



city grill

## Cuprins

Vojaj culinar & evenimente de vis la Trattoria Buongiorno ..... 2

City Grill. De 12 ani împreună la masă ..... 3

Să dăm startul verii cu cel mai răcoritor desert la Pescăruș! ..... 3

# OUT4FOOD

OUT4FOOD NR. 22, EDIȚIE DE VARĂ, EXEMPLAR GRATUIT DISTRIBUIT **EXCLUSIV** ÎN LOCAȚIILE AFILIAȚE

PRIETENII CITY GRILL

## Teo Trandafir:

*"Mâncarea sănătoasă este cea care îți face bine ție."*



"Teo Show", emisiunea pe care o prezintă la Kanal D, îi poartă numele – unul sinonim cu divertismentul de calitate. Fie că vorbește despre profesia sa, fie că își dezvăluie preferințele culinare, simpatica Teo posedă „arta” rarismă de a capta atenția, iar interviul ce urmează este o dovadă în acest sens.

**Ești una dintre cele mai longevive realizatoare de emisiuni TV din România. Ce înseamnă pentru tine televiziunea, după atâția ani?**

Este un fenomen într-o dinamică îngrozitoare, dar care te menține tânăr. Lucrurile se modifică, iar după părerea mea, televiziunea se află într-un moment de final, pentru că toate lucrurile se vor muta în online.

**Atunci când gândești un format de emisiune, ce vrei să obții, în primul rând? Audiență, calitate, impact, posibilitatea de a produce schimbări în mentalul telespectatorilor?**

Dacă îți setezi niște rezultate pe termen lung, te gândești la calitate și la mentalul telespectatorilor. Dacă îți trebuie audiență, atunci faci orice ca să îți ridici media. După părerea mea, strategia aceasta din urmă este păguboasă și te trage în jos.

**Ce apreciezi cel mai mult la un om?**

Loialitatea. Dacă este în stare să nu îți înfigă cuțitul în spate când te legi la șireturi, să nu te vorbească de rău atunci când toți ceilalți o fac, dacă este în stare să nu tragă bani din buzunarul tău de la spate când tu nu te uiți, este splendid!

**Dar la un om de televiziune? Ce ar trebui să aibă în plus?**

Autoironia! Toată lumea din televiziune are impresia că a inventat mersul pe jos, apa caldă și gaura la covrig. Nu este așa! Venim în urma unor oameni care au făcut televiziune extraordinar de bine, mult mai bine decât noi.

**Ce îți place cel mai mult să faci când te relaxezi?**

Uitatul la televizor la filme proaste, pentru că nu trebuie să te gândești niciodată la nimic! Sau la filme romantice – e cel mai frumos, iar singura grijă este să inspiri și să expiri. Inspiri - expiri, inspiri - expiri!

**Pentru că s-a discutat foarte mult, în ultima vreme, despre silueta ta – arăți impecabil! – spune-ne, te**

**rog, care sunt mâncărurile tale preferate? Dar plăcerile culinare "vinovate"?**

Nu am plăceri "vinovate", am plăceri nevinovate, pe care mi le cultivă Chef Antonio Passarelli. El mi-a arătat ce trebuie să mănânc și ce nu, și în ce cantități. Mă răsfăț de fiecare dată, având grijă de silueta mea și de stilul meu alimentar.

Cel mai mult și cel mai mult îmi place mușchiul de vită în sânge, carpaccio de vită, creveții cu oțet și ulei de măsline și pâinea unsă cu usturoi și sare.

**Cei care au ales restaurantele City Grill au ales mâncarea sănătoasă, gătită cu ingrediente naturale. Ce mesaj dorești să le transmiți?**

Toată lumea are senzația că a mânca sănătos înseamnă să te hrănești cu două frunze de ștevie, dar nu este așa. Doctorii mi-au spus asta - mâncarea sănătoasă este cea care îți face bine ție. Singurul lucru pe care îl recomand cu strășnicie este mâncatul puțin și des. Ai poftă de ciocolată? Nicio problemă! lei o bomboană de ciocolată și ai plecat.

