



46° SIMASP

O CONGRESSO DA OFTALMO DA ESCOLA

20 A 23 DE MARÇO DE 2024

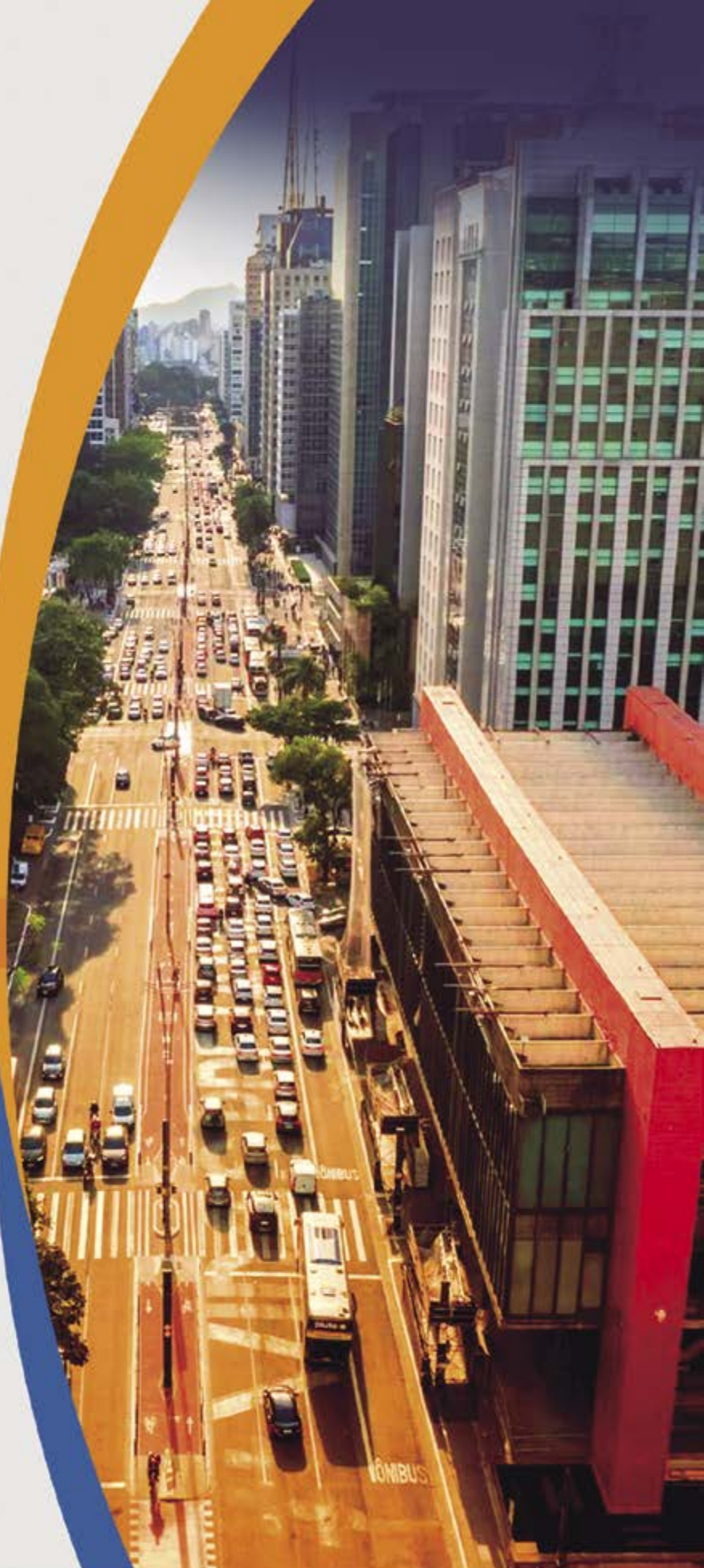
CENTRO DE CONVENÇÕES FREI CANECA
SÃO PAULO - SP

DICAS DO SATO

UM GOSTINHO DE SAMPA

20 a 23
MARÇO 2024

simasp.com.br  



Realização



CLÍNICA
OFTALMOLÓGICA
HOSPITAL
SÃO PAULO



FACULDADE PAULISTA
DE OFTALMOLOGIA

Apoio Científico

DEPARTAMENTO DE
OFTALMOLOGIA
E CIÊNCIAS VISUAIS



Secretaria Executiva



ATEP EVENTOS
PLANEJAMENTO E ORGANIZAÇÃO

Responsável Técnico Médico: Dr. Flavio Eduardo Hirai - CRM 90402 - SP

DICAS DO SATO

UM GOSTINHO DE SAMPA



Mantendo uma tradição iniciada há 12 anos no SIMASP 2012, apenas interrompida em 2021 devido a pandemia da COVID-19, venho com muita alegria, novamente, dar as boas-vindas a todos os colegas que vão participar do nosso tradicional SIMASP 2024! Nada melhor que dar dicas gastronômicas, já que ninguém é de ferro! Todos nós precisamos além de “alimentar” a parte científica, também nos alimentar!!!

Bem-vindos a São Paulo, 5ª maior cidade do mundo e maior cidade da América do Sul, com 12 milhões de habitantes (de mais de 50 nacionalidades), 20.000 restaurantes com 52 tipos de gastronomia, 30.000 bares, 70 cinemas, 145 teatros e casas de espetáculos, 58 museus, 193 shoppings e mais de 300.000 lojas.

Apenas para dar um gostinho do que se pode aproveitar aqui em Sampa, atualizei algumas sugestões de restaurantes para desfrutar durante o **SIMASP 2024**.

Minhas sugestões são bem pessoais. Não tenho interesse pessoal nesses locais e o preço pode variar muito, portanto, sempre é bom checar antes.

Sugiro sempre que possível reservar com antecedência. Também uma dica é para quem prefere o delivery (iFood & Rappi), existem hoje vários restaurantes de alta qualidade que fazem a entrega, podendo ser uma opção.

Todos estão convidados a fazer sua própria incursão gastronômica e conhecer novos restaurantes, por sinal, um dos hobbies prediletos de todo paulistano. Espero que desfrutem e aproveitem muito a minha cidade!

BON APPÉTIT!

Elcio H. Sato



ÍNDICE

- | | | | |
|-----------|--|-----------|---|
| 01 | Restaurantes que valem pela vista | 10 | Algumas indicações pessoais por tipo de cozinha - ASIÁTICA |
| 02 | Restaurantes que valem pelo visual e ambiente do próprio restaurante | 11 | Algumas indicações pessoais por tipo de cozinha - CHINÊS |
| 03 | Algumas indicações pessoais por tipo de cozinha - CARNES | 12 | Algumas indicações pessoais por tipo de cozinha - FRUTOS DO MAR |
| 04 | Algumas indicações pessoais por tipo de cozinha - ITALIANA | 13 | Algumas indicações pessoais por tipo de cozinha - BRASILEIRA |
| 05 | Algumas indicações pessoais por tipo de cozinha - CANTINA/TRATTORIA | 14 | Algumas indicações pessoais por tipo de cozinha - PIZZAS |
| 06 | Algumas indicações pessoais por tipo de cozinha - JAPONÊS | 15 | RESTAURANTES NO SHOPPING FREI CANECAS |
| 07 | Algumas indicações pessoais por tipo de cozinha - FRANCÊS | 16 | PETISCOS DE SAMPA |
| 08 | Algumas indicações pessoais por tipo de cozinha - ÁRABE | 17 | 25 pratos que são a cara de São Paulo |
| 09 | Algumas indicações pessoais por tipo de cozinha - PORTUGUÊS | 18 | Algumas "Referências Bibliográficas" da internet para quem quiser se aprofundar mais no assunto |



“

Restaurantes que
valem **pela vista**

”

01

TERRAÇO ITÁLIA

A 160 metros de altura, tem a vista panorâmica impressionante de Sampa. Um dos restaurantes mais turísticos da cidade, mas, não brilha tanto pela comida. Tem bar para quem não quiser jantar e apenas apreciar a vista. Peça sugestões ao sempre solícito maitre Freitas.



TERRAÇO ITÁLIA

Av. Ipiranga, 344 - 41º andar, Centro | Tel.: (11) 2189-2929

terraçoitalia.com.br



SKYE

Na cobertura do Hotel Unique (apelidado carinhosamente de Arca de Noé ou Melancia) tem uma vista panorâmica espetacular do Parque do Ibirapuera e do horizonte de São Paulo. Restaurante comandado há muitos anos pelo chef francês Emmanuel Bassoleil, bem conhecido dos paulistanos. O restaurante Skye tem entrada independente e para quem não tem intenção de jantar, tem um bar apenas para apreciar a bela vista.



SKYE

Av. Brig. Luís Antônio, 4700, Jardim Paulista | (11) 3055-4702

hotelunique.com/pt/restaurante-bar/skye



VISTA

No topo do edifício desenhado por Oscar Niemeyer, sede do Museu de Arte Contemporânea da USP (MAC-USP) e antiga sede do Detran, como diz o nome, tem uma vista imperdível. Ao lado do restaurante temos o bar Vista Balcão para quem quer apreciar a vista, bebericar e não pretende jantar. Ao lado do Parque do Ibirapuera. Tem uma segunda unidade no Shops Jardins.



VISTA

Av. Pedro Álvares Cabral, 1301, Vila Mariana | (11) 2658-3188
Shops Jardins - R. Haddock Lobo, 1626, 3º piso, Jardins | (11) 5196-4022

vistasapaulo.com.br



The background is a dark blue gradient. The top half shows a city skyline with various skyscrapers. The bottom half shows a restaurant interior with several tables and chairs. The text is overlaid on the city skyline.

“

Restaurantes que valem
pelo **visual** e ambiente do
próprio restaurante

”

02

A FIGUEIRA RUBAYAT

Casa que pertence ao Grupo Rubayat. A dica é no ato da reserva pedir uma mesa no pátio, debaixo da árvore centenária (figueira) que dá nome ao restaurante. Dá um charme todo especial à refeição. Excelente e extensa carta de vinhos.



