

Tradição na cidade

Há mais de 10 anos no mercado, o Manzuá, restaurante do Pontão do Lago Sul, consolidou-se como um dos principais restaurantes especializados em frutos do mar de Brasília. Na casa, o preparo dos pratos é feito após uma seleção rigorosa de ingredientes frescos, seguindo as devidas técnicas de preparo.

No menu, são inúmeras opções de peixes, além de receitas com lagosta, polvo e camarão. O carro-chefe, no entanto, são as ostras — tanto as frescas (R\$ 99 — 6 unidades), servidas com ovas de massago, quanto as gratinadas ao molho branco e parmesão

KAYO MAGALHÃES/CB/D.A PRESS



No Manzuá, há opções de ostras frescas e gratinadas

(R\$ 109 — 6 unidades). Quando o assunto é harmonização, a sugestão são os vinhos brancos (a partir de R\$ 61) e espumantes (a partir de R\$ 90).

ONDE COMER?

COM CERTEZA

SHIN CA 5 —
Lago Norte
De quinta a sábado,
das 11h às 23h
Domingos e feriados,
das 11h às 16h

das 12h à 0h
Sexta e sábado, das 12h à 1h
Domingo, das 12h à 0h

MARIE CUISINE

CLS 103, bloco A, loja 2
De segunda a quinta, das
12h às 16h e das 19h à 0h
Sexta e sábado, das 12h às
17h e das 19h à 1h
Domingo, das 12h às 17h

COZZE MEDITERRÂNEO

SHIS QI 9, bloco A,
lojas 12, 18 e 24
De terça a quinta, das 12h
às 16h e das 19h à 0h
Sexta e sábado, das 12h às
17h e das 19h à 1h
Domingo, das 12h às 17h

TAYPÁ DEL PERÚ

SHIS QI 17, bloco G, loja 208
De segunda a quinta, das
12h às 15h e das 19h à 0h
Sexta, das 12h às 15h
e das 19h à 1h
Sábado, das 12h às 15h
e das 19h à 0h
Domingo, das 12h às 17h

MANZUÁ

Pontão do Lago Sul
De segunda a quinta,



*Se a sua respiração
é profunda, sua
concentração
também será.*

Meditação, respiração e movimento

Aulas presenciais e online

50%

DE REDUÇÃO PARA
ESTUDANTES
ATÉ 26 ANOS

*Planos presenciais
Não cumulativo

clube
40%
DE DESCONTO*

Aceitamos GymPass/WellHub e TotalPass

DeRose
Method

Escola DeRose Sudoeste | WhatsApp 61 99632-4350 | www.sudoeste.derosemethod.org