## Rânduri de bere, rânduri despre bere

Într-o frumoasă dimineață a anului 1886, o căruță cu cai trăgea în fața unei prăvălii de pe strada Stavropoleos nr. 25. De îndată ce bidiviii încetară să mai tropăie, niște băieți vânjoși se dădură jos din căruță și rostogoliră până în prăvălie câteva butoaie mari, pline cu bere. Era doar unul dintre primele transporturi dintr-această licoare minunată ce avea să vină la nou-deschisa berărie a fraților Mircea.



După 13 ani, în 1899, locul de descărcare a butoaielor cu bere se schimbă câteva numere mai încolo, la Stavropoleos nr. 5, unde arhitectul polonez Zigmund Kofsky începe construcția Carului cu bere, așa cum îl vedem astăzi. Cu timpul, carul tras de cai a fost înlocuit de mașini trase de cai putere, astfel că fabrica Bragadiru, de unde venea berea casei servită la Carul cu bere, putea face față cu mult mai mult succes cererii.

Rețeta berii ce se aducea la Carul cu bere s-a păstrat

neschimbată până în ziua de astăzi. Un articol din presa începutului de secol XX anunță că la Carul cu bere „Se servește bere specială din fabrica Bragadiru în tot timpul zilei și seara până după ieșirea de la spectacole”. Iar dacă berea care se servea era specială, nu mai puțin special era și modul de servire. La fiecare masă existau sonde făcute dintr-un aliaj de zinc, ca niște eprubete, și care se umpleau cu apă caldă. La ce se foloseau aceste sonde? Ei bine, unii clienți mai fandoșiți preferau berea caldă, nu rece. Așa că atunci când le venea halba la masă, introduceau pur și simplu eprubetele acestea în bere, s-o încălzească. Deh, nu te pui cu gustul omului!

După atâția și atâția ani însă, fabrica Bragadiru și-a închis porțile și Carul cu bere a trebuit să își caute un alt furnizor. Și, de îndată ce l-a găsit, tradiția preparării berii casei s-a reînnoțit la Car. Poate că s-a schimbat modul de transport și de servire, dar gustul, ei bine, gustul a rămas același.

**Berea casei din partea casei**

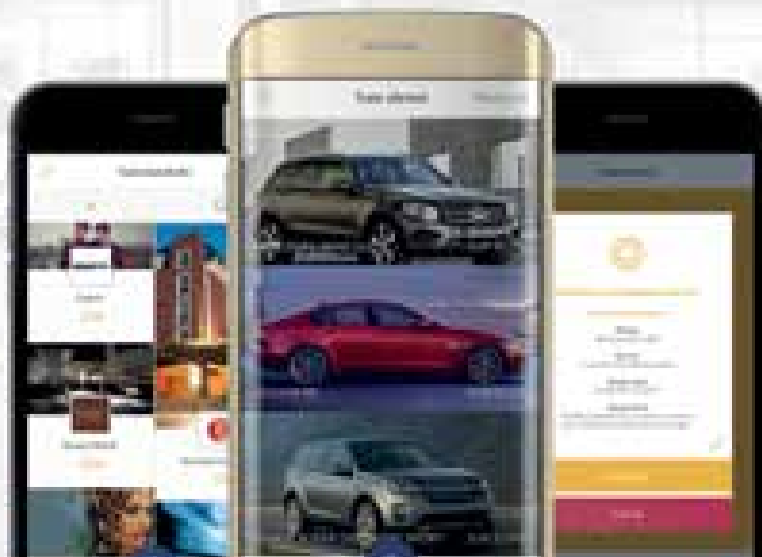
Și dacă ți s-a uscat gura de cât am povestit, hai să-ți spunem una bună: de luni până vineri, între 16:00 și 18:00, Carul cu bere face cinstă cu încă o halbă de berea casei la una comandată. Așa facem noi pauze de bere!



TIRIAC AUTO

Descarcă aplicația  
Tiriac AutoMobile

Beneficiezi pe loc de reduceri la piese, accesorii și manoperă în service.



## Cursa de 566 de km de la Cercul Polar

o experiență care m-a ajutat să revin la "setările din fabrică"

### Cât de greu a fost?

Credeam că "eticheta" de "cel mai dur, răcoros și vântos ultramaraton din lume" este doar parte a unei strategii de marketing și că nu voi avea o misiune chiar atât de dificilă, în ciuda faptului că doar 17 oameni reușiseră să o termine din 2007. Dar m-am înșelat!