A FIGUEIRA RUBAYAT

R. Haddock Lobo, 1738, Jardim Paulista | (11) 3087-1399

gruporubaiyat.com/casa/a-figueira-rubaiyat



SPOT

Local que paulistano gosta para ver e ser visto. Local moderninho, com garçons idem, um tanto quanto apertado. Bom chegar cedo para evitar uma longa espera. Bonito visual, do jardim ao lado do restaurante no meio dos espigões da Av. Paulista. Boa comida variada. Abriu uma filial no Shopping JK Iguatemi tão agitada como a matriz.



SPOT

Paulista - Al. Ministro Rocha Azevedo, 72, Bela Vista | (11) 3283-0946
JK Iguatemi - Av. Presidente Juscelino Kubitschek, 2041, Vila Olímpia
(11) 3079-3448

restaurantespot.com.br



LA CASSEROLE

Tradicional e clássico restaurante francês, fundado em 1954, localizado no Centro com uma vista charmosa para o Mercado de Flores do Largo do Arouche. Um dos pratos mais pedidos é o Gigot aux soissons, perna de cordeiro assado com feijão branco. Para quem quer sentir o charme do centro antigo de Sampa.



LA CASSEROLE

Largo do Arouche, 346, República | (11) 3331-6283

www.lacasserole.com.br



BAR DA DONA ONÇA

Localizado no térreo do famoso Edifício Copan projetado por Oscar Niemeyer, fica no Centro próximo à Praça da República e ao Terraço Itália. Chef Janaína Rueda (a Dona Onça!) pratica uma cozinha brasileira caseira de um patamar mais alto. É puro comfort food. Gosto de finalizar a refeição com os mini churros com doce de leite. E para os mestres cervejeiros, prestem atenção na carta de cervejas com várias opções nacionais e importadas, além de mais de 40 tipos de cachaça. Depois do jantar aproveitem para ir a pé até o Terraço Itália e curtam a vista lá do alto de Sampa à noite.



BAR DA DONA ONÇA

Edifício Copan - Av. Ipiranga, 200, cj. 27 e 29, Centro | (11) 3257-2016

bardadonaonca.com.br



A CASA DO PORCO

Restaurante do premiado Chef Jefferson Rueda, por sinal, ex-marido da Chef Janaína Rueda do Bar da Dona Onça (acima) e localizado bem próximo. Interessante proposta de revitalizar o centro de Sampa, totalmente fora do centro gastronômico tradicional da cidade. Eleva o porco a níveis de cozinha internacional. Na minha opinião é imperdível o Porco San Zé. Eleito o 12º melhor restaurante do mundo pelo "The World's 50 Best Restaurants". Chef Jefferson, incansável restauranter, abriu também nas proximidades o Hot Pork com cachorros-quentes de qualidade (pura carne suína, sem conservantes ou corantes) e a Sorveteria do Centro.



A CASA DO PORCO

R. Araújo, 124, Centro | (11) 3258-2578
acasadoporco.com.br

HOT PORK - R. Bento de Freitas, 454, Centro
[instagram.com/hot.pork](https://www.instagram.com/hot.pork)

SORVETERIA DO CENTRO - R. Epitácio Pessoa, 94, Centro
[instagram.com/sorveteriadocentrosp](https://www.instagram.com/sorveteriadocentrosp)

MERENDA DA CIDADE - R. Epitácio Pessoa, 98, Centro
[instagram.com/merendadacidade](https://www.instagram.com/merendadacidade)



LOUP

Belo visual, com pé direito alto com uma bonita parede verde no fundo do salão interno. Visual interessante com boa comida, uma ótima combinação. Uma dica é reservar a mesa no salão principal e não no salão de entrada, pois, o visual é muito mais agradável. Do mesmo dono do restaurante Cantaloup.



LOUP

R. Dr. Mario Ferraz, 528, Jardim Paulistano | (11) 3078-1089

louprestaurante.com.br



“

Algumas indicações pessoais
por **tipo de cozinha**

”

CARNE

03

| CARNE

VARANDA

Ótima casa de grelhados, sempre premiada nessa categoria, com 3 unidades em São Paulo. Tem várias unidades em Sampa, conheço bem a matriz no Jardim Paulista. Carne de ótima qualidade. Extensa carta de vinhos.



VARANDA

Jardins - R. Gen. Mena Barreto, 793, Jardim Paulista | (11) 3887-8870
Faria Lima - R. Prudente Correia, 432, Jardim Europa | (11) 3039-6500
JK Iguatemi - Av. Pres. Juscelino Kubitschek, 2041, Itaim Bibi
Shopping JK Iguatemi - Lj. 321B, piso 2 | (11) 3152-6777

varandagrill.com.br/pt



| CARNE

CORRIENTES 348

Com 3 unidades em São Paulo, demonstrando o sucesso da casa. Carne de boa qualidade. Só tem uma pegadinha, pois, menciona que tem somente “cortes argentinos”. Mas, a carne é de origem nacional, somente o tipo de corte que é argentino (ojo de bife, assado de tira, vacio etc.). Porções são grandes!



