Novembro/2017 - Circulação mensal

Jornal
# Monte Belo

**Circulação** Circulação na sede do município, Linha Pederneiras, Linha Santa Bárbara, Linha Armênio, Linha Leopoldina, Linha Colussi, Linha Santo Isidoro, Linha Alcântara, Linha Fernandes Lima, Linha Argemiro

GAZETA
muito mais que notícias
www.jornalmontebelodosul.com.br

# Acidentes com máquinas agrícolas neste ano já superam 2016

Cuidados e habilitação são necessários no manejo de tratores e outros equipamentos

## Festa de Nossa Senhora das Graças reúne 300 pessoas

Festejo contou com a presença de Dona Lydia Parmegiana, cidadã mais velha do município

(pág. 04)

## Escolas públicas participam de projeto de incentivo à leitura

Marô Barbieri, natural de Bento Gonçalves e que mora atualmente em Porto Alegre, foi a autora convidada

(pág. 03)

# COLETA DE RESÍDUOS EM BENTO GONÇALVES

## RESÍDUOS ORGÂNICOS

| Bairro | Dias da Coleta |
|---|---|
| Avenida São Roque, Rua São Paulo, Maria Goretti e Humaitá. São Francisco, Planalto e São Bento. | 2ª feira a Sábado (a partir das 7h) |
| Cidade Alta | 2ª feira a Sábado (a partir das 13h) |
| Centro | 2ª a Sábado (a partir das 17h) |
| Lot. Parque dos Sabiás, Santa Helena, Fátima, São Rafael, Santo Antão e Santa Marta. Eucaliptos, Fenavinho, Imigrante, Licorsul, Vila Nova I,II e III, Barracão, Sertorina, Eulália Baixa, Lot. Vinhedos, São João, São Vendelino e Caminhos da Eulália. | 2ª, 4ª e 6ª feira (a partir das 7h) |
| Cohab, Salgado, Lot. São Paulo, Borgo e Panazzolo, Vale dos Vinhedos, Faria Lemos, Tuiuty e São Valentim. | 2ª, 4ª e 6ª feira (a partir das 7h) |
| Conceição, Juventude, Vinosul, Tancredo Neves, Municipal e Jardim Glória Vila Militar, Aparecida, Progresso e Universitário, Lot. Zatt, Ouro Verde, Cembratel, São Roque, Sol Nascente, Linha Pradel, Lot. Panorâmico III, Nossa Senhora da Saúde e Lot. Bertolini. | 3ª, 5ª e Sábado (a partir das 7h) |
| Pomarosa, Santa Rita, Lot. Verona e Botafogo. | 3ª, 5ª e Sábado (a partir das 7h) |
| São Pedro e São Miguel. | 2ª e 6ª feira (a partir das 7h) |
| Eulália Alta | 4ª feira (a partir das 7h) |

## RESÍDUOS RECICLÁVEIS

| Bairro | Dias da Coleta |
|---|---|
| São Roque, Ouro Verde, Lot. Zatt, Municipal, Tancredo Neves, Lot. Panorâmico III e Lot. Bertolini. | 2ª, 4ª e 6ª feira (a partir das 7h) |
| São João, São Vendelino, Borgo, Cohab, Licorsul, Salgado, Fenavinho, