

# BOA MESA

POR FERNANDA LOPES DA REDAÇÃO



Tito com esposa Patrícia e os pais Carmen e Edelmiro



ZYBES/REUTERS/GETTY IMAGES

## PARA DEPOIS DOS 10 KM

Nada mais prático do que uma refeição completa que pode ser preparada em uma só panela. E como hoje é dia de 10 KM *Tribuna* FM-Terracom, a dica é uma massa com proteína. Este macarrão farfalle ou gravatinha é assim, fácil. Rico em sabores e cores e tudo é cozido junto na mesma caçarola. Você pode, inclusive, trocar ingredientes. Por exemplo, substituir o salmão por peito de peru ou frango em cubinhos ou optar por fazer uma versão vegetariana, com cenouras ou berinjela. Use a criatividade.

ALEXSANDER FERREAZ



### Farfalle com salmão em uma panela só

#### Ingredientes

400g de macarrão tipo farfalle; 1 xícara de ervilhas frescas; 1/2 cebola fatiada; 1 talo de alho-poró picado; 250g de salmão cortado em cubinhos; 1/2 xícara de azeitonas; 1 xícara de milho cozido; 1 caixinha (200g) de creme de leite ou 1 e 1/2 xícara de creme de leite fresco; pimenta a gosto; 2 colheres (sopa) de parmesão ralado; 1 colher (chá) de sal; 4 xícaras de água fervente e tomates cereja cortados ao meio a gosto.

#### Preparo

Coloque todos os ingredientes em uma panela grande, exceto o salmão, o creme de leite, o parmesão e os tomates. Deixe em fogo médio até a água quase secar, mexendo sempre. Quando o macarrão estiver al dente, em cerca de 7 a 8 minutos, veja se a água secou (se for preciso, ponha um pouquinho mais). Tempere os cubinhos de salmão com sal e pimenta do reino moída (se quiser, tempere com suco de limão). Coloque o salmão na panela. Mexa e deixe por um minuto. Adicione o creme de leite, os tomates e o parmesão. Mexa. Acerte o sal e a pimenta. Sirva na hora com mais parmesão e folhinhas de manjeriço.

#### Dica

Substitua o salmão por peito de peru ou presunto em cubinhos ou, ainda, peito de frango em cubinhos.



## QUILO NO ALMOÇO

Além do à la carte, no almoço, que vai das 11h às 16 horas, o quilo é a opção mais procurada. Tem de tudo no bufê enorme para fazer jus à casa com capacidade para 350 pessoas. São de 30 a 40 opções de pratos entre cortes de carne, pescados e frutos do mar, além de massas, saladas e acompanhamentos. O preço muda dependendo do dia. De segunda a quinta, R\$ 99,00. Às sextas, R\$ 104,99 e aos fins de semana, R\$ 109,99. O Sideral só fecha duas vezes por ano: em 25 de dezembro e em 1º de janeiro. Nos demais dias, funciona de 11h até 0h, de segunda a segunda.

SERVIÇO: SIDERAL RESTAURANTE PIZZARIA AVENIDA FRANCISCO GLICÉRIO, 562, EM SANTOS. ABRE TODOS OS DIAS DAS 11H ÀS 04H.

# Seis décadas de tradição

O nome Sideral teve inspiração na corrida ao espaço, no auge em 1964, mas para os santistas é sinônimo de boa e farta gastronomia

Poucos sabem, mas foi na Avenida Rodrigues Alves, esquina com a Avenida Conselheiro Nébias, que começou a história de sucesso de um dos patrimônios gastronômicos santistas, que está completando 60 anos. E a casa tinha outro nome quando o jovem espanhol Edelmiro Barrio Vazquez, recém-chegado ao Brasil, foi trabalhar ali aos 18 anos. "Era Bar Encruzilhada, por causa do bairro. Mas como a corrida espacial estava no auge, com os primeiros astronautas tentando chegar à Lua, quando assumi mudei o nome para Sideral. O logotipo, inclusive, era um foguete", conta Edelmiro.

Para a atual geração, quando se fala Sideral, vem à cabeça o atual endereço, na Avenida Francisco Glicério, número 562, onde ele está desde 1995 (durante cinco anos funcionou nos dois locais). E ali ele se modernizou, expandiu e se consolidou como um restaurante de pratos fartos.

O forno de padaria foi substituído por um à lenha, com um cardápio de pizzas do jeito que o santista adora: com mais de 50 sabores. Da muçarela tradicional (R\$ 93, grande e R\$ 65, com 4 pedaços) à Do Chefe (que tem uma mistura inusitada de frango, catupiry, muçarela, champignon ao molho rosé e azeitonas - R\$ 115/R\$ 80), há para todos os gostos.