CORRIENTES 348

Jardins - R. Bela Cintra, 2305, Consolação
🌐 corrientes348.com.br/348-jardins

Jardim Europa - R. Dr. Mario Ferraz, 32, Jardim Europa
🌐 corrientes348.com.br/jardim-europa

Vila Olímpia - R. Comendador Miguel Calfat, 348, Vila Nova Conceição
🌐 corrientes348.com.br/vila-olimpia



“

Algumas indicações pessoais
por **tipo de cozinha**

”

ITALIANA

04

I ITALIANA

MOMA – MODERN MAMMA OSTERIA

Comida italiana sem afetação, com Chefs experientes Paulo Barros e Salvatori Loi. Unidade no Itaim sempre muito movimentada, com salão aberto para rua. Sempre é bom reservar para evitar uma longa espera. Porções são grandes e preços moderados. Tem uma segunda unidade em Pinheiros.



MOMA MODERN MAMMA OSTERIA

Itaim - R. Manoel Guedes, 160, Itaim Bibi
Pinheiros - R. Ferreira de Araújo, 342, Pinheiros

momaosteria.com.br



I ITALIANA

TRE BICCHIERI

Comida italiana clássica de qualidade com culinária baseada na Toscana, do Chef Rodrigo Queiroz.



TRE BICCHIERI

R. Gen. Mena Barreto, 765, Jardim Paulista | (11) 3885 4004

trebicchieri.com.br



I ITALIANA

PIÙ

Tem 2 unidades, sendo que a matriz fica em Pinheiros. Comida italiana de ótima qualidade e sabor, com apresentação criativa e moderna. Aprecio bastante o Cacio e Pepe com lulas (não está mais no cardápio, mas, é só solicitar que eles gentilmente preparam). Serviço atencioso. Preços moderados.



PIÙ

Pinheiros- R. Ferreira Araújo, 314, Pinheiros | (11) 3360-7718
Higienópolis - Av. Higienópolis, 618, Higienópolis
Shopping Pátio Higienópolis, piso Higienópolis | (11) 99904-0680

piurestaurante.com.br



I ITALIANA

DUE CUOCHI CUCINA

Casa sempre cheia, com comida italiana de qualidade e bom preço. Na minha modesta opinião, tem uma entrada imperdível que é o ravioloni de gema de ovo caipira na manteiga e sálvia perfumado com azeite de tartufo branco. Ao finalizar o prato, não tenho a mínima vergonha de limpar o prato com pão. A unidade do Shopping Cidade Jardim tem o bônus de uma vista muito bonita à noite da Ponte Estaiada e da Marginal Pinheiros. Abriu um 4º endereço com preços mais em conta, chamado de Due Cuochi Trattoria.



DUE CUOCHI CUCINA

Itaim - R. Manoel Guedes, 93, Itaim Bibi | (11) 3078-8092 | www.duecuochi.com.br/itaim-bibi

DUE CUOCHI JARDIM - Av. Magalhaes de Castro, 12000, Jardim Panorama

Shopping Cidade Jardim, 3º piso - (11) 3758-2731 | www.duecuochi.com.br/cidade-jardim

DUE CUOCHI MORUMBI - Av. Dr. Chucrí Zaidan, 1240, Chácara Santo Antônio

Morumbi Corporate | (11) 3957-9580 | www.duecuochi.com.br/morumbi

DUE CUOCHI TRATTORIA - R. Ferreira de Araújo, 470, Pinheiros | (11) 3032-800

www.duecuochi.com.br/trattoria

DUE BAR - Rua Manuel Guedes, 85, Itaim Bibi (ao lado do Due Itaim) | (11) 3078-8092

www.duecuochi.com.br/due



I ITALIANA

EATALY

Na verdade, é um parque de diversões para foodies. Seguindo o estilo das outras Eataly que existem no mundo, são 3 andares com 4.500 metros quadrados, que vendem produtos importados (vinhos, cervejas, embutidos, massas, queijos e outra infinidade de produtos) e possuem vários restaurantes bem informais que são especializados em diferentes comidas (Pizza & Cucina, Bistecca, Trattoria Italia e Brace bar e Griglia).



EATALY

Av. Presidente Juscelino Kubitschek, 1489 | (11) 3279-3300

eataly.com.br



| ITALIANA

TRATTORIA FASANO

Casa do grupo Fasano, localizado atrás do belo Edifício Pátio Victor Malzoni que preservou a Casa Bandeirista e considerado um dos endereços comerciais mais caros do país. Comida que homenageia a tradicional gastronomia do Sul da Itália. Preços um pouco mais em conta do que os outros restaurantes do grupo Fasano.



TRATTORIA FASANO

R. Iguatemi, s/n, Itaim Bibi - (entre a R. Joaquim Floriano e a Av. Horácio Lafer) | (11) 3167-3322

fasano.com.br/gastronomia/trattoria



| ITALIANA

PISELLI

Estilo trattoria-chique, comandada pelo supersimpático e sempre sorridente Juscelino Pereira (ex-maitre e sommelier do Gero), que sempre passa conversando de mesa em mesa. Pratos inspirados em várias regiões da Itália. Casa sempre cheia e movimentada. Tem uma filial no Shopping Iguatemi, que na minha opinião, consegue ter um ambiente mais bonito e arejado do que a matriz.



