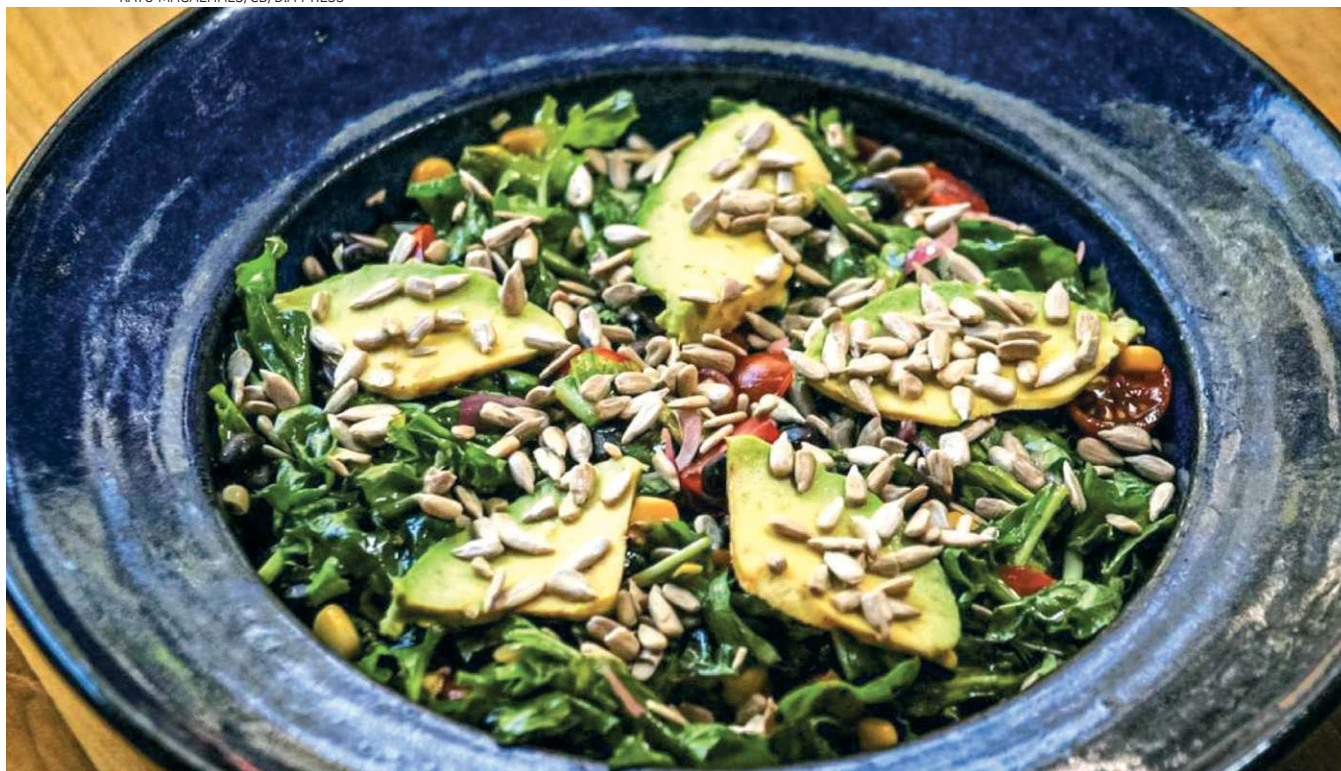


KAYO MAGALHÃES/CB/D.A PRESS



## Sabor orgânico

Capitaneado pelo chef Rafael Goebel, o Oby Sabores Orgânicos tem como intuito levar o cliente a uma experiência sensorial e nutricional por meio de

uma gastronomia contemporânea, que se baseia no uso quase que exclusivo de ingredientes orgânicos. Os insumos utilizados no restaurante, dos temperos

de ervas frescas até o leite de coco, são produzidos na cozinha da casa ou encomendados de pequenos produtores do Distrito Federal e Entorno.

### Bowl costarrriquenho do Oby

No período pré-carnaval, uma boa opção presente no menu é o bowl costarrriquenho (R\$ 38,90), salada de feijões costarrriquenos no azeite de coentro, feijões pretos, grão de milho maçaricado, abacate, tomate, sunomono e conserva de cebola roxa preparados na casa e pepitas de girassol. O prato é acompanhado por couve kale ou Azedinha, a depender da disponibilidade.

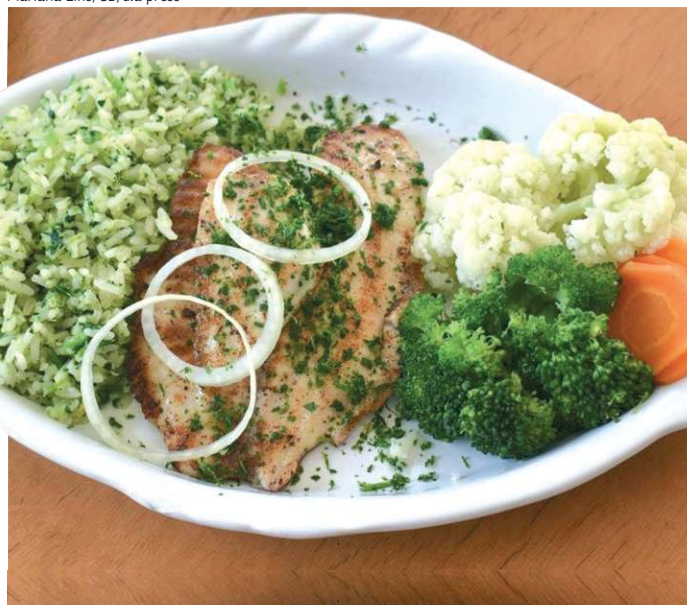
Outra opção leve é o terramar (R\$ 62,90), peixe à Oby com nhoque de bananas e salada verde. A alternativa é composta por 200g de filé de pescada in natura ao molho de manteiga de castanhas com ervas e limão siciliano e finalizado no maçarico. O nhoque é feito à base de molho de leite de coco fresco defumado e tomates assados, enquanto a salada é um mix de folhas com abacate, grão de bico crocante e molho de ervas frescas.

## Opção ideal

Especializado em tilápia, o restaurante Peixe na Rede, conhecido pelos brasilienses, oferece no menu uma variedade de pratos que tem como destaque principal o ingrediente. Ideal para consumo no período carnavalesco, a proteína grelhada é a melhor opção do menu para os foliões.

O filé de tilápia grelhado sai no valor de R\$ 43,50 (150g), e é acompanhado por duas guarnições, como arroz com brócolis,

Mariana Lins/CB/d.a press



### Filé de tilápia do Peixe na Rede

batata sauté, legumes no vapor (cenoura, brócolis e couve-flor) ou salada

juliana. Há também a opção do peixe com gergelim, por R\$ 44,50.

### ONDE COMER?

#### MAXFOODS

CLS 105, bloco B, loja 18  
De segunda a sexta,  
das 8h às 20h30  
Sábado, das 8h às 19h  
Oby Sabores Orgânicos  
CLN 405, bloco C, loja 31  
Quarta e quinta,  
das 11h às 22h  
Sexta e sábado, das 11h às 23h  
Domingo, das 11h às 16h50.

#### PEIXE NA REDE

CLSW 102, bloco B,  
lojas 58, 60 e 62  
CLS 405, bloco A, loja 34  
De segunda a sábado,  
das 11h às 22h  
Domingo, das 11h às 17h.