



BELO HORIZONTE

SURPREENDENTE

GASTRONOMIA



ÍNDICE

1. DESCUBRA NOSSA GASTRONOMIA

TRADIÇÃO E CRIATIVIDADE QUE NÃO ACABAM MAIS
ALMOÇO DE DOMINGO? AQUI TODO DIA TEM

2. CIRCUITOS

SAVASSI E ENTORNO

HIPERCENTRO

ZONA LESTE

PAMPULHA E REGIÃO NORTE

EXTREMO SUL

3. MERCADOS E FEIRAS

MERCADOS DE BELO HORIZONTE

MERCADOS NO ENTORNO

FAZENDA URBANA

4. PRODUTOS TÍPICOS E ESPECIALIDADES

CAFÉ

CACHAÇA

CERVEJAS ARTESANAIS

QUEIJO

DOCES

5. CURIOSIDADES QUE DÃO ÁGUA NA BOCA



A mesa belo-horizontina vai muito além de tudo que você já ouviu falar sobre a culinária mineira. Aqui, a pluralidade de sabores se une ao prazer de ser bem recebido em uma cidade surpreendente.

1. DESCUBRA NOSSA GASTRONOMIA

Das quitandas mais tradicionais à alta gastronomia, dos petiscos de boteco à fartura dos almoços em fogão a lenha, a culinária belo-horizontina ultrapassou fronteiras e agrada os paladares mais sofisticados.

Nossa oferta gastronômica se diferencia não só pela história, tradição e diversidade, mas também por transformar o ato de comer em uma experiência singular. Quando você se sentar a uma mesa aqui, não espere o óbvio, não espere apenas agradar ao paladar. O prazer da mesa em Belo Horizonte está atrelado ao prazer de ser bem recebido.

Tem torresmo? Tem. Tem feijão tropeiro? Tem. E pão de queijo? Tem também! Tudo isso ao lado da inovação e da criatividade de um celeiro de chefs premiados.