PISELLI

PISELLI JARDINS - R. Padre João Manuel, 1253, Jardins | (11) 3081-6043
restaurante.piselli.com.br/jardins

PISELLI SUD - Av. Brig. Faria Lima, 2232, Jardim Paulistano Shopping Iguatemi | (11) 3031 5404
restaurante.piselli.com.br/sud

PISELLI BOA VISTA - R. Boa Vista, 51, 12º andar, Centro | (11) 3180-3760
restaurante.piselli.com.br/boavista



I ITALIANA

GERO

Nome do restaurateur e proprietário Gero Fasano, é uma versão mais informal do requintado e estrelado Restaurante Fasano. Preços um pouco menos salgados (mas ainda assim salgados!), com cozinha italiana de alta qualidade. Curto o Fusilli alla diavolla (apimentado) e aprecio muito o couvert que conta com abobrinhas estilo potato chips. Pode pedir sugestão de vinho ao sommelier em nome do Dr. Sato. Abriu uma unidade no Hotel Fasano, com cardápio distinto.



GERO

GERO SÃO PAULO - R. Haddock Lobo, 1629 | (11) 3064-6317

fasano.com.br/gastronomia/gero-sao-paulo

GERO ITAIM - R. Pedroso Alvarenga, 706, Itaim Bibi | (11) 3513-7480

fasano.com.br/gastronomia/gero-itaim



I ITALIANA

SUPRA DI MAURO MAIA

Misto de bar, restaurante, empório e rotisserie. Restaurante com comida italiana interessante em ambiente informal, sendo que o seu Agnollotti al plin in salsa di arrosto ganhou vários prêmios.



SUPRA DI MAURO MAIA

R. Leopoldo Couto de Magalhães Jr., 681, Itaim Bibi | (11) 3071-4539

 supracucina.com.br



I ITALIANA

SANTO COLOMBA

Cozinha italiana tradicional sob comando do carismático e simpático Chef-proprietário Alencar (foto). Ambiente com ares bem tradicionais, com o bar que foi do antigo Jockey Club de RJ (foto). Peça sugestão ao Chef Alencar em meu nome, e tenho certeza de que vai sugerir o que tiver de mais fresco e saboroso no dia. Mas, de qualquer maneira, não deixe de provar o trenette pomodoro e basílico, um clássico sempre muito saboroso.



SANTO COLOMBA

Al. Lorena, 1157, Jardim Paulista | (11) 3061-3588

santocolomba.com.br



I ITALIANA

NINO CUCINA

Restaurante charmoso e aconchegante no Itaim, comandada pelo jovem Chef Rodolfo De Santis (foto), italiano da Puglia (ex-Tappo Trattoria). Aprecio muito a entrada Carne cruda, com pedaços de carne cruda cortada na ponta da faca, com alcaparras, pecorino e rúcula. Comida italiana de qualidade e com frescor. Reservar com antecedência para evitar as longas filas de espera. Chef De Santis está abrindo um império gastronômico no Itaim vários restaurantes na região, como Da Marino, sendo o Nino Cucina o carro-chefe. Além desses, o Salumeria, Giulietta Fogo & Vino, Forno Da Pino, Peppino Cantina, Vito Mozzarella Bar, Madame Suzette, Aquiles Taberna e Ninetto (ufa!).



NINO CUCINA

R. Jerônimo da Veiga, 30, Itaim Bibi | (11) 3368-6863

[instagram.com/ninocucina](https://www.instagram.com/ninocucina)

DA MARINO RISTORANTE - R. Jerônimo da Veiga, 74, Itaim Bibi | (11) 3368-6863

[instagram.com/da.marino](https://www.instagram.com/da.marino)



I ITALIANA

ZUCCO

Localizado em uma charmosa casa na região dos Jardins com ambiente moderno, com varanda aberta para rua, pé direito alto, aconchegante e com muita luz natural. Comida italiana de boa qualidade e bom serviço. Tem grande influência da "escola" Fasano, pois, tem como sócios e funcionários muitos "ex-Fasanos"!



ZUCCO

ZUCCO RISTORANTE - R. Haddock Lobo, 1416, Cerqueira César | (11) 3897-0666

ristorante.zucco.com.br

ZUCCO CUCINA MORUMBI - Av. Roque Petroni Jr, 1089, Brooklin Morumbi Shopping, piso Lazer, Área Gourmet | (11) 5181-1858

cucina.zucco.com.br

OSTERIA ZUCCO - R. Graúna, 65, Moema

osteria.zucco.com.br



“

Algumas indicações pessoais
por **tipo de cozinha**

”

CANTINA/TRATTORIA

05

I CANTINA/TRATTORIA

NELLO'S

Infelizmente em 2013 o simpático dono Nello De Rossi (foto) faleceu, mas, o clima mantido por ele permanece. Só os mais velhos vão lembrar dele como o personagem de uma famosa propaganda de camisa da extinta US Top, em que repetia o bordão: "Bonita camisa Fernandinho!". Cantina simples, com bons preços. Sempre peço a salada de catalônia ao molho aliche (puntarelle alla romana) quando disponível.