A batuta, Edelmiro e Carmen passaram ao filho Luis Antonio, o Tito, e à nora Patrícia, que se orgulham do legado que perpetuam e fortalecem.

Hoje, eles são os rostos que recebem os clientes fiéis, de muitos anos, e os filhos e netos deles. Vira e mexe, por ali, há também

presenças famosas. Jogadores do Santos da velha guarda e novos talentos da Vila, assim como artistas que vêm à Cidade para algum espetáculo. "Sempre apoiamos eventos culturais", destaca Tito.

O clássico Filé-mignon à Parmegiana (R\$ 340/R\$ 255) é daqueles à moda antiga. Alto, macio de cortar com a colher, com muito molho da casa e queijo até dizer chega. A batata que acompanha é feita ali, nada de congelado, o que faz toda a diferença. "É o mais pedido da casa em qualquer geração", diz Tito. O Frango à Passarinho completo, com fritas, farofa e arroz, é outro símbolo do Sideral (R\$ 270/R\$ 200).

"A gente recebe aqui famílias que vinham os avós e agora vem os filhos, netos... E tem os novos clientes que a gente vai ganhando", finaliza Tito.

# MOMENTO DIVINO

POR CLAUDIA G. OLIVEIRA COLABORADORA

## #CompreVinhoGaúcho

Santé! O meu coração, e certamente de todos os brasileiros, disparou com a tragédia que vem assolando o nosso querido Rio Grande do Sul. E acompanhamos, dos nossos lares abastecidos e seguros, as notícias de cada vida salva, cada animal salvo. A tensão, a tristeza e a dor que assistimos pelas tevês, redes sociais e jornais impressos nos devastam.

Entretanto, o momento agora é de solidariedade, de doarmos com pouco ou muito, mas que doemos. Roupas e calçados em condições, água mineral, itens de higiene, mantimentos, remédios e tudo o que se faz necessário para salvaguardar vidas. E assim está sendo feito, pois o brasileiro é um povo muito solidário. É necessário que esse movimento perdure por muito tempo, pois a situação é periclitante.

São muitas as formas de ajuda ao Rio Grande do Sul e aqui, na nossa coluna, eu peço a vocês, leitores, que se solidarizem e comprem os produtos gaúchos. São vinhos, laticínios, carnes, grãos e tantos outros produtos de alta qualidade desse estado que abastece nosso Brasil.

Os produtores de vinhos gaúchos precisam da nossa ajuda. A Empresa de Assistência Técnica e Extensão Rural do Rio Grande do Sul (Emater) estima que 500 hectares de vinhedos da Serra Gaúcha, conhecida como a Capital do Vinho Nacional, estão destruídos, a maior parte concentrada em Bento Gonçalves e Pinheiro do Sul (Bandaíra). A nossa colaboração em comprar vinhos gaúchos, agora, é primordial. Saiba



ADOBE STOCK

São muitas as formas de ajudar os atingidos pelas cheias no RS e uma delas é comprar vinhos gaúchos

que 90% do vinho brasileiro é produzido no Rio Grande do Sul. Logo no início da tragédia, a Vinhos e Vinhos (@vinhosevinhosoficial) lançou uma campanha em que vinícolas em parceria doaram vinhos e todo o valor arrecadado foi para instituições gaúchas de vários municípios atingidos. Eu contribuí, comovida e orgulhosa, e a campanha continua no Instagram acima citado.

É extremamente necessária a nossa ajuda para que a economia do estado se recomponha. Para encontrar meios de colaborar por meio de Pix, acesse o site [www.paraquemdoar.com.br](http://www.paraquemdoar.com.br). Várias chaves Pix de confiança são indicadas. Para doativos, leve às agências dos Correios, Fundos Sociais de Solidariedade das cidades e à sede do Grupo Tribuna (Rua João Pessoa, 350, em Santos). O site [brasildevinhos.com.br](http://brasildevinhos.com.br) traz atualizações e você pode conferir dicas para comprar vinhos do da Serra Gaúcha. E vou listar alguns produtores de vinhos gaúchos, e me perdoem os que não estão listados, pois são

muitos, para que vocês adquiram seus vinhos diretamente nos sites das vinícolas. E se não conseguirem, é importante que procurem os nossos principais pontos de vendas, como enotecas, empórios e supermercados, e peça pelos vinhos da Serra Gaúcha. E querido leitor, um pedido: compartilhe a hashtag #CompreVinhoGaúcho nas suas redes sociais. Até a próxima taça!