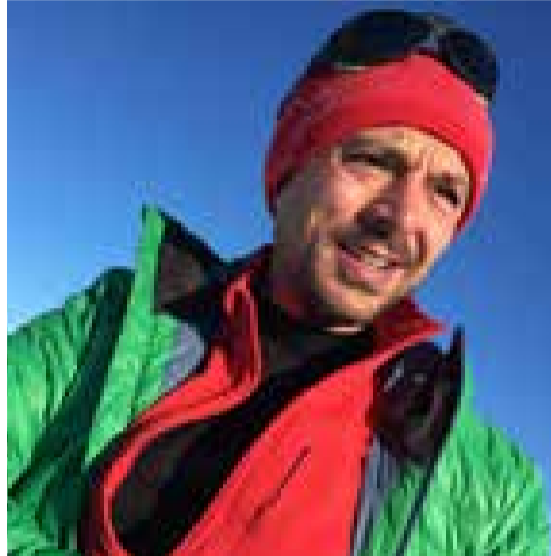
Distanța mare (566 de kilometri), temperatura scăzută (sub -35 de grade), vântul puternic (până la 70 km/h) și umiditatea, privarea de somn (media în cele 7 zile de concurs a fost de 2 ore / noapte), condițiile în care am dormit (sub cerul liber), faptul că a trebuit să trag o sanie de 30 de kilograme (cu echipament, hrană, termosuri etc.), sunt câteva dintre elementele care fac din 6633 Ultra mai degrabă o cursă de supraviețuire decât una de alergare.

### Cât de frumos a fost?

Am cunoscut câțiva oameni extraordinari, atât din rândul participanților la cursă, cât și al organizatorilor sau al comunității locale. Apoi, am avut ocazia să alerg câteva nopți sub aurora boreală, a fost un sentiment fantastic!

Mi-a plăcut foarte mult și mediul în care am alergat în mijlocul unei naturi înghețate.

Nu în ultimul rând, bucuria de a termina o astfel de cursă și de a trece linia de finish având în mâinile parțial degerate steagul României!



### Cum te-a transformat cursa?

Din toate punctele de vedere: fizic, emoțional, spiritual. În fiecare zi parcurgeam o distanță echivalentă cu două maratoane, iar asta mă făcea să mă simt ca și cum cineva m-ar fi descompus în bucăți, iar după cele două ore de somn superficial m-ar fi "reasamblat", ca pe Frankenstein.

### Ce ai învățat din experiența asta?

Această cursă mi-a oferit, cu siguranță, o curbă de învățare foarte rapidă, ajutându-mă să descopăr o mulțime de lucruri în interiorul meu, să îmi depășesc temerile și autolimitările.

### Ce urmează?

Refacerea.  
În luna august voi lua startul într-o cursă de Deca Ultratriatlon (echivalentul a 10 competiții Ironman), în Elveția. 38 de kilometri de înot, 1800 de kilometri de pedalat și 422 de kilometri de alergare, în 10 zile.

Aș dori să mulțumesc echipei City Grill pentru sprijinul acordat în pregătirea logistică pentru 6633 Ultra și pentru parteneriatul nostru de lungă durată!

## E timpul pentru sport!

Trăim într-o lume agitată. Ceasul ne este inamic și prieten în același timp, depinde cum știm să relaționăm cu el... În afara programului de lucru ne mai rămân câteva ore. Timp foarte prețios, pe care trebuie să îl gestionăm cu grijă pentru a ne echilibra, pentru a ne defini și dezvolta.

Lipsa timpului este deseori invocată ca barieră în practicarea sportului. Se manifestă în două planuri: la nivel individual și în relația cu copiii. Pe de altă parte, majoritatea oamenilor văd clar avantajele practicării sportului: 90% dintre români percep o legătură directă între sport și starea de sănătate.

Avem sau nu timp pentru sport? Vedem în jurul nostru din ce în ce mai mulți oameni care practică sport, care au un stil de viață activ și sănătos. În urban, în 2015, 63% din populația adultă (18-55 ani) declară că practică cel puțin un sport, chiar dacă ocazional, o creștere anuală cu 6 puncte procentuale.