Foto: Umami

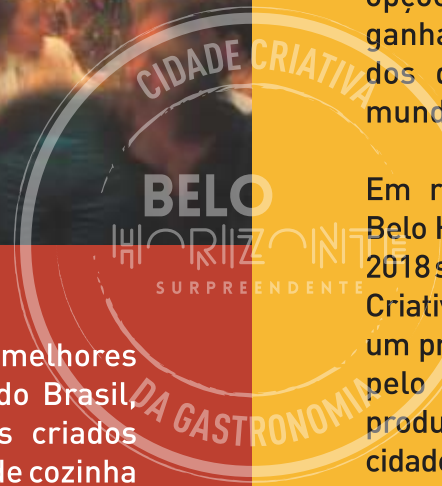


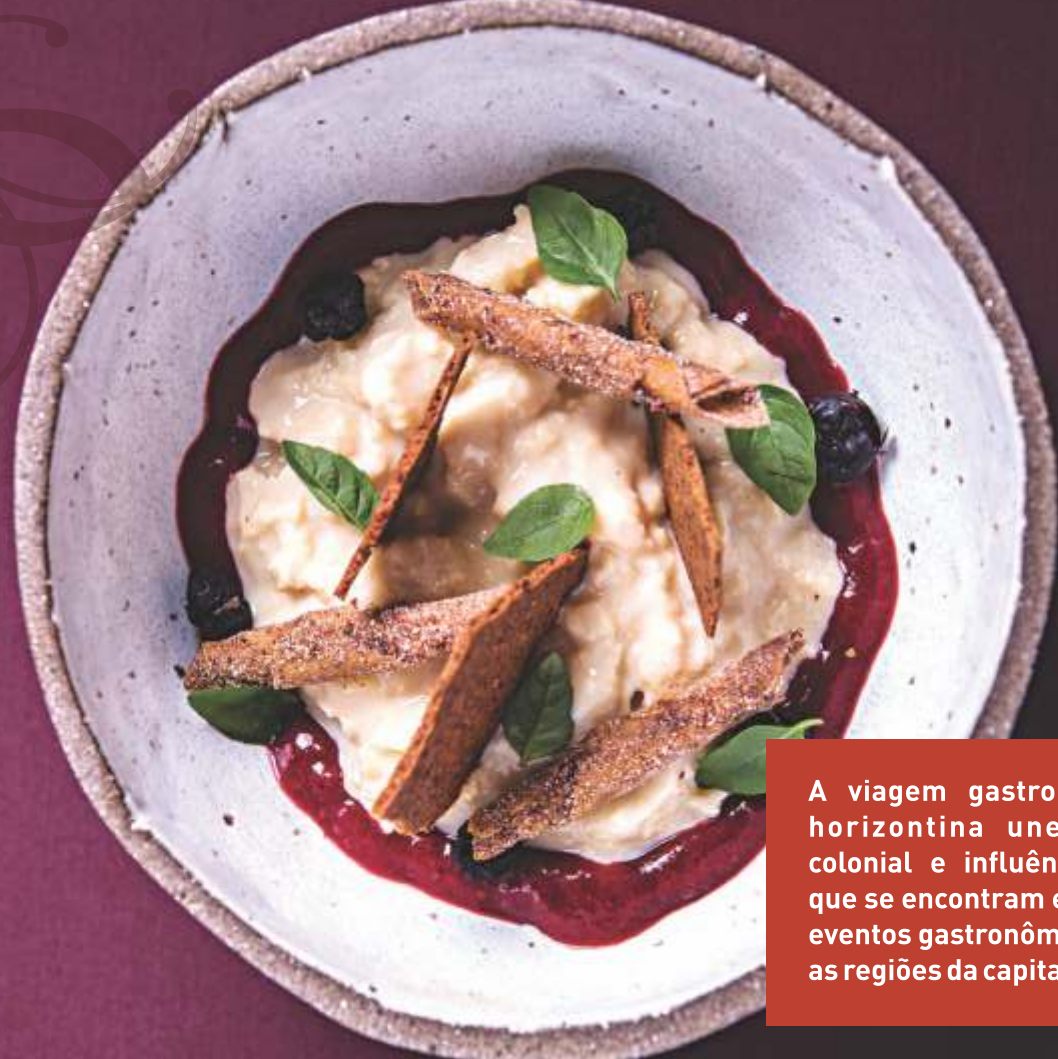
Foto: Henry Yu

Além de experimentar os melhores torresmo e pão de queijo do Brasil, você vai conhecer sabores criados pelo nosso celeiro de chefs de cozinha (que mais recentemente ganharam a companhia dos mestres cervejeiros), renomados nacional e internacionalmente, em constante qualificação, renovação, inovação e inspiração.

A capital mundial dos bares foi o segundo destino mais bem avaliado por sua gastronomia pelos turistas estrangeiros que visitaram o Brasil em 2016 e 2017 (Ministério do Turismo) e conta com um leque de opções diversificado o bastante para ganhar de vez o coração de quem vem dos quatro cantos do Brasil e do mundo.

Em reconhecimento a essa riqueza, Belo Horizonte lançou oficialmente em 2018 sua candidatura à Rede de Cidades Criativas da UNESCO. Em 2019, após um processo construído coletivamente pelo poder público com a cadeia produtiva, acadêmica e criativa da cidade, a capital recebeu a designação como CIDADE CRIATIVA DA UNESCO PELA GASTRONOMIA. Alcançar o título reforça, entre outras coisas, a meta de ser uma cidade cada vez mais sustentável, que valoriza a produção local e o compromisso da transformação por meio da cultura alimentar.





A viagem gastronômica belo-horizontina une a tradição colonial e influências diversas, que se encontram em dezenas de eventos gastronômicos, em todas as regiões da capital mineira.

TRADIÇÃO E CRIATIVIDADE

A criatividade herdada dos tempos coloniais — quando sobrava ouro e faltava comida — resultou em uma identidade gastronômica que valoriza ingredientes típicos e também se abre a diversas influências, como a indígena, a africana e a europeia. Feijão tropeiro, angu, frango ao molho pardo, queijos, cachaças, doces são apenas o começo de uma viagem que revisita sabores e hábitos.

Mais de 70 eventos gastronômicos integram o calendário oficial da cidade. Esses festivais do paladar têm perfis variados: há aqueles que enaltecem as raízes da comida mineira e seus produtos típicos; os que reverenciam a comidinha deliciosa dos bares; circuitos que dão visibilidade às panelas mais famosas das vilas, aglomerados e favelas, até festas que reúnem o melhor da culinária de diversos países.

São alguns dos eventos fixos da cidade a Feirinha Aproxima, o Circuito Gastronômico da Pampulha, o Comida di Buteco, a Expocachaça, o Botecar, o Brasil Sabor, o Restaurant Week, o Festival Fartura, Bar em Bar, Circuito Gastronômico de Favelas, Experimente, Fuegos Festival, Gastro Park, Mesa ao Vivo, Festival Internacional de Cerveja e Cultura, Love Wine, Semana Internacional do Café, entre outros.



Também já se tornaram uma tradição belo-horizontina as festas que celebram a cultura típica, as músicas folclóricas e a gastronomia de países como Itália, Síria, Chile, Peru, França, Portugal e Irlanda.



Sabores familiares, gosto de infância. Temperos de toda as partes do mundo. Sabedoria de comunidades tradicionais. A gastronomia de Belo Horizonte é uma síntese singular.

ALMOÇO DE DOMINGO? AQUI TODO DIA TEM

Prefere curtir o movimento da cidade de dia ou com a família? Pode escolher: clima de fazenda, cantina italiana, bistrô francês, cardápio natural, ambientes cheios de sofisticação e elegância ou ainda estabelecimentos focados em regionalismos. Tudo se encontra aqui em Belo Horizonte para um almoço despretensioso e delicioso, ou sofisticado e saboroso.



Foto: Audrey Saenen - acervo Belotur



A culinária mineira é, definitivamente, um dos principais aspectos da cultura do estado. Por isso, Belo Horizonte reúne diversos estabelecimentos que sabem representar o que o mineiro tem de melhor: mesas fartas, comidas com um tempero sem igual e boa prosa para receber visitantes.

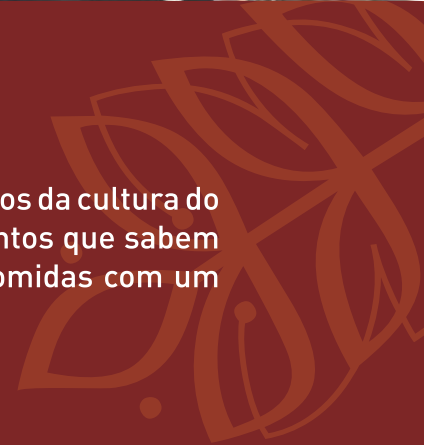


Foto: Audrey Saenen - Acervo Belotur

Raízes históricas, econômicas e sociais ganham expressão nessa manifestação genuína da cultura do povo de Belo Horizonte.

2. CIRCUITOS

Para quem ainda não conhece a capital — ou para quem quer conhecê-la sob outra perspectiva — a gastronomia de cada região é um excelente guia para uma viagem inesquecível. Confira nas próximas páginas.

