

Bufê de saladas do Galeto's da Alameda Santos com Augusta: para começar a refeição ou acompanhar o prato principal com folhas, legumes, hortaliças e frios.



GASTRONOMIA

Para começar o ano leve

Lúcia Helena de Camargo

Um passeio demorado, paradas para comprar (ou só olhar as novidades) livros das duas megalivrarias da Avenida Paulista – Cultura e Fnac – e um almoço ou jantar leve, depois dos excessos nas festas de final de ano. Gostou do programa? Então a parada para a refeição pode ser o restaurante Galeto's da Alameda Santos, na esquina com Augusta.

Para começar, a sugestão é o carpaccio ao molho de alcaparras, azeite, parmesão e rúcula (R\$ 13,10) ou a salada Galeto's, feita com alface americana, palmito, tomate caqui, azeitonas e rúcula (R\$ 12,90).

Na hora de pedir o prato principal, se você aprecia carne de frango nem precisa pensar muito. Peça a especialidade da casa, o galeto desossado. Com acompanhamento tradicional custa R\$ 24,90. A sugestão é a salada de verdes da estação, mas pode-se escolher entre batatas fritas, cozidas, creme de milho ou de espinafre, arroz branco e integral e polenta. Se o galeto vier com o acompanhamento especial – baked potato ou risoto, entre outros – o prato sair por R\$ 33,40 e se vier à mesa com ravioli, R\$ 35,40. O bufê de saladas custa R\$ 26,80.

Quer sofisticar um pouco? Então vá de galeto à milanesa (com rúcula, tomates frescos e leve pesto de manjeriço) ou galeto contemporâneo – com molho barbecue e risoto de cogumelos, R\$ 31,40.

Combinações - O cardápio é vasto e as carnes, acompanhamentos e massas podem ser combinados entre si. Entre os grelhados há filé mignon (R\$ 28,40), costeletas de cordeiro (R\$ 38,40), picanha (R\$ 30,40), e outros. E para quem prefere peixe, algumas opções são salmão na grelha (R\$ 30,40) ou em formato de lascas com molho de ervas finas e champignon (R\$ 30,90); truta (R\$ 28,40), camarão (R\$ 39,40) e bacalhau à camponesa (R\$ 40,40).

Não resiste à sobremesa? A prudência manda pedir uma salada de frutas (R\$ 8,40) ou uma porção de frutas da estação, que neste verão podem ser melão, melancia, abacaxi ou mamão (R\$ 6,90). Mas se nessa hora a decisão for por esquecer a dieta, então talvez caia bem um petit gâteau (R\$ 9,90), a mousse Galeto's (mousse de chocolate com uma bola de sorvete de baunilha, chantilly e farofa doce, R\$ 9,90); a banana da terra grelhada, servida com sorvete de creme e

calda de caramelo (R\$ 9,90) ou o tartufo de maçã (R\$ 9,90).

Para beber, águas, refrigerantes, sucos, cervejas e vinhos, inclusive servidos em taça.

A loja da Alameda Santos com Augusta tem 192 lugares. O casa

também faz entregas. Há outro Galeto's na mesma Alameda Santos, próxima da Alameda Campinas; e também no Itaim, na região central, em Alphaville e dentro dos shoppings Eldorado, Higienópolis, Ibirapuera, Iguatemi, Morumbi e Paulista.

Foto: Masao Goto Filho/e-SIM



Sem peso no estômago: galeto desossado com salada verde.

aceita reservas para aniversários e outros eventos. Mas há salão separado para as turmas, com capacidade de até 60 pessoas. E a divisão de áreas com mesas para fumantes e não fumantes funciona bem.

A rede, que existe desde 1971,

Galeto's - Alameda Santos, 2.209 (esquina com Rua Augusta), tel.: 3342-5310. Serviço de entregas: tel.: 3342-5300. Atendimento ao Cliente: tel.: 0800-11-9643. www.galetos.com.br.

Mesa à janela do restaurante: arredores da Avenida Paulista bons para passear neste início de ano.



Temporada internacional de 2008

As instituições musicais de São Paulo anunciam com ênfase a temporada que prepararam para 2008. Sociedade de Cultura Artística, 96 anos, a mais tradicional; Mozarteum Brasileiro; Orquestra Sinfônica da USP (Osusp); Teatro Municipal (faz suspense; promete óperas) e Orquestra Sinfônica do Estado de São Paulo (Osesp)

trarão em 2008 regentes e solistas internacionais; farão primeiras audições de obras de compositores nacionais; e apresentarão obras de mestres de várias épocas – do barroco (Jordi Savall) ao século XXI. Destacam-se, por exemplo, obras do pianista, compositor e maestro Leonard Bernstein (1918-1990, foto), lembrado pela data de seu nascimento – 90 anos. A Osusp e a Osesp interpretaram obras dele. (Em junho, John Neschling rege a Osesp em um concerto ousado; pri-

meira audição de *Te Deum*, do brasileiro Aylton Escobar; depois o balé completo *Fancy Free*, de Bernstein; e gran finale: um dos maiores cellistas da atualidade, o pernambucano Antonio Meneses, solará o *Concerto para Cello em Si Menor Op. 104*, do tcheco Antonín Dvořák/1841-1904). A SCA abre a temporada, em maio, com o pianista Nelson Freire. No mesmo mês, o Mozarteum estreia com a Sinfônica de Bamberg. Ainda em maio, o Mozarteum brilha: Sexteto da Filarmônica de Berlim; enquanto a SCA leva ao pódio o *conductor-star* Daniel Barenboim, à frente da Staatskapelle Berlin, responsável pela supermontagem de óperas. Já a Osusp abre 2008 com obras do alemão Richard Wagner (1813-1883). Mais destaques: o pianista norueguês Leif Ove Andsnes (Mozarteum); o grupo espanhol Hespèrion XXI, dirigido por Jordi Savall (SCA) e a Sinfônica de Tóquio (Mozarteum), num ano em que o Japão será homenageado pelos 100 de imigração. (MMJ)



Meneses: cello



Andsnes: piano



Savall: barroco