

# MESAS PARA TODOS

Entre um passeio à **TORRE EIFFEL** e outro ao **LOUVRE**, a capital francesa oferece opções para todos os bolsos e gostos, de um sanduíche em um **CAFÉ** a um banquete em um **RESTAURANTE**

■ ALEXANDRE MARON

Quando se fala em Paris, uma série de imagens vem à cabeça de qualquer turista: Torre Eiffel, o Arco do Triunfo, o Museu do Louvre, entre outros. Tanto já se escreveu sobre esses pontos turísticos que fomos à cidade luz com a missão de dizer o que você deve fazer entre uma visita ao Louvre e outra ao canal de Saint Martin. A Paris gastronômica é uma delícia. Mas você tinha alguma dúvida?

A primeira regra de ouro que é preciso estabelecer ao chegar na capital francesa é a de que é proibido comer fast food. Nada de hambúrgueres, por favor. Há uma farta oferta de brasseries com sanduíches deliciosos, quiches e outras comidinhas que não devem ser ignoradas. E tudo pelo mesmo preço de um desses combinados de sanduíche, batata e refrigerante que se espalham pelas cadeias de lanchonetes. Só que os sanduíches das brasseries francesas não são lotados de gordura saturada e vão fazer o viajante se sentir um parisiense de primeira linha.

A principal decepção dos turistas acostumados a almoços com sucos

e refrigerantes é a falta de bebidas realmente geladas. Não é que esteja quente. Está fresco. Mas pense nisso como uma boa desculpa para tomar água mineral francesa. Coisa que no Brasil é luxo. Isso, claro, se você não quiser beber uma taça de vinho durante as refeições. É só não exagerar, para não ficar sonolento no passeio após o almoço. É possível comer em uma brasserie ou em algum dos milhares de cafés com algo em torno de 7 a 15 euros. Nos restaurantes, há as combinações. Entrada, prato principal e sobremesa saem por 15 euros, com bebida à parte. Fique atento para o fato de que vários desses cafés fecham entre 15h e 17h.

Não vão lhe faltar opções, basta escolher um café que achar simpático e parar, mas quando estiver nos arredores do Museu do Louvre, experimente dar uma parada no **Le Dénicheur** (4, rue Tiquetonne). É bem-humorado e conta com um jardim decorado com gnomos de cerâmica, simpático e nada esnobe. Ali, a comida leve funciona a contento, sem fugir dos preços já citados, e há um delicioso brunch



**Parar em um café no fim da tarde (acima) ou comprar baguetes para preparar sanduíches com os amigos (à dir.) são típicos hábitos parisienses**





dominical. Aliás, se você quer curtir um desjejum nesse estilo no domingo, programe um passeio pelo bairro de Marais, que conta com lojas simpáticas e uma freqüência eclética, e dê uma passada no **Le Pain Quotidien** (33, Rue Vivienne, tel. 33-01-42-36-7602). O ambiente é jovem, alegre e todos comem em enormes mesas de madeira. Aproveite para comprar uma das geléias espetaculares ou a inesquecível pasta de avelã.

Mas, afinal, quem vai à Paris não quer só comer lanchinhos - está interessado também na qualidade e na diversidade da culinária francesa. Nos arredores da avenida Champs Elysées, no caminho para o Arco do Triunfo, há opções como o **Market** (15, avenue Matignon, tel. 33-01-56-43-4090), que fica ao lado da tradicionalíssima casa de leilões Christie's e pertence ao cineasta Luc Besson. A decoração étnica tem um tom africano e os pratos do chef Jean-Georges Vongerichten são uma mistura da tradição francesa com o tal ar étnico da decoração. Espere por uma comida perfumadíssima, com preços em torno de 40 euros por pessoa.

Outra dica nem é chamado propriamente de restaurante pelo seu proprietário, o chef William Ledeuil: é um ateliê gastronômico. O nome é **Ze Kitchen Galerie** (4, rue des Grands Augustins, tel. 33-01-44-32-0032), uma parada fantástica para quem está indo para a Catedral de Notre Dame. Num salão cheio de obras de arte, Ledeuil, que brinca que a cozinha francesa precisa estar sempre aberta, ou vira museu, combinou receitas tradicio-

**No alto, os canapés do bar do hotel Le Meurice; ao centro, Le Marche des Enfants Rouges oferece ingredientes perfeitos para os gourmets; à esq. o delicioso brunch do Le Pain Quotidien**

nais com ingredientes pesquisados na Indonésia. Na dúvida, peça um salmão marinado com vinagre de arroz. É possível almoçar gastando cerca de 35 euros por pessoa.

Na busca de algo diferente, dê uma passada no **Pomze** (109, boulevard Haussmann, tel. 33-01-42-65-6583, [www.pomze.com](http://www.pomze.com)). Mesmo que você não almoce algo do cardápio de pratos que sempre trazem um toque de maçã, há uma profusão de doces, sidras e... maçãs. De todos os tipos e cores.

Uma boa desculpa para ir ao Galerie **Musée Baccarat** (11, place des Etats Unis, tel. 1-40-22-1100), projetado pelo arquiteto Phillip Starck, é o restaurante lindíssimo que fica no segundo andar, com direito à sala privada decorada com um lustre de cristal negro. Mas o que vale mesmo é ver as peças e bijouterias para venda e visitar o luxuoso museu, que exhibe itens históricos da maison.