Timpul pentru sport există, avem doar o provocare: să învățăm să îl gestionăm.

Vestea bună este că numeroși practicanți ai sportului, amatori sau profesioniști, își îmbunătățesc time management-ul tocmai ca urmare a practicării sportului!

Este îmbucurător faptul că în ultimii ani a crescut numărul concursurilor pentru amatori. Fără a neglija alte sporturi, o extindere vizibilă se observă la competițiile de bicicletă, alergare sau triatlon (studiile arată că alergarea este sportul cu creșterea cea mai



rapidă în 2015). Să luăm exemplul unui amator care dorește să participe la un semi-maraton, obiectiv pe care mulți dintre noi și-l pot stabili. Asta implică o înscriere, stabilirea unui calendar de antrenamente și grijă pentru a le bifa. Acest program vine cu o disciplină care va ajuta și în viața profesională, nu doar pe plan personal.

Am văzut în ultimii ani oameni satisfăcuți de aceste reușite, bărbați și femei, de orice vârstă... Merită încercat!

Datele provin din cercetările realizate de Quantix Marketing Consulting în cadrul platformei Sport Insights. Parteneri: SMARK Daedalus Online.

□ Cosmin Nae

### Rețetă

Chef Dan Țonescu vă recomandă:



File de somon - 250 g  
Fresh de lămâie - 10 ml  
Ulei de măsline - 10 ml  
Ciuperci - 4 bucăți  
Unt - 20 g  
Sparanghel - 50 g  
Sare, piper  
Pentru sos:  
Ulei de măsline - 20 ml  
Usturoi - 5 g  
Capere - 10 g

Roșii Cherry - 60 g  
Creveți - 60 g  
Vin alb demisec - 50 ml  
Stock (supă) de pui - 100 ml  
Unt - 10 g  
Pătrunjel tocat  
Sare, piper

Pentru sos, punem într-o tigaie uleiul la încins, adăugăm usturoiul tocat mărunț și caperele. Se lasă la călit circa un minut, apoi adăugăm creveții, iar când aceștia sunt pe jumătate făcuți, adăugăm roșiile cherry și stingem cu vin. Adăugăm supa de

pui, aseasonăm cu sare și piper, adăugăm pătrunjelul tocat, untul și mai lăsăm aproximativ un minut.

File-ul de somon marinat în prealabil cu ulei de măsline, fresh de lămâie, sare și piper, se face pe grătar sau la tigaie în puțin ulei de măsline.

Ciupercile le sotăm în unt, aseasonând cu sare și piper. Sparanghelul îl opărim, apoi îl tragem în unt la tigaie cu sare și piper.

Se montează pe farfurie ca în poza alăturată.

Poftă bună!

## FILE DE SOMON CU SOS DE CREVEȚI ȘI ROȘII CHERRY, CIUPERCII ȘI SPARANGHEL

## Voiaj culinar & evenimente de vis la Trattoria Buongiorno

Când ți-e dor de Mediterană, dar și de un platou cu fructe de mare, pornește într-un voiaj culinar la Trattoria Buongiorno să te răsfăți cu delicioasele cozze. Prospețimea italiană n-a fost niciodată mai aproape, așa că trebuie să sărbătorim cum se cuvine. Festa delle cozze se regăsește în fiecare platou, iar cât ai zice „buon appetito”, briza îți va surprinde simțurile. Midiile proaspete cu gust fin sunt pregătite cu multă măiestrie de



bucătari pricepuți, iar dacă asortezi cu un pahar de vin potrivit, vei savura o experiență excelentă.

Așa cum toate aceste arome își găsesc locul în platourile proaspete de cozze, și evenimentul la care visezi își găsește locul la Trattoria Buongiorno Lido.

Încă de la începutul secolului trecut a reușit să aducă familiile laolaltă cu atmosfera sa caldă și primitoare, iar cele 200 de locuri disponibile sunt dispuse pe două etaje, cât să cuprindă toți invitații. La alegerea meniului, accesibilitatea și bunul gust vor prima, iar surprizele se vor ivi la fiecare pas.

