

Maria Luísa Vaz*

Mariana Reginato

Dona de preparações emblemáticas do bacalhau, a gastronomia portuguesa é um reflexo da cultura e identidade do país. Marcada pelo uso de iguarias, peixes, frutos do mar, azeite harmonizados com vinhos refinados e doces requintados, a culinária lusitana é uma grande influência nas cozinhas brasileiras desde o início da história do país, com pratos únicos que encantam o paladar de quem os consome.

Para Olga Soares, chef do Sagres Restaurantes, a culinária portuguesa faz sucesso em Brasília devido à qualidade dos insumos e aos nutrientes provenientes de cada refeição. “Acredito que a apreciação é por que a comida é de verdade e traz muitos benefícios. São pratos simples mas ao mesmo tempo muito saborosos e nutritivos. Além de muitos brasilienses terem descendência portuguesa ou já terem visitado Portugal, é convenhamos, uma das cozinhas mais apreciadas no mundo”, ressalta.

André Barbosa, proprietário do restaurante Trás-os-Montes, ressalta que o carinho pela culinária vem de uma sensação de conforto que os brasilienses sentem ao se deliciar com as receitas que conhecem tão bem. “A culinária portuguesa se destaca principalmente pela combinação entre sabor, tradição e conforto. São pratos marcantes, mas ao mesmo tempo afetivos, que agradam a diferentes paladares e remetem à comida feita com tempo, cuidado e história”, define.

A majestosa culinária

Com opções clássicas de doces e salgados, restaurantes da capital trazem um pouco da cultura e dos sabores de Portugal para Brasília



Bacalhau à Gomes de Sá do Restaurante Sagres

BRUNA GASTON CB/DA PRESS

Cozinha clássica

Localizado na 316 norte, o Sagres Restaurante é um dos pontos da capital que

oferece o melhor da gastronomia portuguesa. Com opções doces e salgadas que remetem essa culinária, o foco da casa é o bacalhau. Como destaque, a chef Olga Soares destaca o bacalhau à lagareiro (R\$ 382) e o bacalhau à Gomes de Sá (R\$ 298).

O bacalhau à lagareiro é feito com a posta do peixe, batatas ao murro no azeite, coberto com alhos dourados, salsa picada, ovo cozido e azeitonas pretas. Já o bacalhau à Gomes de Sá é feito com o peixe em lascas, batatas, cebolas,