MOMENTO DIVINO: ATRIBUNA.COM.BR @CLAUDIAENOXMIGOS

## ALGUMAS VINÍCOLAS DO RIO GRANDE DO SUL

- Vinícola Don Guerino [donguerino.com.br](http://donguerino.com.br)
- Vinha Solo [vinhasolo.com.br](http://vinhasolo.com.br)
- Madre Terra Vigna in Fiori [vinicolamadreterra.com.br](http://vinicolamadreterra.com.br)
- Vilena Vinhos e Vinhas [vinicolavilena.com.br](http://vinicolavilena.com.br)
- Fante [fante.com.br](http://fante.com.br)
- Torcello [torcello.com.br](http://torcello.com.br)
- Vinícola Vita Eterna [vinicolavitaeterna.com.br](http://vinicolavitaeterna.com.br)
- Vinícola Terras terracas.com.br
- Casa Padrucci [casapadrucci.com.br](http://casapadrucci.com.br)
- Guatambu Estância do Vinho [guatambuvinhos.com.br](http://guatambuvinhos.com.br)
- Amitié [amiteloja.com.br](http://amiteloja.com.br)
- Casa Marques Pereira [casamarquespereira.com.br](http://casamarquespereira.com.br)
- Gallotto [vinicolagalotto.com.br](http://vinicolagalotto.com.br)
- Vinícola Miolo [miolo.com.br](http://miolo.com.br)
- Casa Valduga [casavalduga.com.br](http://casavalduga.com.br)
- Pizzato Vinhas e Vinhos [pizzato.net](http://pizzato.net)
- Vinícola Maximo Boschi [maximoboschi.com.br](http://maximoboschi.com.br)
- Vinícola Cainelli [vinicolacainelli.com.br](http://vinicolacainelli.com.br)
- Cristófoli [vinhoscristofoli.com.br](http://vinhoscristofoli.com.br)
- Cooperativa [vinicolagaribaldi.com.br](http://vinicolagaribaldi.com.br)
- Vinícola Aurora [vinicolaaurora.com.br](http://vinicolaaurora.com.br)
- Vinícola Don Giovanni [dongiovanni.com.br](http://dongiovanni.com.br)
- Vinícola Luiz Argenta [luizargenta.com.br](http://luizargenta.com.br)
- Vinícola Salvatore [vinicolasalvatore.com.br](http://vinicolasalvatore.com.br)
- Casa Perini [casaperini.com.br](http://casaperini.com.br)
- Lidio Carraro [lidiocarraro.com](http://lidiocarraro.com)
- Família Geisse [familiageisse.com.br](http://familiageisse.com.br)
- Vinícola Almádnica [almaunica.com.br](http://almaunica.com.br)
- Vinícola Dom Cândido [domcandido.com.br](http://domcandido.com.br)
- Vinícola Buffon [vinicolabuffon.com.br](http://vinicolabuffon.com.br)
- Audace [audacewine.com](http://audacewine.com)
- Vinícola Valmarino [valmarino.com.br](http://valmarino.com.br)
- Tenutafa Foppa [tenutafa.com.br](http://tenutafa.com.br)
- Viapiana Vinhos [viapiana.com.br](http://viapiana.com.br)
- Don Laurindo [donlaurindo.com.br](http://donlaurindo.com.br)
- Capoani [vinhedoscapoani.com.br](http://vinhedoscapoani.com.br)
- Jolimont [vinhosjolimont.com.br](http://vinhosjolimont.com.br)
- Vaccaro Vinhos e Espumantes [vinhosvaccaro.com.br](http://vinhosvaccaro.com.br)
- Vinhos Fabian [vinhosfabian.com.br](http://vinhosfabian.com.br)
- Cave Antiga [caveantiga.com.br](http://caveantiga.com.br)
- Vinícola Beber [vinicolabeber.com.br](http://vinicolabeber.com.br)
- Vinícola Salton [salton.com.br](http://salton.com.br)



CLAUDIA G. OLIVEIRA É SOMMELIÈRE

**ESTAMOS COM PROMOÇÕES EM NOSSO BUFFET MÓVEL, ENTRE EM CONTATO PELO WHATSAPP PARA APROVEITÁ-LAS!**

*Menu deste domingo*

- Bobó de camarão com arroz de coco e farofa de banana. **INDIVIDUAL R\$ 60 | DUPLO R\$ 115**
- ESPETO À MODA AMAR | Picanha e Ancho grelhados, pão de alho, arroz à grega, vinagrete e abacaxi grelhado. **INDIVIDUAL R\$ 65 | DUPLO R\$ 125**
- Gnoci de batatas ao molho de queijo com filé mignon grelhado. **INDIVIDUAL R\$ 45**

☎ 13 99148.9560 📞 13 99116.0771 📷 @amarcozinhaautorall

APENAS DELIVERY | 11h ÀS 14h30 | QUANTIDADE DE PRATOS LIMITADOS, FAÇA SUA RESERVA

**Isso é muito Babbo!**

CANTINA Babbo América

Siga o Babbo | Av. Ana Costa, 404 • Gonzaga • Santos

Delivery: 3302.0951 • 3284.5999 ou pelo QRCode