

# honest greens®

## HONEST GREENS CHEGA A PORTUGAL

A Platform de Rui Sanches, o maior grupo de restauração português, traz para Portugal um conceito revolucionário de comida saudável. Honest Greens chega a Lisboa após grande sucesso em Madrid e Barcelona.

A dupla Rita Pereira e Carolina Patrocínio, conhecidas pela sua aposta num estilo de vida equilibrado, foram a escolha da Platform para dar voz a este conceito em Portugal. As duas personalidades e influencers têm, em conjunto, uma comunidade de cerca de 3,5 milhões de pessoas.



O Honest Greens chega à capital portuguesa para proporcionar uma vida nova e mais saudável em 2020. A abertura do primeiro espaço, no Parque das Nações, ocorre hoje e traz o conceito de 'Real Food' com comida fresca, *plant based* e saudável, mas sempre com um toque rebelde.

Honest Greens nasceu do sonho de três viajantes. Insatisfeitos por não existir nenhum espaço que juntasse comida saudável e saborosa no mesmo prato, o norte-americano Christopher Fuchs, o dinamarquês Rasmus B. e o *chef* de origem gaulesa Benjamin Bensoussan decidiram desenvolver este conceito inovador. O processo de criação durou três anos e envolveu a seleção manual de ingredientes de pequenos agricultores e viagens por todo o mundo, em busca de inspiração culinária, para a criação de pratos saudáveis e inovadores, que respeitem todos os tipos de dietas e carteiras.

Foi assim que surgiu o Honest Greens, que combina não só as técnicas de cozinha utilizadas em restaurantes com estrelas Michelin, como também a formação de equipas especializadas e criteriosamente selecionadas. Esta preocupação fez do conceito um grande sucesso em Espanha, país onde deu os primeiros passos e onde conta já com cinco restaurantes em Madrid e Barcelona.

O Honest Greens voa agora pela primeira vez além-fronteiras e aterra em Portugal por intermédio da Plateform. O maior grupo português de restauração conta agora com 26 marcas e celebra, com esta inauguração, a abertura do seu 150º restaurante em Portugal. Para representar este conceito *Eat Real*, a marca conta com Rita Pereira e Carolina Patrocínio como embaixadoras. Conhecidas pelo seu estilo de vida equilibrado, a dupla já esteve em Madrid para conhecer o conceito em primeira mão.

Rui Sanches, fundador e CEO da Plateform, referiu: “Sou flexitariano desde os 25 anos, pelo que acompanho com interesse especial as tendências na área da alimentação saudável em vários países de um ponto de vista de negócio. O que pretendemos com a marca é democratizar a qualidade numa versão ótima e profissional, de alta cozinha, com baixa temperatura, evoluída em termos técnicos, e respeitando a sazonalidade e fornecedores locais, num serviço orientado para o cliente. Precisamente, o maior desafio da Plateform é continuar a identificar aquilo que o cliente quer, porque se o fizermos é meio caminho andado para um futuro de sucesso.”

## **COMIDA REAL, ADAPTADA A TODAS AS DIETAS, A QUALQUER HORA DO DIA**

Os restaurantes Honest Greens optam por produtos “de verdade”. Evitam, assim, alimentos processados, com conservantes artificiais ou açúcares refinados, apostando na vertente orgânica, sempre que possível, mas mantendo os preços acessíveis. Dão prioridade aos vegetais, e as suas carnes são provenientes de animais criados ao ar livre, com recurso a grãos e sementes, ideais para uma dieta saudável e equilibrada.

Para garantir a máxima frescura e a sustentabilidade, os alimentos utilizados no menu Honest Greens têm origem em produtores locais e variam consoante as estações do ano, respeitando a Natureza. Os produtos são depois manuseados criteriosamente pelos *chefs*, que utilizam as técnicas que melhor respeitam a identidade de cada produto. Os rótulos ‘eco’ e ‘bio’ são evitados precisamente para manter um preço justo e real, com ofertas que abrangem todo o tipo de dietas, tais como paleo, vegetariana, *plant based* e sem glúten, democratizando o acesso a refeições de elevada qualidade.

Existem, por exemplo, 29 molhos feitos ‘em casa’ todos os dias, muitos sabores e especiarias diferentes, sumos de fruta naturais prensados a frio, água purificada com e sem gás, águas frescas aromatizadas e um menu de café de especialidade. O espaço conta também com sobremesas *plant based*, sem açúcar refinado, sem glúten e sem gorduras de origem animal.

Dentro da linha de honestidade e simplicidade, o Honest Greens conta com uma cozinha onde todos os ingredientes estão expostos, convidando o cliente a fazer o seu menu.