NELLO'S

R. Antônio Bicudo, 101, Pinheiros | (11) 3082-4365

 www.nellos.com.br



| CANTINA/TRATTORIA

PECORINO TRATTORIA

Comida italiana sem afetação com bom ótimo custo-benefício. Frequento a unidade da Vila Nova Conceição, próximo ao Parque do Ibirapuera, mas, tem várias unidades em São Paulo e em outros estados do Brasil. Nessa unidade pode falar no meu nome e solicitar indicação de vinhos com sommelier Salviano.



PECORINO TRATTORIA

Vila Nova Conceição - R. Domingos Leme, 687, Vila Nova Conceição | (11) 3842-2375

Jardins Al. Joaquim Eugênio de Lima, 1706, Jardim Paulista | (11) 2339-2887

Várias unidades em São Paulo

www.pecorino.com.br



“

Algumas indicações pessoais
por **tipo de cozinha**

JAPONÊS

”

06

| JAPONÊS

KOSUSHI

Japonês moderno e badalado. Vale pelo gentil e simpático sócio-proprietário sushiman George Koshiji (foto), que prepara sushis de mais alta qualidade. Pode pedir sugestões em meu nome. Uma dica é pedir um menu degustação de sushi no balcão (omakase). Quando minha filha era menor, ele preparava sushis de menor tamanho especialmente para ela. O exímio sushiman prepara o tamanho do sushi de acordo com a boca do cliente (não riam, é verdade!). Tem uma filial no Shopping Cidade Jardim e outra em Miami, USA.



KOSUSHI

Itaim - R. Viradouro, 139, Itaim Bibi | (11) 3167-7272
Cidade Jardim - Av. Magalhães de Castro, 12000, Jardim Panorama
Shopping Cidade Jardim, 4º piso | (11) 3552 7272

www.instagram.com/kosushi



| JAPONÊS

YORIMISHI IZAKAYA

Bar de espetinhos japoneses, para se sentir no Japão, sem ter que viajar para lá. Sente-se no balcão, e vá pedindo os espetinhos sem pressa. Sistema de exaustão muito bom para não sair defumado. Tem uma bela carta de sakês e shochus, além de cervejas. Interessante reservar, já que é um local pequeno, como todo izakaya.



YORIMISHI IZAKAYA

R. Otávio Nébias, 208, Paraíso | (11) 3052-0029

yorimichiizakaya.com.br



| JAPONÊS

KOSHÔ JAPANESE CUISINE

Dica de japonês moderno na região da Vila Nova Conceição, próximo ao Parque do Ibirapuera, localizado em uma rua bem tranquila. Comida japonesa de qualidade. Se conseguir lugar no pequeno balcão, peça um omakase (menu degustação de sushi do que estiver mais fresco no dia) para o simpático chef proprietário William Ymamura (foto) ou para alguém da sua equipe. Pode falar no meu nome.



KOSHÔ JAPANESE CUISINE

R. Marcos Lopes, 121, Vila Nova Conceição

 www.instagram.com/kosho.japanese



| JAPONÊS

KAN SUKE

Escondido em uma galeria, é realmente pequeno com poucos lugares, ideal é reservar com antecedência. Mas, a maestria do Chef Keisuke Egashira (foto) vale o esforço. Sempre considerado um dos melhores restaurantes japoneses de São Paulo, tendo inclusive classificado pelo Guia Michelin. Infelizmente o Chef ainda fala muito pouco português, mas, felizmente a comida dispensa explicações.



KAN SUKE

R. Manuel da Nóbrega, 76, Paraíso - Edifício Barão de Ouro Branco
loja 12 | (11) 3266 3819



| JAPONÊS

ASKA LAMEN

É um ramen-ya, restaurante especializado apenas em lámen (macarrão japonês, mais conhecido como miojo). Para os fissurados nesse tipo de comida, localizado no coração do bairro japonês da Liberdade, mudou de endereço recentemente. Vale também pelo guioza (tipo de pastel japonês semelhante a um ravióli grande). Aproveite para passear pelo bairro e pelas lojinhas da região. Fila de espera é uma constante. Ambiente bem simples com preços bem em conta. Mas, alerta, não aceitam cartão de crédito!



ASKA LAMEN

R. Barão de Iguape, 260, Liberdade | (11) 3271-3770

www.instagram.com/aska_lamen



“

Algumas indicações pessoais
por **tipo de cozinha**

FRANCÊS

”

07

I FRANCÊS

CHEF ROUGE

Sempre considerado um dos melhores franceses da cidade. Decoração e cardápio inspirados nos bistrôs parisienses, restaurante tradicional. Serviço sempre impecável e pode falar em meu nome (Dr. Sato) com o simpático maître Eudes para uma sugestão.



CHEF ROUGE

R. Bela Cintra, 2238, Jardins | 11) 3081-7539

 www.chefrouge.com.br



“

Algumas indicações pessoais
por **tipo de cozinha**

ÁRABE

”

08

I ÁRABE

FARABBUD

Local aconchegante com ótima comida árabe próximo ao Parque do Ibirapuera. Frequento bastante a filial da Vila Nova Conceição, não tanto a matriz em Moema. Pode solicitar sugestões de coquetel ao barman Val. Dica para os "Dessert Lovers", provem a sobremesa tradicional chamada Choclamour, famosa desde os anos 60 (do antigo restaurante Bambi).