**Alege Trattoria Buongiorno și savurează fiecare clipă împreună cu prietenii și familia ta!**



# 1812: Pacea de la București, tratatul de la Hanu' lui Manuc

*Istoria se așază uneori la masă. Uneori, se întâmplă să fie chiar o masă din restaurantul tău favorit.*

Pacea de la București a pus capăt primului Război Ruso-Turc (1806-1812). Atunci, între 16 și 28 mai 1812, la Hanu' lui Manuc, s-au purtat negocierile finale și s-a semnat tratatul de pace dintre Imperiul Țarist și cel Otoman.

În timpul războiului, Hanul a fost o adevărată placă turnantă a acțiunilor subversive întreprinse de cele două puteri. Manuc, hangiu însuși, a fost adânc implicat în desfășurările oculte, din spatele frontului. Ajuns în primii ani ai secolului dragoman și bei al pašalâcului Ruse (pe atunci Rusciuc), Manuc Mârzaian va trece în 1808 de partea rușilor, care ocupaseră Țara Românească. În același an se finalizează și construcția hanului. Informațiile pe care Manuc le acordă generalilor ruși contribuie la deznoământul războiului. În 1810, hangiu este numit de Țar, Cavaler al Ordinului Sfântul Vladimir, drept mulțumire pentru serviciile sale. Mai târziu,

în 1814, împăratul Aleksandru îl va investi pe Manuc consilier de stat.

Hanul a adăpostit ofițeri, intențenți, personal militar, precum și delegații diplomatice. Din 1808, suita prințului Prozorovski se stabilește la Han, instituind un adevărat pol al mondenității bucureștene. Din noiembrie 1811, Manuc primește o delegație turcă de șaptezeci de plenipotențieri, a căror cazare este plătită din vistieria Țării Românești. Sub supravegherea atentă a hangiuului Manuc Mârzaian, se scurg cinci luni de negocieri, care aveau să curme șase ani de război.

Astfel, Pacea de la București se poate numi, la fel de bine, Pacea de la Hanu' lui Manuc.



Sursă foto: [www.wikipedia.org](http://www.wikipedia.org)

lată de ce fiecare vizită la Han este o incursiune în istorie, iar fiecare ospăț ținut aici aduce pace și deplin acord între meseni.



**city grill**

*Au trecut 12 ani de când restaurantele City Grill se află în mijlocul bucureștenilor, servind preparate gustoase, condimentate cu dragoste, prietenie și respect.*

Dacă cel puțin o dată ți-ai desfășurat papilele gustative cu o friptură suculentă sau ai savurat o salată răcoroasă într-unul dintre restaurantele noastre, înseamnă că meriți toate mulțumirile noastre. Da, tu, clientul care ne-a călcat pragul pentru a descoperi ce preparate se află în bucătăria orașului



tău. Sperăm că aroma ingredientelor și gustul deosebit te-au surprins plăcut și ți-au satisfăcut curiozitatea de fiecare dată. Prima oară ai venit la noi adus de o poveste sau de un preparat de care ai auzit lucruri bune și apoi ai ajuns să ne zici simplu: „ca de obicei”.

Tot ce am construit în cei 12 ani de când suntem împreună se bazează pe încrederea ta, a oaspetelui nostru. De aceea, noi vrem să îți promitem că ne vom strădui să îți facem pe plac și de acum înainte. Ne dorim să ajungi în restaurantele noastre cu cei dragi sau singur, în orice moment al zilei - pentru un mic dejun personalizat, un prânz sățios sau o cină în familie. City Grill este o poveste a experiențelor

plăcute. Entuziasmul și dorința de a fi mai buni nu a lipsit niciodată din sufletul echipei noastre, iar pentru noi, perfecționarea înseamnă muncă, munca înseamnă voință, iar voința e pasul către succes.

Am stat împreună la masă, ne-am bucurat să te avem alături de noi și vrem să continuăm în același fel. Îți aduci aminte de primul preparat pe care l-ai gustat sau de evenimentul pe care l-ai sărbătorit aici? Sunt felii de viață care ne-au adus satisfacție și care te-au făcut să te reîntorci de fiecare dată. Ne dorim și ca următoarele aniversări să ne găsească la fel, mereu cu zâmbetul pe buze, dornici de viață și îndrăgostiți de City Grill.



