



3ª TEMPORADA GOURMET

*Venha viver essa
experiência
gastronômica
De 13 a 23.09*



*Workshops
Gastronômicos
Gratuitos**

**VAGAS
LIMI
TADAS**

INSCRIÇÕES:

No Clube Gourmet – Piso L1,
ao lado da Polishop, no dia
de cada workshop, a partir
das 12h

Dia **14.09**

19h **TIRAMISSÙ - Enzo Neto**
Tiramissù com Café Morro Grande.

18 **20h30** **MUNDO CERVEJEIRO - Pira Brew Pub**
Introdução ao mundo cervejeiro com harmonização.

Dia **15.09**

14h **SALADA NÃO É SÓ FOLHA - Ludmilla Fonseca**
Combinações criativas para saladas.

15h30 **SANDUÍCHES BACANAS - Ludmilla Fonseca**
Ideias diferentes para refeições rápidas.

17h **CAFÉ COM STARBUCKS - Lucymary Costa e Marlene Barbosa**
Origem, história e degustação de cafés.

18h30 **HAMBÚRGUER ASSADO - Gabriela Brucoli Kids**
Hambúrgueres caseiros, produção e fornecimento.

18 **21h** **DEGUSTAÇÃO DE CERVEJAS - Cevada Pura + Panela Cervejeira**
Aprenda sobre cervejas degustando.



Workshops Gastronômicos Gratuitos

Dia 16.09

14h

TEMAKI Juliana Nalim

Como fazer temakis deliciosos.



17h

CACHORRO QUENTE DE FORNO - Dionete Lemos e Alex Brasil

Uma maneira fácil e divertida de fazer cachorro quente.

18h30

RISOTO - Dionete Lemos e Alex Brasil

Aprenda a técnica italiana para arrasar nos risotos.

Dia 21.09

13h30

SUCOS DETOX - Barbara Fit

Aprenda a fazer sucos detox e misturas frescas que fazem bem.

15h

MESA POSTA - Graciette Simioni

Como montar uma mesa para receber bem.

16h30

GALINHADA - Suellen Alves de Lima

A receita original da fazenda.

18h30

CORTES NOBRES - Rodrigo Bolutavicius

Os segredos da carne bovina.

Dia 22.09

14h

JANTAR LOW CARB EXPRESS - Val Camussi

Cozinha fácil e nutritiva.

16h

CEVICHE COM CH - Bruno Chamocho

Aprenda a fazer o clássico peruano.

17h30

ARROZ COM POLLO - Bruno Chamocho

Um dos pratos tradicionais do Peru, cheio de cor, aroma e sabor.

19h

FARINHAS ISENTAS DE GLÚTEN - Jessica Moreira Alves

Descubra os tipos e características de cada farinha.

Dia 23.09

16h

TEMAKI - Juliana Nalim

Aprenda a técnica do temaki.

RESTAURANTES

R\$39,90

Filé de Frango ao Molho
Gorgonzola, Arroz, Legumes e
Polenta Gratinada + Suco de Uva

**EMPÓRIO SANTA
THEREZINHA**



Junior Ribs e
Acompanhamento

OUTBACK



Salmão Grelhado, Arroz
Chopsuey ou Yakimeji,
Legumes na Manteiga +
Bebida (Suco ou Refrigerante)

MEI MEI



4 chops + Petisco
de Salsichão Alemão
com Mostarda

CEVADA PURA



Parmegiana De
Carne, Arroz e
Fritas + Suco + Bolo

ASSAGGIO



Kafta, Arroz Árabe, Homus,
Salada e Vinagrete +
Suco de Laranja +
Sobremesa Árabe

CASA DA ESFIHA



CAFÉS E DOCERIAS

R\$9,90

Capuccino Pequeno ou Café
Expresso + Cookie Rum

KOPENHAGEN



Unicórnio Shake
Pequeno

ICE CREAMY



Café Pequeno + Sanduiche
de Peito de Peru

**REI DO MATE
(PISO L1)**



Café Latte
Cioccolato

**CASA
BAUDUCCO**



1 Refresher de
Frutas Vermelhas
ou Limão 400ml

STARBUCKS



Tutuzinho à Mineira: Arroz, Tutu de Feijão (com Pimenta e Bacon), Bisteca Suína, Couve Refogada (com Alho e Bacon) e Ovo Frito

GRILETTO



Crepe Fitness de Frango com Alho Poró e Salada + Suco de Laranja

COCCINELLE



Yakissoba Tradicional + Mini Banana Caramelada

JIN JIN



Pão 7 Grãos com Queijo Branco + Suco de Laranja 300ml

REI DO MATE
(PISO L2)



Parmegiana de Carne, Arroz e Fritas

DIVINO FOGÃO



Pizza Individual Vegetariana + Refrigerante 300ml

PIZZA HUT



Miolo de Alcatra, Arroz, Fritas, Feijão e Ovo

MONTANA GRILL