FARABBUD

Moema - Al. dos Anapurus, 1253, Moema | (11) 5054-1648
Vila Nova - R. Diogo Jácome, 360, Vila Nova Conceição | (11) 3044-4358

www.farabbud.com.br



“

Algumas indicações pessoais
por **tipo de cozinha**

”

PORTUGUÊS

09

I PORTUGUÊS

CHIADO

Localizado em uma simpática casa em Moema, apresenta boas receitas portuguesas onde se sobressai naturalmente o bacalhau. Tem a vantagem de ter bons preços e um ambiente muito agradável.



CHIADO

Av. Jurucê, 776, Indianópolis | (11) 5041-5276

chiadorestante.com.br/site



| PORTUGUÊS

PRESIDENTE

Totalmente fora do circuito, longe do centro gastronômico de Sampa, localizado em uma região não tão bela da cidade (bairro do Brás). É indicação somente para os realmente fissurados em bacalhau, pois, em um salão simples e despojado só servem receitas preparadas com o verdadeiro Gadus morhua. Porções grandes. Não aceitam cartão de crédito.



PRESIDENTE

R. Visconde de Parnaíba, 2438, Brás | (11) 2292-8683

🌐 www.restaurantepresidente.com.br



“

Algumas indicações pessoais
por **tipo de cozinha**

”

ASIÁTICA

10

I ASIÁTICA

DASIAN / BALEIA ROOFTOP

Localizado no térreo do Edifício Birmann 32, parte de um complexo que engloba o teatro B32, uma praça aberta ao público no estilo nova-iorquino com mesas e cadeiras e a escultura Baleia Prateada. Espaço bem aberto e arejado. Chef responsável é Flávio Miyamura. Comida asiática, com destaque para o Pato de Pequim. No terraço do teatro B32, no mesmo complexo, fica o Baleia Rooftop restaurante e bar com área externa, com uma bela vista da skyline de Sampa.



DASIAN

Av. Brigadeiro Faria Lima, 3732, térreo, Itaim Bibi | (11) 5182-4552

dasian.com.br

BALEIA ROOFTOP - R. Lício Nogueira, 92, Itaim Bibi | (11) 5464-8222

baleiarooftop.com.br



“

Algumas indicações pessoais
por **tipo de cozinha**

”

CHINÊS

11

I CHINÊS

RONG HE

No coração da Liberdade, restaurante chinês onde pode observar a arte de fazer macarrão ao vivo. Habilidoso, o mestre chinês usa apenas as mãos para transformar a massa em fios de macarrão. Tem um menu quilométrico, e tem um ótimo yakisoba para quem aprecia. Prepare-se para as longas filas em um ambiente muuuito simples e bem barulhento. Aproveite para tomar uma genuína cerveja chinesa Tsingtao Só aceita dinheiro ou cartão de débito como pagamento. Ótimo preço, na verdade, muuuuito barato. Interessante para quem quer aproveitar almoçar e visitar o bairro oriental da Liberdade.



RONG HE

Liberdade - R. da Glória, 622, Liberdade | (11) 3275-1986
Paraíso - R. Tutóia, 312, Vila Mariana | (11) 3559-9996
Moema - Av. Ibirapuera, 2343, Indianópolis | (11) 5052-0530
Jardim Anália Franco - R. Eleonora Cintra, 1040, Jardim Anália Franco
(11) 2674-0208

www.ronghe.com.br



“

Algumas indicações pessoais
por **tipo de cozinha**

”

FRUTOS DO MAR

12

| FRUTOS DO MAR

BARÚ MARISQUERÍA

Ótimas sugestões de pescados com preços atraentes e frescos. Chef colombiano Dagoberto Torres tem realizado um excelente trabalho com forte influência latina. Ambiente pequeno e bem descontraído, localizado uma charmosa viela. Prêmio Bib Gourmand do Guia Michelin (boa relação custo-benefício).



BARÚ MARISQUERÍA

R. Augusta, 2542, Cerqueira César | (11) 3062-0898

barumarisqueria.com



“

Algumas indicações pessoais
por **tipo de cozinha**

”

BRASILEIRA

13

| BRASILEIRA

BOLINHA

Tem uma das mais tradicionais feijoadas de Sampa, e todos os dias (!). Para quem não está de dieta. Serviço à moda antiga.



BOLINHA

R. Av. Cidade Jardim, 53, Itaim Bibi | (11) 3061-2010

🌐 www.bolinha.com.br



“

Algumas indicações pessoais
por **tipo de cozinha**

”

PIZZAS

14

| PIZZAS

PIZZARIA CAMELO

São Paulo tem um sem-número de pizzarias para todos os bolsos e gostos. Indico a Camelo porque, além da excelente pizza, tem um frango passarinho imperdível. Sei que é incomum indicar uma Pizzaria para comer frango passarinho, mas, esse é o caso! Não deixe de experimentar o frango Camelo, passarinho ao alho e óleo (foto). Tem várias unidades em Sampa e até em Orlando, USA.