## Să dăm startul verii cu cel mai răcoritor desert la Pescăruș!

*Când înghețata are un gust atât de intens, nici nu mai simți canicula de afară, iar soarele nu mai dogorește. Aromitalia este o adiere răcoroasă într-o vară fierbinte.*

Vara asta te așteptăm pe malul lacului Herăstrău, la Pescăruș, la intrarea dinspre Debarcaderul Pescăruș, unde te vom întâmpina cu vitrina plină cu înghețată de la Aromitalia. După o plimbare sau alergare prin parc, merită să-ți tragi sufletul pe terasa Pescăruș la o limonadă și înghețată. Avem sortimente pentru toată familia și pentru toate gusturile: de la ciocolată și vanilie, fructe de

pădure și pepene galben, la fistic, iaurt sau chiar panettone.

Cu o tradiție de 70 de ani în industria de înghețată artizanală italiană, secretul Aromitalia stă în pasiunea de a căuta atent noi și noi arome, de a le selecta pe cele mai bogate și de a le amesteca apoi în mod creativ și echilibrat. Atunci când toate aromele se completează reciproc, când gustul final trăiește prin amestec, dar și prin fiecare ingredient în parte, atunci și numai atunci se cheamă că artizanii Aromitalia au descoperit o nouă rețetă.

Răsfățul înghețatei e dulce și energizant – o plăcere binevenită în zilele calde ce vor urma. Dacă încă nu ați încercat Aromitalia, acum e momentul: răsfățâ-i pe cei dragi cu înghețata cremoasă, savurând împreună fiecare aromă! Vei adora fiecare zi caldă, iar razele soarelui ți se vor părea mai blânde. Încearcă, savurează și pofteste la o porție de răcoare!

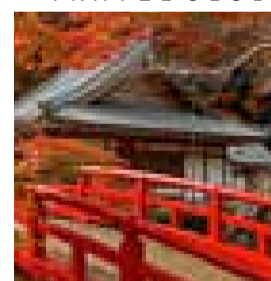


[www.extclub.ro](http://www.extclub.ro)  
office@extclub.ro  
+4021.310.00.42/43

**EXACT**  
TRAVEL CLUB

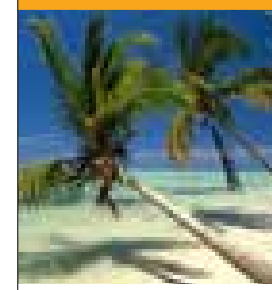
**EXACT**  
**JAPONIA**

Tarife începând de la:  
1990 EUR/pers



**SEJUR EXOTIC**  
**HONEYMOON**  
**CIRCUITE**

**EXACT**  
REPUBLICA  
DOMINICANĂ  
**EXACT**  
MEXIC



**EXACT**  
CUBA  
Tarife începând de la:  
720 EUR/pers  
\*plecări din Madrid

Hanu' Berarilor recomandă:

# Palatul Cotroceni

## Rodul pasiunii pentru frumos a reginei Maria

Deși construcția efectivă a Palatului Cotroceni a durat doar doi ani, amenajarea lui, decorarea interioarelor și transformările succesive, menite să facă din el o reședință modernă, s-au întins pe parcursul mai multor decenii, între 1893 și 1938. Inițiativa acestei ample activități a fost prințesa și mai apoi regina Maria.

Palatul Cotroceni este o clădire de dată relativ recentă. La început, pe dealul Cotrocenilor a fost ridicat un ansamblu mănăstiresc.

Adevărata epocă de glorie a acestui loc începe însă odată cu urcarea pe tron a regelui Carol I căruia Corpurile Legiuitoare îi oferă în data de 10 iunie 1866 vechile case domnești ca reședință de vară. Din 1888, Cotroceniul devine reședință permanentă a principilor moștenitori Ferdinand și Maria, cei care vor ridica ceea ce cunoaștem astăzi ca fiind Palatul Cotroceni. Vechile case domnești sunt demolate, în locul lor fiind începută construcția Palatului princiar.



