe, como o kibeurte de berinjela (R\$ 35,90) e a berinjela à parmegiana (R\$ 89,90). Bebida mais popular entre os clientes do Beirute, a cerveja é representada no cardápio por seis diferentes rótulos (R\$ 10,90 a R\$ 21,50), além do chope Brahma (R\$ 9,99).