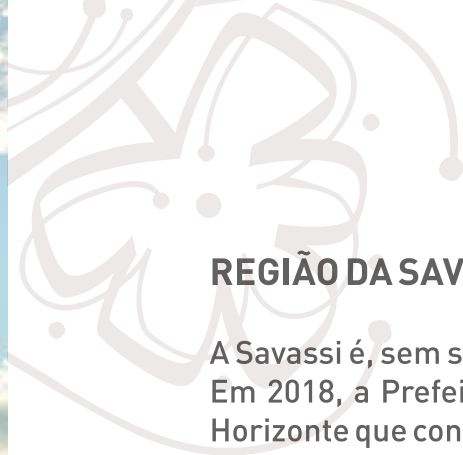


A região da Savassi é ponto de encontro de várias tribos. Seja para um encontro de negócios ou para uma refeição sem pressa, opções cheias de charme povoam os quarteirões badalados.

REGIÃO DA SAVASSI E ENTORNO

A Savassi é, sem sombra de dúvida, uma região gastronômica a ser desfrutada. Em 2018, a Prefeitura de Belo Horizonte fez um ranking dos bairros de Belo Horizonte que concentram o maior número de bares e restaurantes na capital e a Savassi ficou em segundo lugar, com 299 bares e restaurantes, perdendo apenas para o Centro. Não é à toa que andar pela Savassi é um dos programas preferidos de moradores e turistas que visitam Belo Horizonte.

O bairro herdou o nome de uma padaria dos anos 40 e tornou-se uma das áreas mais charmosas e boêmias da cidade. Há casas especializadas em dezenas de combinações com o tradicional pão de queijo — com opções doces e salgadas — e restaurantes vegetarianos que fazem você até esquecer que a carne existe. E se não esquecer, algumas das melhores hamburguerias da capital estão por ali.



A nova comida mineira, apresentada por chefs que fazem parte do grupo mais inovador e talentoso do Brasil; a *comfort food* no estilo da casa da vovó; as grandes redes multinacionais de fast food e buffets a quilo que atendem a todas as necessidades, incluindo opções veganas, vegetarianas e para intolerantes a glúten e lactose; a simplicidade de um boteco para um happy hour ou um lugar descolado para degustação de queijos e vinhos são alguns dos exemplos do que você encontra na Savassi.

E ainda tem a sobremesa: quitandas, quitutes, casas especializadas em bolos e chocolates, confeitarias que produzem tortas sofisticadas e tradicionais, gelaterias e sorveterias formam uma combinação perfeita. Antes de ir embora, arremate com um café, um dos melhores do país, nas cafeterias que combinam cultura e gastronomia.

Para completar, os trailers de sanduíche e carrinhos de cachorro-quente da área são os mais procurados no fim de noite. Essa variedade é reforçada pelos bairros que circundam a Savassi e que podem ser acessados até mesmo a pé, como **Funcionários**, Lourdes, Cidade Jardim, Santo Antônio, São Pedro e Carmo-Sion.



Foto: Divino Atividade - Acervo PBH

Funcionários


Considerado um dos melhores bairros para se viver em Belo Horizonte, o **Funcionários** mistura modernidade e estilo clássico, convivência entre a turma mais jovem e a velha guarda. Arranha-céus residenciais e comerciais dividem as vias largas e arborizadas com casarões antigos, padarias gourmet, bares cheios de música, boemia e atrações culturais.

Lourdes

A sofisticação, o charme e o luxo caracterizam um bairro que é conhecido por abrigar edificações da época da construção da capital e lojas de grife. Aqui, os bares são mais sofisticados, mantendo, é claro, a simpatia e o acolhimento belo-horizontinos.

Carmo-Sion

A famosa rua Pium-í está cheia de choperias, churrascarias, casas noturnas, estabelecimentos com temática esportiva, restaurantes de comida japonesa, baiana, mineira e francesa, sendo uma opção fácil para quem prefere jantar e badalar no mesmo quarteirão.



Do espetinho ao serviço à la carte, tudo cabe nos bairros da Região Centro-Sul de Belo Horizonte.

São Pedro e Santo Antônio

Esses dois bairros supertradicionais da capital dividem pelo menos quatro aspectos em comum: muitas ladeiras (muitas), bares e casas noturnas sempre lotados e a presença de muitas empresas de tecnologia e startups (aqui se originou o San Pedro Valley). Casas especializadas em chá, champanhe, comida alemã e peixes são algumas das opções presentes nesses bairros-irmãos.

Cidade Jardim

O museu Abílio Barreto, que preserva o único casarão remanescente dos tempos do Curral del Rey, construído em 1883, é um dos charmes desse bairro arborizado, que se divide entre tradicionais restaurantes, espetinhos, botecos, cozinha orgânica e lojas sofisticadas.

No Hipercentro de Belo Horizonte, você encontra uma joia chamada Mercado Central; e também uma série de restaurantes que são parada obrigatória para quem deseja conhecer o ápice da nossa culinária tradicional.



REGIÃO DO HIPERCENTRO

Engana-se quem vem a Belo Horizonte pensando que só vai encontrar botecos e comida mineira. Restaurantes fundados por imigrantes de outras regiões do Brasil e famílias vindas de outros países também são fáceis de encontrar. A Região Central de Belo Horizonte é um exemplo dessa diversidade.

Além do obrigatório Mercado Central, a área firmou-se como roteiro peculiar da gastronomia, graças à revitalização de espaços clássicos no imaginário de Belo Horizonte - como o Edifício Maletta, que mistura restaurantes com décadas de história a novas casas de *drinks* e petiscos que ocupam sua charmosa varanda; cafés, bares e botecos.

Outras joias do Centro são restaurantes orientais em que não se fala uma palavra em português e o cardápio é uma aventura surpreendentemente deliciosa. Ao lado deles, casas especializadas em comidinhas que lembram os almoços de família no interior. Uma dica bem importante é que algumas dessas opções estão instaladas em edifícios que oferecem vistas encantadoras.