Sursă foto: www.muzeulcotroceni.ro

Ridicat între anii 1893-1895, Palatul Cotroceni va fi permanent amenajat și modificat după anul 1900 la solicitarea prințesei Maria, o pasionată decoratoare.

Aceasta a urmărit îndeaproape lucrările efectuate de arhitectul Paul Gottereau pe care l-a îndrumat în cele mai mici detalii. Pe parcursul anilor aproape toate saloanele și încăperile au fost transformate și refăcute, cu foarte mici excepții.

După ce a experimentat toate stilurile la modă în acea perioadă, regina Maria a hotărât extinderea aripii de nord a palatului în stilul neoromanesc, apelând la unul dintre creatorii acestuia, arhitectul Grigore Cerchez.

Din toamna anului 1990, Palatul Cotroceni a devenit sediul oficial al Președinției României.



Vă invităm pentru a experimenta atmosfera interbelică a hotelului nostru de 3 \*\*\* din incinta restaurantului Hanu' Berarilor.

Vă stăm la dispoziție cu două tipuri de camere Standard și Single, dispuse pe cele două etaje ale clădirii monument istoric construită în 1914.

Premiul 1  
Boutique Hotel of  
Bucharest în cadrul galei  
HACN Hotel Awards

hotelhanuberarilor.ro  
0723.073.704  
office@hotelhanuberarilor.ro



## CONSILIER DEDICAT

Trebuie să organizezi un eveniment și nu ai timp? Ai nevoie de un expert care să facă totul în locul tău? **NU TE PREOCUPA, NE OCUPĂM NOI!**

**Consilier evenimente**  
Contact: Vera Mițu, 0725 558 054  
vera.mitu@citygrill.ro

**Grupul City Grill caută locații cu potențial pentru deschiderea de noi restaurante.**  
Contact: Octav Dură,  
octav.dura@citygrill.ro

**Grupul City Grill caută furnizori de produse alimentare.**  
Contact: Paul Iftode,  
paul.iftode@citygrill.ro

**Grupul City Grill angajează!**  
Detalii: recrutare@citygrill.ro

## URMĂREȘTE-NE PE facebook®

www.facebook.com/citygrillro  
www.facebook.com/carucubere  
www.facebook.com/pescarusrestaurant  
www.facebook.com/hanuberarilor  
www.facebook.com/restauranthanulimanuc  
www.facebook.com/trattoriabuongiorno  
www.facebook.com/citycafero  
www.facebook.com/out4food



## Șase locuri extraordinare din România aflate în patrimoniul UNESCO

Orașe medievale, biserici fortificate, mănăstiri pictate, capodopere din lemn și situri arheologice impresionante sunt valorile culturale cu care România se înscrie în patrimoniul universal UNESCO.

**Bisericile pictate din nordul Moldovei.** Ridicate în secolele al XV-lea și al XVI-lea, cele opt monumente sunt adevărate capodopere ale picturii murale de inspirație bizantină. Pereții exteriori pictați cu scene religioase s-au păstrat până astăzi într-o stare foarte bună, compoziția excepțională a frescelor, eleganța personajelor și armonia cromatică integrându-se perfect în piesajul din jur.

**Fortificațiile dacice din Munții Orăștiei.** Cele șase construcții cu rol defensiv de la Sarmisegetuza, nucleul regatului dacic, reprezintă o îmbinare unică de concepte arhitectonice militare și religioase din ultima parte a Epocii Fierului. Vestigiile păstrate până în zilele noastre înfățișează tehnici de construcție originale dezvoltate de civilizația dacică în apogeul existenței sale.

**Centrul istoric al Cetății Sighișoara.** Fondată de meșteșugarii și negustorii germani, Sighișoara



Sursă foto: www.edu-geography.com

este un exemplu excelent de oraș medieval fortificat cu un important rol strategic și comercial în Europa medievală. Continuând să fie locuit și astăzi, centrul istoric al Sighișoarei este cel mai reprezentativ sit urban medieval din Transilvania datorită faptului că și-a păstrat în cea mai mare parte nealterate organizarea spațiului urban și calitatea arhitecturală a construcțiilor ce îl compun.