Ao fazer o seu pedido, os consumidores poderão escolher entre duas opções de pratos principais (a partir de 6,90€): um Market Plate (à base de proteína acompanhada de salada e pão artesanal) ou uma Garden Bowl (à base de salada veggie); em ambas as opções é possível adicionar acompanhamentos por 2,5€ cada, ou proteínas, a partir de 3€.

Para acompanhar a refeição é possível escolher entre águas com infusões de frutas e ervas, kombucha e ainda sumos prensados a frio com frutas e vegetais, sem açúcares adicionados.

O pequeno-almoço, servido entre as 8h30 e as 11h30, tem opções variadas desde tostas de abacate e tahini, deliciosas panquecas de aveia com manteiga de amêndoa, a bowls de açai ou porridge de aveia e quinoa tricolor.

No corner Honest Beans, a zona de cafetaria, podemos encontrar o café de especialidade, um produto cuidado desde a planta até à chávena. Os grãos verdes são selecionados de entre 10% da produção mundial, para preservar todo o seu aroma e propriedades. Desde o café expresso ao macchiato, existem vários tipos de leite e bebidas vegetais para complementar.

A carta das sobremesas oferece opções plant based, sem açúcar refinado, sem glúten e sem gorduras de origem animal.

## **UM ESPAÇO ACOLHEDOR, DESCONTRAÍDO E PENSADO AO PORMENOR**

O primeiro espaço a ser inaugurado em Lisboa situa-se numa zona privilegiada e tem um projeto de arquitetura à sua altura. Com uma área bruta de 495 m<sup>2</sup>, proporciona um serviço rápido e eficiente que terá como centro a cozinha aberta ao cliente, mantendo a relação de transparência que é apanágio dos espaços Honest Greens.

Os dois pisos interiores, interligados por uma árvore, têm capacidade total para 240 pessoas, e a esplanada 236 lugares sentados. A sala interior é composta por vários ambientes descontraídos, desde espaços mais lounge e mesas de grupo de dez pessoas, às mesas convencionais de duas a quatro pessoas.

Todo este espaço é fortemente pontuado pela presença de elementos verdes, nomeadamente espécies tropicais de folhagens verdes brilhantes, em contraste com os acabamentos rústicos e marcado por iluminação cuidada e pontual, apostando em abat-jours em materiais naturais como vime, ratan e barro.

## **REAL FOOD REVOLUTION**

### **MANIFESTO**

#### **Escolhe produtos de verdade.**

Não processados, sem conservantes artificiais ou açúcares refinados.

Opta por produtos orgânicos sempre que possível.

#### **Segue a dieta dos teus antepassados.**

Mais vegetais, carne de animais criados ao ar livre com grãos e sementes.

#### **Guia-te pelas estações do ano.**

Deixa que a natureza decida o que faz parte do menu.

---

**Constrói uma comunidade.**

Usamos ingredientes de produtores locais, que conhecemos e confiamos.

**Respeita o meio ambiente.**

Promove uma agricultura sustentável.

**Valoriza a criatividade.**

Trabalhamos com *chefs* que alteram o nosso menu regularmente.

**Morada:** Cais Português, lote 2.11.01, Lisboa, Portugal

**Horário de funcionamento:** de 2ª a domingo das 8h30 às 24h00

**P L A T E F O R M**  
R U I S A N C H E S

---

A Multifood é agora Plateform.

A Plateform é um grupo de restauração com ADN 100% português. Uma plataforma que tem como objectivo criar conceitos originais e inovadores que antecipam tendências e onde há lugar para a celeridade do fast casual mas também para a minúcia da alta cozinha.

Criada em 1998 por Rui Sanches, inaugurou no mesmo ano o primeiro restaurante Vitaminas, em Lisboa, marca que se revelou pioneira na restauração saudável em Portugal. A Plateform, ao longo de 21 anos de presença no mercado nacional, é percursora de um caminho alicerçado na inovação, na qualidade e na atenção ao detalhe, com projetos tailor-made que marcaram a cena gastronómica portuguesa, como a steakhouse Sala de Corte, a mercearia delicatessen DeliDelux ou a pizzeria ZeroZero.

Em conjunto com o chef Henrique Sá Pessoa, abriu o restaurante de fine dining Alma (2\*Michelin) e o Tapisco, conceito de fusão das cozinhas ibéricas, em Lisboa e Porto. Também na cozinha de autor, a Plateform criou em conjunto com o chef Diogo Noronha o restaurante Pesca. Do seu portfólio de restaurantes, constam 25 marcas, 23 próprias e 2 internacionais. Do centro comercial à rua, da calçada portuguesa às estrelas Michelin, na Plateform criam-se diariamente universos gastronómicos únicos que impulsionam o futuro da restauração em Portugal.

---

Para mais informações contacte:

**NOTABLE**  
geral@notable.pt