A redescoberta do Centro como local de viver e curtir a cidade jogou nova luz em hábitos que, na verdade, nunca saíram do roteiro dos “iniciados” na gastronomia popular belo-horizontina. Deliciar-se com um bem servido Kaol — sigla que une cachaça (com k, da época em que todo mundo tomava um aperitivo antes de almoçar), arroz, ovo e linguiça no balcão do Café Palhares. Arrematar com um pudim de ameixa e um cafezinho caprichado no Café Nice.

Há ainda casas como o famoso Nonô, especializado em caldo de mocotó, confeitarias dedicadas aos bolos da vovó e restaurantes que se propõem a oferecer comida direto da roça. Eles compartilham os quarteirões centrais da cidade com bagueterias de inspira -



ção francesa, cantinas italianas, estabelecimentos que oferecem carnes nobres e frutos do mar, lanchonetes e restaurantes comandados por famílias de ascendência argentina, alemã, espanhola, árabe, chinesa, coreana e japonesa, entre outras; sanduicherias e hamburguerias gourmets e cafeterias sofisticadas.



A ZONA LESTE

Reduto cultural e gastronômico, a Região Leste sempre foi, do Clube da Esquina ao Sepultura, da ditadura à democracia, o ponto de encontro da juventude. Essa união do tradicional e do subversivo se reflete na cena gastronômica dos bairros.

O Santa Tereza, símbolo da boemia mineira, transborda história, cultura, convivência e muita filosofia (alguns chamam de conversa fiada) em seus botecos. Para aproveitar esse clima, a dica é não deixar de visitar a região chamada Alto dos Piolhos, nos cruzamentos das Ruas Bocaiúva, Quimberlita, Tenente Freitas e Bom Despacho. Há várias décadas, os bares que se concentram ali reúnem escritores, artistas plásticos, músicos, compositores e gente que gosta de beber e comer bem.

Região marcante para o desenvolvimento da capital mineira, a Leste tem na gastronomia um dos motores de sua renovação.

Logo ali, no mesmo bairro, na Praça Joaquim Ferreira da Luz, concentram-se ótimas pizzarias e restaurantes comandados por jovens talentos, que trazem nova vida ao bairro e o levam para o futuro da gastronomia. As casas são antigas, o visual é retrô, mas o que sai da cozinha é absolutamente surpreendente aos olhos e ao paladar.

Na Floresta, destaque para a Rua Sapucaí, que oferece restaurantes variados, pizzarias, torresmaria, bares com drinks e petiscos e casas em constante renovação.

A via proporciona uma vista deslumbrante do Centro da Cidade e do 1º mirante de arte urbana do mundo, que pode ser observada pelas lunetas instaladas no local, com foco pré-ajustado e zoom. Imperdível.

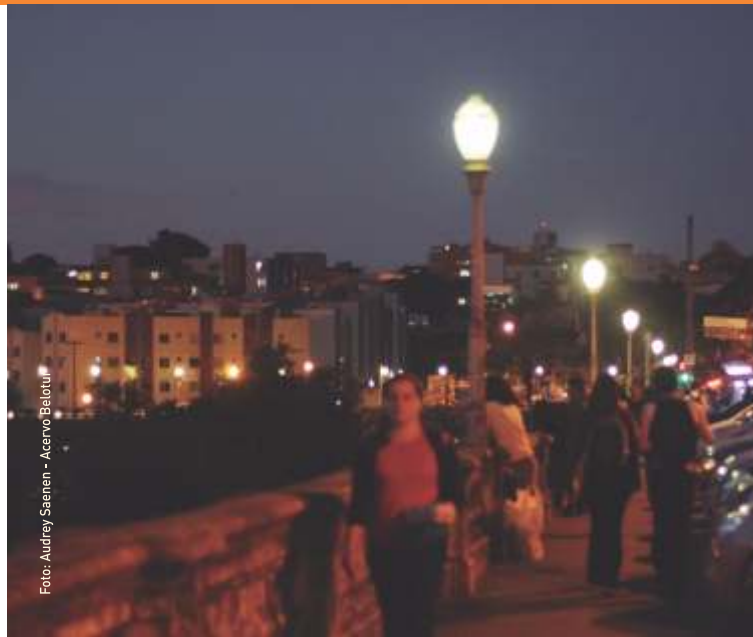


Foto: Audrey Saenen - Acervo Belotur

Já os bairros de Santa Efigênia e Sagrada Família comungam de outra característica que influenciou os restaurantes mais disputados na região: a capacidade de encantar imigrantes. Com famosas cantinas comandadas por “italianos da gema”, casas de comida árabe abertas por refugiados sírios e restaurantes tradicionais indianos, não faltam opções deliciosas para quem deseja fazer um roteiro menos óbvio pela gastronomia de Belo Horizonte.

No Bairro Pompéia, um pouquinho mais em direção ao leste, uma nova cena de bares com cara de mercearia (detalhe: um dos estabelecimentos possui, ao lado, uma fábrica de cerveja artesanal de altíssima qualidade que é servida ao público)



Foto: Audrey Saenen - Acervo Belotur

divide as ruas com tradicionalíssimos botequins, às vezes instalados no quintal de uma casa, às vezes se misturando com os moradores que ainda colocam cadeiras na calçada e vivem como se estivessem em uma pacata cidade do interior.



PAMPULHA E REGIÃO NORTE

Além de belezas naturais e arquitetônicas, atividades culturais, esportivas e ao ar livre, a região da Pampulha possui um amplo complexo de restaurantes, sendo referência para moradores e turistas na excelência em gastronomia.

Na região que fica mais pertinho da Lagoa da Pampulha propriamente dita, você encontra ícones da culinária mineira tradicional, preparados em forno a lenha, em ambiente rústico (há até minifazendas); passando pela degustação de pães, produtos defumados e de charcutaria (presuntos artesanais) e chegando até aos espaços dedicados aos amantes da boa cerveja, em que é possível conhecer o processo de fabricação artesanal.

