When was the last time you went to a buffet restaurant? According to a recent survey, they’re becoming more and more popular. But why? Part of the reason is that they’re cheap. And with the recession, most people want to save a bit of money. Some buffets have incredible offers, “All you can eat for £10” says the Fryburn Inn in Wokesmaster, England. “Unlimited portions for just £7.99!” exclaims Tayburns. And, “Eat as much as you like for just £5!” boasts Korma’s of London with its Indian-food buffet. Buffets also offer quantity. “I always have the buffet breakfast on the ferry from Portsmouth to Santander. I can sit there till lunchtime stuffing myself, drinking coffee and watching dolphins. After that, I don’t have to eat again for 8 hours!” explained Mark Jones, who often travels to Spain by boat. “I always have a buffet lunch on Fridays,” explained Daniel Carrington, a city worker. “It’s great fun as there’s just so much food to choose from. And there are no limits!” Buffets offer variety, too. The Dragon King Buffet in Manchester offers diners more than 101 dishes. There are meat and fish dishes, cold and hot choices, and sweet and savoury items to choose from. “I love it because you can mix and match,” explained Ellis Harper. “I often put sweet food with meat. My girlfriend thinks it’s disgusting, but I love it.” And another fan said, “I think it’s a brilliant way to make combinations. I often combine salad with pasta, sandwiches, potatoes and lots of meat.” But not everyone likes buffets. “I hate all the pushing and shoving,” said Sam Paulson. “The food is terrible,” said Harriet Jones. “It’s often cold, and people breathe over it, touch it and do all sorts of horrible things with it.” “I hate it because it’s all so rushed,” explained Maddison Smithers. “People trying to eat as much food as they can in as short a time as possible. I don’t find it an enjoyable experience at all. I like to sit down for my meal and eat it calmly and quietly; but at buffets, my husband just stuffs himself – it isn’t pleasant at all. He’s got no control.” So, what do you think of buffet restaurants?

*Quando foi a última vez que você foi a um restaurante buffet? De acordo com uma pesquisa recente, eles estão se tornando cada vez mais populares. Mas por que? Parte do motivo é que eles são baratos. E com a recessão, a maioria das pessoas quer economizar um pouco de dinheiro. Alguns buffets têm ofertas incríveis, “Tudo o que você puder comer por £10” diz o Fryburn Inn em Wokesmaster, Inglaterra. “Porções ilimitadas por apenas £7,99!” exclama Tayburns. E, “Coma o quanto quiser por apenas £5!” diz o Korma's of London com seu buffet de comida indiana. Buffets também oferecem quantidade. “Pego sempre o buffet de pequeno-almoço na balsa de Portsmouth para Santander. Posso sentar lá até a hora do almoço me empanturrando, tomando café e observando golfinhos. Depois disso, não preciso mais comer por 8 horas!” explicou Mark Jones, que costuma viajar de barco para a Espanha. “Sempre almoço com bufê às sextas-feiras”, explicou Daniel Carrington, um trabalhador municipal. “É muito divertido porque há tanta comida para escolher. E não há limites!” Os buffets também oferecem variedade. O Dragon King Buffet em Manchester oferece aos clientes mais de 101 pratos. São pratos de carne e peixe, frios e quentes, doces e salgados. “Adoro porque você pode misturar e combinar”, explicou Ellis Harper. “Costumo colocar comida doce com carne. Minha namorada acha nojento, mas eu adoro. E outro fã disse: “Acho uma maneira brilhante de fazer combinações. Costumo combinar salada com macarrão, sanduíches, batatas e muita carne.” Mas nem todo mundo gosta de buffets. “Eu odeio todos os empurrões”, disse Sam Paulson. “A comida é terrível”, disse Harriet Jones. “Muitas vezes é frio e as pessoas respiram sobre os alimentos, tocam e fazem todo tipo de coisas horríveis.” “Eu odeio isso porque é tudo muito apressado”, explicou Maddison Smithers. “Pessoas tentando comer o máximo de comida possível no menor tempo possível. Não acho uma experiência nada agradável. Eu gosto de sentar para minha refeição e comê-la calma e silenciosamente; mas nos bufês, meu marido só se empanturra – não é nada agradável. Ele não tem controle. Então, o que você acha dos restaurantes buffet?*

