

O elogio do brunch

Depois de 'Da Horta para a Mesa', Cláudia Villax lança este 'Brunch' com mais de 150 receitas "para manhãs perfeitas". Advertência: assim que folhear este livro, é natural que lhe dê um ataque de fome e uma vontade incontável de organizar um *brunch*. De que é que está à espera? *Por Marta Braga*



OS BRUNCHES PREFERIDOS DA REDAÇÃO

"Especial: o do restaurante VARANDA, no Ritz Four Seasons Lisboa. Nada como chegar à sala de refeições e ter disponível um verdadeiro banquete, no qual podemos comer de tudo, de *sushi* à omelete perfeita, de espetadinhas de frango aos deliciosos mil-folhas. Se bebe *champagne* ou limonada, a escolha é sua! Acessível: o do KAFFEEHAUS (Rua Anchieta, 3), de preferência na esplanada. Ovos cozinhados no ponto certo (parece fácil, mas não é) e bolos deliciosos! De seguida, um passeio pelo Chiado. Na verdade, o meu preferido é em casa, com as receitas que todos os dias

descubro nas dezenas de *instagrammers* de comida saudável que sigo. Panquecas de alfarroba, *smoothies* com canela, salmão fumado, ovos mexidos com salada e abacate (de todas as maneiras possíveis) estão no topo das minhas preferências!"
Rita Machado, diretora

"É recente o *brunch* do PESTANA PALACE, em Lisboa. Aos domingos, das 12h30 às 16h, os salões do Palácio do Marquês de Valle-Flor abrem-se para um *brunch* ao som do piano tocado ao vivo. Só pela beleza das áreas comuns do hotel, valia a pena a visita, mas todos os sabores do *brunch* reforçam

esse prazer. Pastelaria fina, fruta fresca, *sushi*, sumos e *cocktails* de frutas e uma *carving station* onde a carne é fatiada a pedido - tudo delicioso. Do que mais gostei, confesso, foi das ostras fresquíssimas. Também gostei de poder ir aos jardins do hotel, que são lindos, de nadar na piscina e de fazer um tratamento no Magic Spa by Pestana. Tudo, claro, mediante reserva prévia. E tudo, claro, cinco estrelas!"
Carla Macedo, chefe de redação

"Ritz e Brasserie Flo são provavelmente os dois mais caros de Lisboa, mas, na minha opinião, os melhores!"

"Brunch", de Cláudia Sousa Villax com Sara de Lemos Macedo, Casa das Letras, €21,90.

BRUNCH

MIL • PÃO • SUSHI • NATURAL • FRUTO • SALGADO • BEBIDA

• 150 RECEITAS PARA MANHÃS PERFEITAS



CLÁUDIA S. VILLAX

10 LASSI DE COCO

RECEITAS PARA 2 PESSOAS
1 colher de sopa de leite
1 colher de chá de açúcar
1 colher de chá de leite
1 colher de chá de leite
1 colher de chá de leite
1 colher de chá de leite
1 colher de chá de leite
1 colher de chá de leite



SMOOTHIE DE MORANGO



CREME DE AVELÃS



Cinco perguntas a Cláudia Villax:

Porquê um livro sobre brunch?

Um pouco à semelhança do livro anterior, 'Da Horta para a Mesa', aqui também quis passar para o papel um dos meus momentos favoritos. Para mim, o *brunch* representa o melhor momento da semana! É aquela altura em que paro e sinto que tenho todo o tempo do mundo, não há horários para cumprir e posso tranquilamente preparar uma refeição deliciosa que mistura o melhor do pequeno-almoço e de um almoço leve. Por ser um conceito que vi bastante pelos países por onde viajei e por achar que cá ainda estava pouco desenvolvido, resolvi fazer este livro para mostrar como pode ser simples fazer um bom *brunch* em casa! No fim, o livro acabou por se tornar um *best of* do que esta refeição tem para oferecer.