Se você resolver caminhar um pouco em direção aos bairros que compõem a região, a Pampulha reúne um conjunto de roteiros gastronômicos imperdível, com clima jovem e opções diversificadas.



Foto: D-Fly Drones

O Conjunto Moderno da Pampulha, que faz parte da Lista do Patrimônio Mundial da UNESCO na categoria de Paisagem Cultural, é um convite a conhecer a rica culinária da região Norte da capital.

Avenida Fleming

Bares e restaurantes são o ponto de encontro oficial dos frequentadores da região da Pampulha. Um dos destaques é a Avenida Fleming, que, apesar de relativamente jovem, possui uma grande variedade de estabelecimentos para sair e se divertir. Há alternativas para quem gosta de comida mineira, italiana, frutos do mar, hambúrguer, espeto ou pizza. As casas se espalham pelos 1.400 metros da via, e a maior concentração está entre as ruas Jordânia e Afonso Raso.

Avenida Guarapari

A região do Planalto e do Santa Amélia se transformou em um polo gastronômico, com opções de cardápios para todos os gostos e bolsos. Além da tradicional comida mineira, uma grande variedade de opções é oferecida como comida japonesa, peixes, petiscos, fast food, pizzas e cozinha internacional.



Foto: Audrey Saenen - Acervo Belotur



Foto: acervo Embratur

Alberto Cintra

Entre as regiões Norte e Leste, um dos locais preferidos para a diversão noturna e boa mesa é a Rua Alberto Cintra, no Bairro União, área bem próxima ao complexo hoteleiro da Avenida Cristiano Machado. Bares com variados cardápios de bebidas e comida deram novo significado ao hábito de sair para tomar uma cervejinha e comer um bom petisco. O sucesso da região não fica restrito ao sábado e domingo, porque, em Belo Horizonte, a gente é feliz a semana inteira.



EXTREMO SUL

A rota que sai da Região Sul de Belo Horizonte leva a experiências gastronômicas variadas. Planeje-se em relação ao transporte e já inclua no roteiro o “motorista da vez”, porque são vários os tours cervejeiros na região.

O Bairro Jardim Canadá, em Nova Lima, na Região Metropolitana, concentra cerca de 51 fábricas de craft beer (cerveja artesanal), sendo que algumas delas abrem as portas para que os fãs da bebida possam conhecer o processo de produção e aprender sobre a variada gama de sabores à disposição. Como os estabelecimentos ficam próximos, os visitantes podem conhecer mais de uma no mesmo dia.

Bairros jovens também na região de Nova Lima, o Vila da Serra e o Vale do Sereno se tornaram, rapidamente, conhecidos de quem deseja degustar pratos, petiscos, cortes nobres de carnes, lanches e sobremesas apetitosas.

Caminhos mais recentes na história de Belo Horizonte levam à descoberta de polos cervejeiros e gastronômicos surpreendentes.

No Bairro Olhos D'água, ainda em Belo Horizonte, há ateliês de famosas marcas de cerveja que oferecem tour com uma fantástica vista para a Serra do Curral. Alguns estabelecimentos ostentam o título de maior e mais completo *barrel room* da América Latina, cervejas premiadas e imóveis reconhecidos pela UNESCO em sua arquitetura que abriga restaurantes, lojas, escritórios, adegas, cervejarias, áreas externas e mirantes.

Outra evidência da dinamicidade e qualidade das atrações do Vetor Sul são os novos mercados do bairro Jardim Canadá, como o Mercado da Boca e o Mercado Grano.

Bem dentro do clima da região, vale um destaque para a Torre Alta Vila, edificação com 101 metros de altura, revestida com aço inoxidável e que oferece uma vista única, com 360°, da cidade de Belo Horizonte e municípios vizinhos, além das montanhas. Restaurantes instalados por lá proporcionam aos visitantes uma experiência sensorial aliada à alta gastronomia.





Dizem que é fácil se perder no Mercado Central de Belo Horizonte. Mas quem conhece, sabe: na verdade, o Mercado é que é uma perdição.

3. MERCADOS E FEIRAS

Para quem ama gastronomia, é impossível sair de Belo Horizonte sem conhecer seus mercados. O mais famoso é, sem dúvida, o Mercado Central, considerado um dos três melhores do mundo, ao lado do Mercat de la Boqueria (em Barcelona, Espanha) e o Borough Market (em Londres, Inglaterra). Essa atração imperdível ganhou, nos últimos anos, a companhia de outros locais com clima de feira e produtos de alta qualidade, além da primeira fazenda urbana da América Latina.



Por mês, são vendidas mais de 300 toneladas de queijo no Mercado Central. Outros produtos e ingredientes locais, como cachaças e cervejas artesanais, além do hábito de encontrar os amigos para uma prosa durante as compras, tornam esses espaços uma das representações da cultura belo-horizontina de comer e receber bem.

MERCADOS DE BELO HORIZONTE

"O Mercado Central é festa para todos os sentidos", escreveu o compositor e jornalista Fernando Brant (1946-2015), com toda razão. Há nove décadas, é um dos pontos turísticos obrigatórios da cidade, com mais de 400 lojas e milhares de histórias, sem falar nas iguarias, como o fígado acebolado com jiló.

Criado em 1929 para centralizar o abastecimento da cidade, ocupa um quarteirão inteiro do centro e no seu interior existe uma mistura de religiosidade, cultura popular, tradição, produtos e pratos deliciosos e de alta qualidade. Em eleição realizada durante as comemorações de 120 anos da capital, em 2017, o Mercado foi escolhido como símbolo da cidade.

