

---

## Aracaju

### ***By logomotiva***

Published: 24/03/2008 - 10:33

Mapa da Região: mjhcg**A carne-de-sol sofisticada**

Aracajú é uma cidade pequena, simpática e muito agradável. É uma cidade planejada, com muito verde, praias lindas e um dos melhores índices de qualidade de vida do Nordeste. Uma característica interessante é que, fora da alta temporada, praias muito próximas do centro, na direção sul – a partir da Praia de Aruana, ao longo da Rodovia José Sarney – ficam praticamente desertas. Daí até a Caueira, o visitante terá o prazer de se banhar em praias belas, sem tumulto. E estamos falando de um roteiro de apenas 40 quilômetros, em que, além da Aruana (10 km), há a do Robalo (12 km), dos Naufragos (15 km) e a do Refúgio (18 km), apenas para ficar nessas. Antes, para quem quer um pouco mais de badalação e movimento, está a Praia de Atalaia (9 km), urbanizada e com vários restaurantes de frutos do mar e cozinha regional nordestina.

Em toda a orla o visitante vai encontrar os tradicionais bares e barracas de praia, com comidas típicas. Destaque para a barraca da Tia Gleide, uma das mais populares e freqüentadas de toda a orla. Fica na Praia dos Artistas.

Além das praias, um passeio interessante é a visita ao Oceanário, na Av. Santos Dumont, à beira-mar, com vários aquários e explicações, com guias especializados, sobre a vida marinha. A cidade histórica de São Cristóvão, a apenas 25 quilômetros, também vale uma visita. É a quarta cidade mais antiga do Brasil, ruas pavimentadas com pedras e prédios preservados pelo Patrimônio Histórico e Artístico Nacional, como o Museu de Arte Sacra. E depois de passear pela cidade que nos leva aos séculos XVII e XVIII, experimentar as delícias da culinária regional no Solar Parati. A sobremesa pode ser na Casa da Queijada, onde se encontram doces típicos e licores.

Recomenda-se, ainda, três outros passeios: ao Mercado Municipal Antonio Franco, revitalizado há quatro anos, com bares, restaurantes e artesanato; à Feira de Artesanato, no Centro de Turismo; e ao Mercado Albano Franco, onde se pode ver e comprar os produtos regionais do Nordeste.



**Banca de coco no Mercado Municipal**

---

## O Miguel

Falar de gastronomia em cidades à beira do mar nos induz, quase sempre, a falar de pescados, mas o grande destaque de Aracaju talvez seja um outro prato da culinária nordestina, a carne-de-sol. E, nesse caso, abre-se espaço para um dos endereços mais tradicionais da cidade, há 30 anos servindo aquela que é considerada a melhor carne-de-sol de Aracaju. Estamos falando do restaurante O Miguel, dirigido pelo casal Miguel Gonçalves Neto e Marizete, 65.



**Miguel e Marizete: excelência na carne-se-sol**

A bem da verdade, diga-se de passagem que a carne-de-sol, já há muito tempo não é de sol, e sim de sombra, do sereno das madrugadas. Salga-se a manta de carne e deixa-a maturando entre 12 e 24 horas.

No O Miguel já se partiu para um nível de sofisticação na produção da carne. Começa que, ali, só se usa filé mignon, uma heresia para muitos, mas uma das razões do sucesso da casa. A dita

---

carne-de-sol é feita no próprio restaurante, aos cuidados de D. Marizete. A carne é salgada e colocada em câmara frigorífica a 6 graus, por 24 horas. Na realidade é um processo de maturação, com carne salgada. Mas, seja o que for, o resultado é delicioso. É o carro chefe da casa, o grande sucesso. “Foi essa carne-de-sol que me levantou; resolvi fazer a carne-de-sol com filé e foi o maior sucesso”, diz Miguel. É feita na brasa e servida com pirão de leite e farofa d’água.

Além disso, outro prato que disputa a preferência dos fregueses é o surubim na brasa, com um tempero todo especial, que Marizete prefere não contar, e que realça o sabor do peixe. O surubim vem do Rio São Francisco, da localidade de Remanso (BA). Para acompanhar as refeição peça um dos sucos especiais da casa: mangaba, o mais pedido, e caju.

### **Endereços e telefones**

#### **Bar e Restaurante Tia Gleide**

**Praia do Artistas**

#### **O Miguel**

**Av. Antônio Alves 340 – Atalaia Velha. Tel: (79) 243-1444**

#### **Casa da Queijada**

**Praça da Matriz 36 – São Cristóvão. Tel: (79) 261-1376**

#### **Solar de Parati**

**Praça da Matriz 40 – São Cristóvão. Tel: (79) 261-1712**