Falamos de comida antes de comentar onde ficar e como se locomover, mas podemos corrigir o erro já. A estrutura de Paris é invejável e justifica sua fama de destino turístico número um do mundo. Há hospedagem de boa qualidade distribuída por toda a cidade, com preços bem razoáveis. Uma boa dica é o **Hotel Lorette** (no número 36 da rue Notre Dame de Lorette, tel. 33-01-42-85-1881), bem próximo ao agitado e boêmio bairro de Montmartre. Fica em um velho prédio de seis andares que foi totalmente reformado e modernizado e, de tão lindo, parece saído de uma página da "Casa e Jardim". O preço de um quarto duplo vai oscilar de 120 a 300 euros.

Alguns dos hotéis mais luxuosos do mundo estão na cidade-luz, mas são privilégio de poucos endinheirados. A suíte mais simples do **Meurice** (228, rue de Rivoli, tel. 33-01-44-58-1010), que fica ao lado do Museu



Em sentido horário, o encantador de pássaros diverte os turistas em frente à Catedral de Notre Dame; a pirâmide de vidro refletindo as paredes do Museu do Louvre; o agito noturno com ares tupiniquins da Favela Chic; e a Torre Eiffel surge de surpresa por trás de um prédio de um ponto qualquer da capital





No Museu Baccarat, por Phillip Starck, é possível comprar presentes, almoçar e conhecer peças históricas

do Louvre e em frente ao belo Jardim des Tuileries, custa 600 euros. A mais cara, cerca de 15 mil. O **Hôtel de Crillon** (10, place de la Concorde, tel. 33-01-44-71-1500) é não menos luxuoso, com quartos a partir de 480 euros. O mais moderno, preferido da juventude descolada e milionária do primeiro mundo, é o **Plaza Athénée** (25, av. de Montaigne, tel. 33-01-53-67-6665), que oferece a suíte na qual Carrie Bradshaw ficou hospedada nos capítulos finais de "Sex and the City". Da janela, é possível apreciar a vista direta da Torre Eiffel, mas as acomodações de sonho chegam a custar impressionantes 30 mil euros, a noite.

Mas não se assuste, Paris conta também com todas as redes de hotéis de descontos, como a Ibis, por exemplo. São quartos simples, limpos, sem frigobar, que custam a partir de 85 euros, a diária. É uma boa pedida para quem vai passar o dia passeando e só precisa de um lugar decente para dormir.

Quem não dispõe de milhares de euros para se hospedar em um dos super-hotéis, pode ao menos sonhar com as cozinhas estreladas. Provavelmente a mais prestigiosa é a do Alain Ducasse au Plaza Athénée. Para um jantar como esse, é preciso separar cerca de 220 euros por pessoa. Ducasse é um dos maiores chefs do mundo, seu restaurante é um duas estrelas do prestigioso guia Michelin.

A estrela que sobe é a do chef Yannick Alleno e você pode conferi-la no restaurante do Le Meurice. Alleno é criativo e virou um queridinho da crítica gastronômica parisiense. Sua fama é justificada a cada prato que chega. Mas é para quem consegue pagar 200 euros por pessoa e faz reserva com antecedência.

E se no meio dessa folia, bater uma saudade do Brasil, vá se di-

**As vitrines inesquecíveis das chocolaterias (alto); o restaurante e bar Pomze, com um enorme sortimento de receitas com maçã (centro); e os doces após o jantar criado pelo chef Yannick Alleno, no Hotel Le Meurice**

vertir no **Favela Chic** (18, rue du Faubourg du Temple, tel. 33-01-40-03-0266). A feijoada ou a moqueca são deliciosas, mas surpreendentemente não possuem nenhum único ingrediente brasileiro.

Outra forma divertida de se lembrar de Paris é fazer um dos cursos relâmpago de culinária. A **École Lenotre** (10, av. Champs Elysées, tel. 33-01-42-65-9760, [www.lenotre.fr](http://www.lenotre.fr)) oferece cursos mais baratos, bem básicos, em torno de 50 euros. O **Atelier Ducasse** (41, rue de l'Abbé-Ruellan, tel. 33-01-44-90-9100, [www.atelier-gastronomique.com](http://www.atelier-gastronomique.com)), do chef legendário do Plaza Athénée, fica em Argenteuil, nos arredores da capital. O preço de um curso de um dia (das 9h às 18h) é 290 euros e inclui o transporte de Paris até a sede da escola.

Assim, além de mostrar as fotos de sempre, a filmagem e os incontáveis souvenirs, vai ser possível falar da inesquecível viagem saboreando um almoço ou um jantar que você aprendeu a fazer em sua última estada em Paris. □

■ Air France, reservas: 0800-885-3030 e 21-3212-1804 (Rio de Janeiro), [www.airfrance.com.br](http://www.airfrance.com.br)  
Venda de pacotes: Bon Voyage Rio, tel. 21-2532-7145; NobHill, tel. 11-3168-4871  
Internet: [www.franceguide.com](http://www.franceguide.com), [www.parisinfo.com](http://www.parisinfo.com)

■ **Pacotes:** sete noites em quarto duplo, hotel duas estrelas, com direito a café da manhã, inclui seguro e transfer, com voo Air France cerca de US\$ 1.295 (baixa temporada) a US\$ 1.530 (alta)

■ O jornalista viajou a convite da Air France, da Maison de la France, Escritório de turismo de Paris

**NET**  
Assista a **Oi Mundo Afora**  
**GNT • GNT • 41 • sextas, 15h30**