Mais recentemente, logo ali pertinho, renasceu o Mercado Novo, que com seus bares e coletivos passou a formar um minicircuito boêmio com o Mercado Central.



Foto: Alex - Unsplash

MERCADO CENTRAL

Muitas lojas trabalham com marcas exclusivas e produtos que só são vendidos por lá. Queijos mineiros com tempero árabe ou um toque dos países vizinhos na América do Sul são inovações para aqueles que já experimentaram o tradicional.



Foto: Henry Yu

Atualmente, com nove décadas de vida, o mercado oferece serviço de informações bilíngue e atrai, todos os dias, milhares de visitantes de todos os lugares do Brasil e do mundo. Ao parar em uma das bancas do Mercado você corre sério risco de receber uma aula sobre cachaças, queijos, doces e cafés, dos comuns aos especiais.



Foto: Acervo Embratur

Queijo tipo provolone recheado com salame (você não está lendo errado), pacotes de doce de leite, requeijão com raspa, goiabada, marmelada, biscoitinhos doces e salgados, quitutes como bolo de fubá, mexidão, tropeiro, linguiças, torresmo, rabada e fígado com jiló são indicados para aqueles que querem cair de boca na essência da comilança belo-horizontina.



Dos doces às pimentas, aqui o visitante alimenta a alma, os olhos e o estômago, em uma festa para o olfato e o paladar.

O Mercado tem também bancas especializadas em produtos orgânicos e pães especiais. Frutas fresquinhas e o famoso abacaxi descascado na hora, geladinho, uma superpedida para os dias mais quentes. Você também encontra lojinhas de tempero, pimenta, ervas e itens importados, como castanhas, açafrão e baunilha.



Foto: Pedro Vilela - Acervo MTur



Foto: Roberto Castro - Acervo MTur

mercadocentral.com.br

Endereço: Av. Augusto de Lima, 744 - Centro

Horário de funcionamento: segunda a sábado, das 7h às 18h; domingo e feriados, das 7h às 13h.

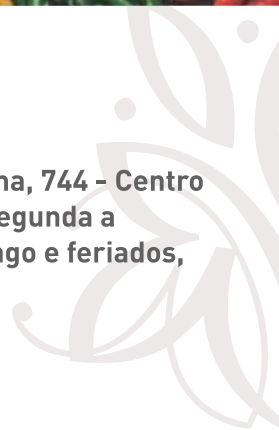




Foto: Audrey Saenen - Acervo Belotur

O Mercado Distrital do Cruzeiro destaca-se pela grande variedade de produtos e opções de atividades desde o comércio de frutas e legumes até a gastronomia sofisticada. Com décadas de história, é um tradicional ponto de lazer e encontro de Belo Horizonte.

Possui também varanda gastronômica, churrascaria e restaurante típico italiano, sem falar nos diversificados eventos culturais que acontecem por lá.

www.facebook.com/mercadodistritaldocruzeiro
Endereço: Rua Ouro Fino, 452 - Cruzeiro
Horário de funcionamento: segunda, das 8h às 14h; terça a sábado, das 8h às 19h; domingo, das 8h às 13h.

A Feira dos Produtores é um verdadeiro centro de compras popular, com bancas de hortaliças, frutas, carnes, laticínios e artesanato. Com 4.800 m² e um total de 108 lojas, recebe milhares de pessoas diariamente. Os botecos também marcam presença: a cerveja gelada vem acompanhada de ampla variedade de tira-gostos.

feiradosprodutores.com.br
Endereço: Avenida Cristiano Machado, 1950 - Cidade Nova
Horário de funcionamento: segunda a sexta, das 8h às 19h; sábado, das 8h às 18h; domingos e feriados, das 8h às 13h.



Foto: Henry Yu - Acervo Belotur



A efervescência dos mercados encontrou terreno fértil em Nova Lima, cidade vizinha a Belo Horizonte.

MERCADOS DO JARDIM CANADÁ (NOVA LIMA)

Na vizinha cidade de Nova Lima, a gastronomia floresceu e se consolidou, com destaque para as opções do Bairro Jardim Canadá.

O Mercado Grano, por exemplo, é um verdadeiro mercado gastronômico onde a culinária valoriza o autêntico, o original e os produtos da estação. E como tudo que é vivo, o Mercado Grano muda constantemente, não só no cardápio e nas receitas, mas também nas parcerias, exposições e eventos. Cantina, padaria, armazém e cafeterias estão na carta de opções do visitante.

mercadograno.com.br

Endereço: R. Niágara, 320 - Jardim Canadá, Nova Lima - MG

Horário de funcionamento: de terça a quinta, das 9 às 18h; sexta e sábado, das 9 às 23h; domingo, das 9h às 18h.

O Mercado da Boca, inspirado em grandes e renomados empreendimentos internacionais, tem como proposta oferecer uma experiência única e completa aos visitantes, com comidas, bebidas, espaço kids e empório. O espaço ocupa 4.000 m² ao lado do famoso Posto Chefão e conta com 21 operações de alimentação, além de quatro bares e um ponto voltado especialmente para vinhos. Unindo o amor por Minas e pela boa mesa e harmonizando estabelecimentos que são referência em seus segmentos com a presença de chefs renomados e a valorização de produtos locais, o Mercado da Boca é um ambiente agradável para comer, beber e explorar novos aromas e sabores. Em 2019 e 2020, o empreendimento terá novas unidades em Belo Horizonte, sendo uma delas na região da Savassi.



Foto: Audrey Saenen - Acervo Belotur

mercadodaboca.com.br
Endereço: Rua Toronto, 156 -
Jardim Canadá, Nova Lima - MG
Horário de funcionamento: Quinta,
das 11h30 às 15h e das 18h às 23h;
Sexta e sábado, das 12h à 00h; Domingo,
das 11h às 18h.



