

KAYO MAGALHÃES/CB/DA PRESS



No bufê do Amor à Natureza, encontram-se opções como almôndega e quibe

## Pioneirismo natural

Fundado em 1987, o Amor à Natureza foi um dos primeiros restaurantes vegetarianos da Asa Norte, principal point do público adepto da alimentação sem carne. “A ideia de oferecer uma comida natural e saudável faz parte da filosofia do Amor à Natureza”, conta Priscilla Rios, que administra o restaurante da avó Therezinha Rios.

Para além dos insumos escolhidos a dedo que são utilizados nas receitas, outro diferencial da casa é o espaço — localizado na 310 Norte, o

estabelecimento é rodeado por um jardim com plantas e flores. “Percebo que os clientes gostam de ficar um pouco mais depois do almoço, aproveitando o aconchego do espaço”, pontua Priscilla.

O restaurante funciona sob regime de bufê (R\$ 79,90/kg) e tem como destaque versões vegetarianas da tradicional almôndega, quibe e ceviche, esse feito à base de banana-da-terra, manga e suco de laranja. Aos sábados, a casa oferece também a feijoada vegana.

## Churrasquinho delicioso

Um dos principais restaurantes veganos da cidade, o Apetit Natural surgiu em 2015 como o primeiro food truck do ramo do Centro-Oeste. Bem recebida pelo mercado, a casa, dois anos depois, ganhou espaço fixo na 407 Norte. Apesar das principais opções do bufê (R\$ 69,90/kg), o destaque do estabelecimento é o espetinho de churrasco de seitan (R\$ 14,90).

“É uma receita desenvolvida pela matriarca da nossa família, a dona Sônia. Esse churrasco passou por vários testes até chegar à textura e sabor desejado, sendo hoje um dos pratos mais elogiados da casa”, garante a sócia Sara Souza.

KAYO MAGALHÃES/CB/DA PRESS



Churrasco de seitan do Apetit Natural