**Mănăstirea Horezu.** Ridicată de Constantin Brâncoveanu în anul 1690, este cel mai mare complex monastic din Muntenia, iar caracteristicile sale arhitecturale și artistice îl recomandă ca sit cultural unic în sud-estul Europei. Stilul arhitectonic al Mănăstirii Horezu reprezintă o îmbinare a curentelor ortodox bizantin și renescentist italian, cu accente caracteristice mănăstirilor de la Muntele Athos.

**Bisericile fortificate din Transilvania.** Lista UNESCO cuprinde șapte așezări care își păstrează și astăzi structura și înfățișarea istorică și care au ca element central dominant biserica fortificată – simbol al culturii sașilor din Transilvania. Întreaga zonă de sud a Transilvaniei în ansamblul ei reprezintă o arie culturală unică în Europa datorită simbiozei dintre cele

trei grupuri etnice care au locuit aici împreună timp de sute de ani: românii, sașii și maghiarii.

**Bisericile de lemn din Maramureș.** Cu toate că sunt complet diferite între ele, cele opt biserici de lemn incluse în patrimoniul UNESCO împărtășesc caracteristici comune care le diferențiază în patrimonial cultural universal: pereții executați din bârne groase, îmbinate fără cuie, turnul clopotului îngust și înalt și acoperișul abrupt, simplu sau dublu. Lipsa culorilor de la exterior este compensată de un iscusit joc al umbrelor care dau acestor construcții un caracter maiestuos, monumental.

Fiecare dintre acestea reprezintă o destinație cât se poate de potrivită pentru o scurtă excursie de câteva zile.



Sursă foto: www.turism.bzi.ro

### ADRESELE LOCAȚIILOR DIN PROGRAMUL OUT4FOOD

#### CITY GRILL

City Grill Primăverii  
Bd. Primăverii nr. 3  
0726 626 262 / 021 233 98 18

City Grill Covaci  
Str. Covaci nr. 19  
0727 626 262

City Grill Floreasca  
Calea Floreasca nr. 175  
(colț cu Șos. Pipera)  
0727 543 333

#### CARU' CU BERE

Centrul Istoric  
Str. Stavropoleos nr. 5  
0726 282 373 / 021 313 75 60

#### CITY CAFE

City Cafe Charles de Gaulle  
P-ța. Charles de Gaulle nr. 15  
0720 626 262

City Cafe Terminal Schengen  
Aeroportul Internațional  
Henri Coandă  
0721 283 614

City Cafe City Gate  
Turnul de Sud  
P-ța. Presei Libere nr. 3-5  
0722 138 449

#### PESCĂRUȘ

Herăstrău  
Aleea Pescăruș, Parc Herăstrău  
0731 330 034 / 021 230 46 40

### TRATTORIA BUONGIORNO

Trattoria Buongiorno Victoriei  
Bd. Lascăr Catargiu nr. 56  
0722 446 766

Trattoria Buongiorno Băneasa  
Băneasa Shopping City, Etaj 1  
0731 496 659

Trattoria Buongiorno Terminal Schengen  
Aeroportul Internațional  
Henri Coandă  
0721 283 614

Trattoria Buongiorno Primăverii  
Str. Herăstrău nr. 2,  
colț cu Bd. Primăverii  
0734 406 107

Trattoria Buongiorno Lido  
C.A. Rosetti nr. 13  
0725 117 766

### HANU' BERARILOR INTERBELIC

Hanu' Berarilor  
Casa Oprea Soare  
Str. Poenaru Bordea nr. 2  
0729 400 800 / 021 336 80 09

Hanu' Berarilor  
Casa Elena Lupescu  
Bd. Pache Protopopescu nr. 51  
0725 008 005 / 031 438 00 59

### HANU' LUI MANUC

Centrul Istoric  
Str. Franceză nr. 62-64  
0730 188 653

### CONTACT PUBLICITATE

OUT4FOOD este o publicație trimestrială, distribuită gratuit în toată rețeaua Grupului City Grill, însumând 16 locații și un trafic zilnic de 12.000 clienți.

Pentru detalii suplimentare despre publicație și modalitatea contractării spațiilor publicitare, ne puteți contacta la adresa ramona.popescu@citygrill.ro.

0731 491 849