Foto: Audrey Saenen - acervo Belotur



Foto: Roberto Castro - Acervo Mtur



FAZENDA URBANA

A gastronomia de Belo Horizonte tem se mostrado de forma tão criativa que alguns passeios de experiência estão sendo criados para suprir uma demanda de conhecimento, tanto de moradores, quanto de turistas.

Além de cursos e degustações, a visita à BeGreen, primeira fazenda urbana da América Latina, é uma dessas oportunidades singulares. Nas visitas guiadas (que devem ser agendadas), é possível conhecer os detalhes das práticas sustentáveis da fazenda, como a captação de água da chuva, a geração de energia solar e eólica, a madeira plástica, o piso feito com rejeito de mineração, a construção em contêineres marítimos e o cultivo aquapônico com os peixes, além é claro, de visitar as estufas e colher sua própria hortaliça.



Foto: Acervo BeGreen

begreen.farm

**Endereço: R. Prof. Otaviano Almeida, 44 -
Santa Efigênia**

**Horário de funcionamento: Todos os dias,
das 9h às 20h.**

O espaço, localizado ao lado de um shopping da cidade, tem como objetivo encurtar as distâncias entre o alimento e o consumidor final. Na lojinha, estão à venda vários produtos agroecológicos e de jardinagem.





Foto: Studio OzDaniel



Foto: Acervo Mercado Central



Foto: Audrey Saenen - Acervo Belotur



Foto: Robison Vasconcelos

4. PRODUTOS TÍPICOS E ESPECIALIDADES

Belo Horizonte é a cidade em que se encontra a maior variedade de marcas de café, cachaça, doce de leite e queijo, ícones da gastronomia de Minas Gerais. Ao lado desses produtos, novas especialidades já se consolidam como atrativos para quem deseja transformar cada refeição em um verdadeiro banquete.

Foto: Famires Martins

CAFÉ

O café não pode faltar nas cozinhas mineiras. Minas Gerais é o Estado que mais produz café no Brasil, sendo responsável por metade de toda a produção nacional. Além disso, o Sul de Minas, a região da Serra da Mantiqueira, o Cerrado Mineiro e a Zona da Mata são as principais áreas produtoras dos cafés especiais do país, destacando-se nos primeiros lugares em prêmios de qualidade, como o Prêmio Ernesto Illy de Qualidade Sustentável do Café para Espresso, principal iniciativa de valorização do café brasileiro. Os inigualáveis, consistentes e complexos aromas e sabores cafeeiros de Minas se encontram em Belo Horizonte, nas tradicionais cafeterias, nos hotéis e nas mesas de quem recebe sempre com uma boa prosa.



Foto: Fernando Scierra



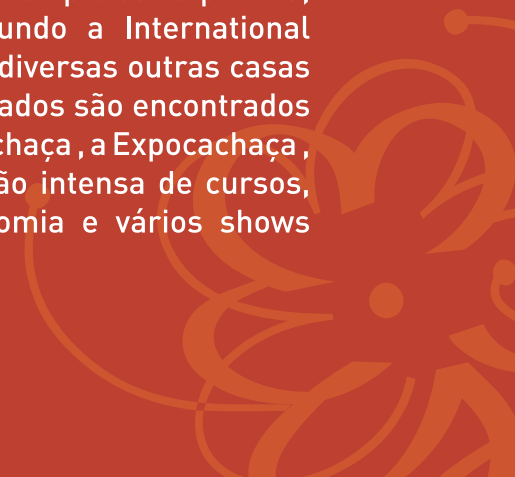
Foto: Studio Oz/Daniel Ozana



Minas Gerais é responsável por 60% da produção nacional de cachaça. Em Belo Horizonte, você encontra uma amostra de tudo que há de melhor saindo dos alambiques e fábricas da bebida presentes no estado.

CACHAÇA

A cachaça é o 3º destilado mais consumido no mundo e patrimônio cultural de Minas Gerais, estado que é referência na produção da bebida no Brasil e no mundo, sendo responsável por 60% da produção nacional da cachaça de Alambique. Segundo o Instituto Mineiro de Agropecuária (IMA) e o Centro Brasileiro de Referência da Cachaça, há cerca de 1200 marcas da bebida registradas em Minas. A cachaça branca ou envelhecida — tanto em barris de carvalho importado como de diversas madeiras brasileiras, como Bálsamo, Amburana, para dar o gosto e o sabor do Brasil ao produto — pode ser consumida pura ou em forma de drinks e coquetéis, a exemplo da caipirinha, um dos 10 drinks mais relevantes do mundo, segundo a International Bartenders Association (IBA). No Mercado Central, em diversas outras casas especializadas e nos bares mais simples, rótulos premiados são encontrados facilmente. Em junho, a tradicional vitrine mundial da Cachaça, a Expocachaça, atrai milhares de visitantes à capital, com programação intensa de cursos, rodadas de negócios, entretenimento, lazer, gastronomia e vários shows durante os quatro dias do evento.



CERVEJA

Minas não tem mar, mas tem muito mais do que bar! O destaque na produção de cerveja já faz com que o Estado seja chamado de “Bélgica Brasileira”, com crescimento da produção de dois dígitos ao ano. No centro desse mercado, a Região Metropolitana de Belo Horizonte se consolida como o “cinturão da cevada”, com destaque para Nova Lima, contando com cervejarias premiadas nacional e internacionalmente.

Em 2018 e 2019, as cervejas mineiras conquistaram dezenas de medalhas no World Beer Awards, um dos concursos mais importantes do mundo, considerado o “Oscar” da cerveja artesanal. Foram 40 medalhas só em 2018 e, em 2019, duas marcas mineiras conquistaram o prêmio máximo da competição. Vários desses estabelecimentos premiados abrem as portas para que os fãs da bebida possam conhecer o processo de produção, degustar os produtos e experimentar pratos harmonizados.