PIZZARIA CAMELO

Jardins- R. Pamplona, 1873, Jardim Paulista | (11) 3887-0702
Itaim - Av. Pres. Juscelino Kubitschek, 151, Vila Nova Conceição | (11) 3842-1341
Higienópolis | R. Eng. Edgar Egídio de Souza, 98, Santa Cecília | (11) 3822-5050

🌐 camelopizzaria.com.br



“

Algumas indicações pessoais
por **tipo de cozinha**

”

RESTAURANTES NO
SHOPPING FREI CANECA

15

RESTAURANTES NO SHOPPING FREI CANECA

Shopping Frei Caneca tem restaurantes e locais mais informais para alimentação.

Onde comer e beber no Shopping Frei Caneca
VEJA SÃO PAULO

<https://vejasp.abril.com.br/comida-bebida/onde-comer-e-beber-no-shopping-frei-caneca/>



SHOPPING FREI CANECA

R Frei Caneca, 569, Consolação

freicanecashopping.com.br/alimentacao.php



“

Algumas indicações pessoais
por **tipo de cozinha**

”

PETISCOS DE SAMPA

16

I PETISCOS DE SAMPA

MERCADO MUNICIPAL (MERCADÃO)

Mercadão, como é chamado carinhosamente pelos paulistanos, foi inaugurado em 1933, com vitrais do artista russo Conrado Sorgenicht Filho, famoso pelo trabalho na Catedral da Sé e em outras 300 igrejas. Vale como sugestão de passeio para visitar as diferentes bancas com todo tipo de alimento. E aproveitar para comer um petisco bem paulistano (e bem turístico) o famoso sanduíche de mortadela (enorme!) e o pastel de bacalhau.



MERCADO MUNICIPAL

R. Cantareira, 306, Centro - próximo à R. 25 de Março e ao Parque Dom Pedro
| (11) 3313-3365

mercadomunicipalsp.com



| PASTEL DE FEIRA-LIVRE

PASTELARIA YOKOYAMA

Outra instituição paulista é o pastel de feira. Sempre presente em feiras-livres de rua. Existe até um concurso que em 2011 escolheu o pastel da barraca “Pastel da Maria” da pasteleira Maria Yonaha como campeã. A vencedora tem barraca na feira na Praça Charles Miller às terças e quintas. Mas, em qualquer feira se encontra um bom pastel crocante feito na hora.

Além disso, caso não possa ir a uma feira-livre por algum motivo, tipo horário, vá a uma pastelaria. A minha preferida é o Yokoyama.



PASTELARIA YOKOYAMA

Loja 1 - Av. Lins de Vasconcelos, 1365, Cambuci | (11) 3207-9613
Loja 2 - Av. Dr. Altino Arantes, 352, Vila Clementino | (11) 2578-5070

pastelariayokoyama.com.br



“

25 pratos que são a cara
de **São Paulo**

”

17

25 PRATOS QUE SÃO A CARA DE SÃO PAULO

Recomendo a leitura deste interessante artigo da Jornalista Marjorie Zoppei, no qual ela lista 25 pratos icônicos de nossa Sampa (Folha de SP 20/01/23). Lista pratos como Bauru do Ponto Chic, Beirute do Frevinho, Bisteca do Sujinho, Caipirinha do Bar Veloso, Dadinho de tapioca do Mocotó, Feijoada do Bolinha, Polpettone do Jardim de Nápoli, Sanduíche de pernil do Estadão entre outros.

<https://guia.folha.uol.com.br/restaurantes/2023/01/conheca-25-pratos-que-sao-a-cara-de-sao-paulo-e-saiba-onde-encontra-los.shtml>

Além desses 25 pratos, eu incluiria o Sanduba de Pastrami do Z Deli. Para quem aprecia esse tipo de sanduba (esse é igual o encontrado em Delis de New York). Mamãe judia ia ficar orgulhosa. Tem vários endereços em Sampa.

www.zdeli.com.br

Também incluiria nessa lista de petiscos as famosas coxinhas do Frangó. Além disso, aproveitar a extensíssima carta de cervejas de lá.

frangobar.com.br

Uma dica é experimentar essas guloseimas via iFood ou Rappi (ciente que perdem um pouco o frescor por serem por delivery devido ao tempo de entrega), mas, se você não tem tempo para ir ao local, é uma ótima opção para não deixar de provar esses pratos icônicos da minha querida cidade.



ALGUMAS "REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS" DA INTERNET PARA QUEM QUISER SE APROFUNDAR MAIS NO ASSUNTO

Uma boa dica é que o guia Michelin tem uma classificação Bib Gourmand, onde lista restaurantes de preço mais acessível com boa qualidade

🌐 https://guide.michelin.com/br/pt_BR/sao-paulo-region/sao-paulo/restaurants?sort=distance

Outros links:

🌐 <https://vejasp.abril.com.br/coluna/arnaldo-lorencato/comer-e-beber-2023-melhores-restaurantes-bares-comidinhas>

🌐 <https://www.estadao.com.br/paladar>





46° SIMASP

O CONGRESSO DA OFTALMO DA ESCOLA

20 A 23 DE MARÇO DE 2024

CENTRO DE CONVENÇÕES FREI CANECA
SÃO PAULO - SP

simasp.com.br