Descreva-me o brunch ideal...

Muita descontração, sem pressas, boa comida, bons amigos, boa música, conversa leve, uma seleção de revistas e uns sofás, *poufs* e almofadões confortáveis.

Qual é a banda sonora ideal para esse brunch?

Alegre, calma, divertida e com uma mistura de sonoridades. No fundo, é um pouco como o próprio *brunch*, que mistura tantos sabores diferentes na mesma refeição. Por falar nisso: neste livro, há duas *playlists* já prontas para um *brunch* (estas são de acesso reservado

para quem comprou o livro), uma de primavera/verão e outra de outono/inverno. Mais recentemente, um grupo de DJ, o Brunch Mood, fez uma *playlist* para nós, e essa está disponível para todos.

No próximo fim de semana, quem gostaria, se pudesse, de convidar para um brunch?

Convidaria de certeza a minha família e uma mão-cheia de amigos nossos e de amigos dos meus filhos. Como gosto de mesas grandes e de ter a casa cheia, se tivesse oportunidade, convidaria o Nuno Mendes, *chef* do Chiltern Firehouse/Viajante, porque adoro a comida dele e tenho imensa curiosidade de saber de onde lhe vem a inspiração para criar aqueles sabores. Convidaria o Mick Jagger, porque lhe acho graça, a Alice Waters, porque partilhámos os mesmos ideais e tenho muita admiração por ela, o Dirk Nieport, porque seria o Douro meets Marvão, o Bill Mollison e o príncipe Carlos de Inglaterra para falarmos sobre formas de produzir comida de forma mais sustentável e natural, e a Ana Moura, porque adoro o fado e a voz dela.

Três boas razões para comprar este livro e não outro qualquer?

Bastam duas: é lindo de morrer e está mesmo bem pensado para quem gosta e quer fazer um *brunch*! Tem toda a informação necessária: onde comprar o que fazer e onde comer. Está lá tudo, até a música! ●



No RITZ, no dia que fui, havia todo o marisco que se possa imaginar (incluindo ostras), ceviche, *sushi*, uma ilha com *gyosas*, outra com hambúrgueres e espetadas, uma variedade incrível de saladas, outra ilha com *waffles*, ovos e crepes. E as sobremesas? Tarteletes de framboesa, bolos de chocolate e mil-folhas, uma perdição! Na BRASSERIE FLO, comi um bife Wellington maravilhoso e um *bisque* de lavagante cujo sabor ainda recordo. Há *croissants* e *french toasts*, *muffins*, saladas... Vá sem pressa, porque vale mesmo a pena!"

Marta Braga, jornalista

"Chama-se Brunch à Boca do Mar e, se ficarmos na esplanada, quase conseguimos sentir o cheiro a maresia e ouvir as ondas do mar do Guincho. Todos os domingos, o LA TERRAZA do Grande Real Villa Itália & Spa, em Cascais, transforma-se para acolher inúmeros visitantes que, como eu, adoram esta refeição: o *brunch*. O *buffet* é extenso e o acolhimento dos empregados é exímio. Dos frios aos quentes, dos salgados aos doces, passando pelo *showcooking*, há possibilidades para todos os gostos (e para muitas horas de degustação!). É impossível não recomendar o queijo de cabra gratinado

sobre bolo do caco e mel, os pastelinhos crocantes de bacalhau, a morcela assada com maçã e o *risotto* de cogumelos. E, claro, uma mesa na esplanada!"

Carolina Almeida, editora digital

"Num *deck* literalmente sobre o rio Tejo, com uma vista magnífica e imensamente ampla, o *brunch* do MYRIAD BY SANA é o equilíbrio perfeito entre pratos saudáveis e tentações calóricas, onde não falta *sushi* (fresco, fresco)! Capriche num domingo tardio e deixe-se ficar a aproveitar uma tarde de sol."

Andreia Pedro, jornalista