Belo Horizonte foi a primeira cidade brasileira a ter uma lei que trata da desburocratização do mercado cervejeiro. A Lei 11.128, de 2018, admite a produção de cervejas artesanais fora do complexo industrial da capital mineira, estimulando a criação de mais cervejarias e dos chamados brewpubs, estabelecimentos onde se fabrica e vende a bebida.

Todo segundo sábado do mês acontece a Experimente – Feira de Cervejas Artesanais, na Praça Quatro Elementos, no Jardim Canadá, em Nova Lima, que reúne várias cervejarias, gastronomia e música. Outros eventos voltados para a degustação da bebida são o Festival Internacional de Cerveja e Cultura e o Jungle Bier, que trazem experiências curiosas como passeios de balão.



Foto: Roberto Castro - Acervo/UTur

As cervejas artesanais já conquistaram paladares e prêmios suficientes para que Minas Gerais ganhasse o apelido de “Bélgica Brasileira” e a região metropolitana de Belo Horizonte de “Cinturão da cevada”.

QUEIJO

Em Minas Gerais, existem aproximadamente 30 mil produtores de queijos artesanais, que atuam em 503 municípios, segundo a Embrapa. Destes, nove mil são produtores de queijo minas artesanal de leite cru, em sete regiões produtoras caracterizadas: Araxá, Campo das Vertentes, Canastra, Cerrado, Serra do Salitre, Serro e Triângulo Mineiro. O restante está envolvido com a produção de requeijão e também de outros tipos de queijos. Tudo isso gera uma produção diária de 250 toneladas de queijos artesanais! Com tanta fartura, não chega a ser surpresa que os produtos mineiros tenham ganhado, diversas vezes, reconhecimento ouro e prata no Salão Mundial do Queijo, na França (Mondial du Fromage de Tours). O queijo minas artesanal é reconhecido como Patrimônio Cultural Imaterial Brasileiro pelo Instituto de Patrimônio Histórico Nacional (Iphan) e nas mesas belo-horizontinas é consumido cru, com goiabada, com doce de leite; em sanduíches simples ou elaborados; nas mais diversas receitas, do prato principal ou acompanhamento; e ainda como a grande estrela do melhor pão de queijo do mundo.



Foto: Tamires Martins

DOCES

O doce de leite de Viçosa, na Zona da Mata Mineira, já foi premiado dezenas de vezes como o melhor do Brasil. A goiabada de Ponte Nova, município da mesma região, é famosa pela cremosidade e tradição. Do Sul de Minas, vem o pé de moleque de Piranguinho e o doce de abóbora com coco de Poços de Caldas. Do Triângulo, destacam-se as deliciosas compotas de Araxá. Essa variedade enorme chega fresquinha à capital e vai direto para as prateleiras dos mercados, empórios, mesas dos melhores restaurantes e das casas do povo mais hospitaleiro do Brasil.

5. CURIOSIDADES QUE DÃO ÁGUA NA BOCA

Coxinha de catupiry

Você sabia que a rechonchuda coxinha de catupiry nasceu aqui em Belo Horizonte? A Dona Thereza Christina Pinto Coelho Martins de Oliveira inventou o quitute na antiga doceria “Doce Docê”, que ficava na Praça Benjamim Guimarães, mais conhecida como Praça ABC. Feita com frango ou camarão e o tradicional requeijão cremoso que só existe em Minas Gerais, em Belo Horizonte a coxinha aparece, sem cerimônia, em restaurantes sofisticados e bares de esquina.

Come-quieto

Já ouviu dizer que mineiro é “come-quieto”? Essa fama surgiu junto com a descoberta do ouro no século XVIII, que levou pessoas de todas as regiões do mundo para o Estado. Foi preciso mudar a rotina e a estrutura das cidades para receber tanta gente. Essa evolução repentina trouxe um preço: a escassez dos alimentos, que incentivou o mineiro a aproveitar ao máximo cada ingrediente e ser criativo na hora de armazenar os alimentos.

Feijão-tropeiro

A escassez de uma terra voltada quase que exclusivamente para exploração das minas facilitou a criação de iguarias como o feijão tropeiro. Os viajantes, que precisavam de “sustança” para aguentar longas jornadas em estradas montanhosas, combinaram o

feijão com farinha, torresmo, linguiça, ovos, alho, cebola e temperos para obter uma refeição completa. E se você ainda não teve o prazer de assistir a um jogo de futebol no Mineirão, saiba que o prato mais pedido por lá é ele mesmo: o tropeiro.

Fígado com Jiló

Nos anos 1960 e 1970, o Mercado Central abastecia a cidade, abrindo muito cedo e com um abatedouro operante. No entorno, não havia opções de alimentação para os trabalhadores, mas sobravam alguns produtos, como os miúdos e o jiló. Os bares próximos começaram a preparar os ingredientes na chapa e hoje a iguaria tornou-se o tira-gosto mais famoso de Belo Horizonte, servido por praticamente todos os bares do Mercado.



Foto: Fuegos Festival



Pão de queijo

A origem da receita não é muito clara, mas com certeza tem raízes na criatividade e na necessidade do aproveitamento de alimentos. A mandioca, alimento bastante utilizado pelos índios, virou farinha de goma e depois polvilho. Misturada com gordura de porco, sal, ovos, leite, manteiga e o queijo abundante nas regiões leiteiras, gerou um dos salgados mais desejados do Brasil.

VIVA UMA EXPERIÊNCIA GASTRONÔMICA SURPREENDENTE E DELICIOSA EM BELO HORIZONTE.

BELO HORIZONTE
SURPREENDENTE

Belotur

 PREFEITURA
BELO HORIZONTE
GOVERNANDO PARA QUEM PRECISA