

SAÚDE  
NO POTE

LARANJA, CAJU  
E ABACAXI

100% NATUREZA



Restaurante  
The Plant, Asa Sul

# Cozinha natural

O The Plant surgiu na capital em 2019 e desde o princípio, buscava uma alimentação saudável e abrangente para os brasileiros. A vontade de acertar era grande e, segundo o sócio Davi Neves, o cardápio foi alterado 22 vezes em seis meses. “A gente sempre quis trazer pratos muito gostosos, bem apresentados e que funcionassem na nossa cozinha, que é bem rápida”, explica o sócio.

Atualmente, quem comanda a cozinha é a chef Julia Almeida e a indicação para a refeição pré-bloquinho é de um

prato do menu sazonal da casa. Nomeado The Fish (R\$ 59), prato sem trigo, lactose e açúcar, a tilápia assada acompanhada de purê verde de batata no leite de castanha e vinagrete de feijão-fradinho com uva e ervilha é uma ótima pedida para a ocasião. Para acompanhar, a sugestão é o suco de laranja, caju e abacaxi (R\$ 19).

Davi Neves destaca que as refeições nutritivas auxiliam na digestão e reduzem aquela sensação de cansaço e inchaço comuns nessa época. “O ideal é buscar combinações leves, coloridas e saborosas, que tragam prazer ao comer, mas também cuidado com o corpo”, define o sócio do The Plant.

CHEGOU UMA NOVA  
EXPERIÊNCIA EM SUSHI

SHAKKAI  
CULINÁRIA JAPONESA

SABORES AUTORAIS E  
CORTES PRECISOS PARA  
PALADARES EXIGENTES.



CLN Q102 BL A LOJA 56 - ASA NORTE



@SHAKKAISUSHI