Being beautiful is important when you’re a celebrity. After all, who else would do some of the things they do just to stay gorgeous? Most stars are concerned about their looks. And it’s perfectly natural given that their careers, to a certain degree, depend on their appearance. Ray Liotta was recently photographed going to a beauty parlour to get his eyebrows plucked. Yes, that’s it, the Hollywood hard-man who’s starred as ruthless criminals and gangsters likes to groom his eyebrows. And Kiefer Sutherland regularly goes to a salon in Beverly Hills to get his fake tan topped up. Isn’t he Jack Bauer from 24? Surely, he’s too busy saving the world (again!) to worry about his complexion. Apparently not. And Leonardo DiCaprio reportedly once spent $1,400 on face masks, moisturisers and skin lotions. According to one witness in the store where the star did his shopping, Leo “asked a lot of questions, and seemed to be most concerned about anti-wrinkle treatments”. Other celebrities go for more radical treatments. This may involve a bit of cosmetic surgery: a lip enhancement, a chin implant, a face lift, a nose job, a tummy tuck – these are just a few of the options available... if you’ve got the money. The list of those who’ve resorted to plastic surgery is long, but some of those who appear to be big fans include Cher, Pamela Anderson, Tom Jones and Demi Moore (although she swears her youthful looks are down to vigorous exercise and a diet of raw vegetables). Other stars are open to more unusual options. Julia Roberts reportedly soaks her hands in olive oil to keep the skin soft and the nails from going brittle. Demi Moore admits that she regularly flies to Austria to let leeches suck her blood and “de-toxify” her. It’s OK though because (as she herself has said) “they are highly-trained medical leeches”. And Gwyneth Paltrow has been seen buying synthetic snake venom at $185 for half a kilo because it can help to prevent wrinkles. Paltrow is also a fan of cupping. This ancient form of medicine has been practised by the Chinese for thousands of years. It’s designed to treat aches and pains and ease stress. It involves placing heated cups over the skin. Apparently, this causes suction and stimulates the flow of blood. In 2004, the actress created a stir when she attended a film premiere with huge red circles over her back. It later turned out that they were the result of a recent cupping therapy session. “I have been helped tremendously by the practices of... cupping, which helps the body heal itself. When implemented by a professional with experience, the benefits can work wonders,” Paltrow explained. It may just be time for celebrities to stop overindulging themselves, and to dedicate their time to more worthwhile pursuits. But then what would happen to all the tanning salons and beauty parlours?

*Ser bonito é importante quando você é uma celebridade. Afinal, quem mais faria algumas das coisas que eles fazem apenas para ficar lindo? A maioria das estrelas está preocupada com sua aparência. E é perfeitamente natural, visto que suas carreiras, até certo ponto, dependem de sua aparência. Ray Liotta foi recentemente fotografado indo a um salão de beleza para depilar as sobrancelhas. Sim, é isso, o durão de Hollywood que estrelou como criminosos implacáveis e gângsteres gosta de arrumar as sobrancelhas. E Kiefer Sutherland vai regularmente a um salão em Beverly Hills para recuperar seu bronzeado falso. Ele não é Jack Bauer de 24? Certamente, ele está muito ocupado salvando o mundo (de novo!) Para se preocupar com sua pele. Aparentemente não. E Leonardo DiCaprio já gastou US$ 1.400 em máscaras faciais, hidratantes e loções para a pele. Segundo uma testemunha na loja onde a estrela fez as suas compras, Leo “fazia muitas perguntas, e parecia estar mais preocupado com os tratamentos anti-rugas”. Outras celebridades optam por tratamentos mais radicais. Isso pode envolver um pouco de cirurgia estética: aumento dos lábios, implante de queixo, lifting facial, plástica no nariz, abdominoplastia - essas são apenas algumas das opções disponíveis... se você tiver dinheiro. A lista daqueles que recorreram à cirurgia plástica é longa, mas alguns dos que parecem ser grandes fãs incluem Cher, Pamela Anderson, Tom Jones e Demi Moore (embora ela jure que sua aparência jovem se deve a exercícios vigorosos e uma dieta de vegetais crus). Outras estrelas estão abertas a opções mais incomuns. Julia Roberts supostamente embebe as mãos em azeite para manter a pele macia e as unhas saudáveis. Demi Moore admite que voa regularmente para a Áustria para deixar as sanguessugas sugarem seu sangue e “desintoxicá-la”. Tudo bem porque (como ela mesma disse) “eles são sanguessugas médicos altamente treinados”. E Gwyneth Paltrow foi vista comprando veneno de cobra sintético por US$ 185 por meio quilo porque pode ajudar a prevenir rugas. Paltrow também é fã de ventosas. Esta antiga forma de medicina tem sido praticada pelos chineses há milhares de anos. Ele foi projetado para tratar dores e aliviar o estresse. Envolve a colocação de copos aquecidos sobre a pele. Aparentemente, isso causa sucção e estimula o fluxo de sangue. Em 2004, a atriz causou alvoroço quando compareceu à estreia de um filme com enormes círculos vermelhos nas costas. Mais tarde descobriu-se que eles eram o resultado de uma recente sessão de terapia com ventosas. “Fui tremendamente ajudada pelas práticas de... ventosas, que ajudam o corpo a se curar. Quando implementadas por um profissional com experiência, os benefícios podem fazer maravilhas”, explicou Paltrow. Pode ser apenas a hora de as celebridades pararem de se autoindulgir e dedicarem seu tempo a atividades mais valiosas. Mas então o que aconteceria com todos os salões de bronzeamento e salões de beleza?*