

CORREIO INDICA

Giovanna Kunz

CHEF MARCELLO LOPES ENSINA RECEITA DE COQUETEL LEVE E REFRESCANTE PARA O PERÍODO DE CLIMA SECO EM BRASÍLIA

Durante o período de seca, o clima quente e a baixa umidade se tornam um desafio para aqueles que querem manter a hidratação. Para reduzir a sensação constante de ressecamento, os drinks com frutas da estação, ervas e bases menos alcoólicas se destacam como alternativas leves e refrescantes.

O chef Marcello Lopes, responsável pelas cozinhas dos restaurantes Blend Boucherie Italianíssimo, afirma que o principal elemento para um bom drink para esse período, sem dúvida, é o gelo. Além disso, é importante que o coquetel tenha um toque cítrico, pois os drinks refrescantes devem ser leves, equilibrados e feitos para hidratar enquanto proporcionam prazer ao paladar.

De acordo com o especialista, frutas da estação são fundamentais para acrescentar sabor, aroma e ajudam na hidratação. Ervas, especialmente a hortelã, também adicionam arona e intensificam a sensação de frescor do aperitivo.

Além disso, para não sofrer com a desidratação causada pela presença do álcool, é importante escolher bebidas com bases hidratantes, como água, água de coco e sucos naturais. Marcello Lopes cita como exemplo a combinação entre limão, hortelã e o toque doce do xarope de guaraná. “Dessa forma, conseguimos um drink mais leve e balanceado”, ressalta.

REFRESCO ALCOÓLICO

Receita drink refrescante de limão, hortelã e guaraná

Ingredientes

- 1 limão espremido
- 50 ml de xarope de guaraná
- 1 porção com 10 folhas de hortelã
- 150 ml de água
- 100 ml de gelo
- 50 ml de vodka

Modo de preparo

Bata todos os ingredientes no liquidificador em velocidade alta. Sirva decorado com uma rodela de limão e folhas de hortelã para finalizar.

Drink Energy Green, com limão hortelã e xarope de guaraná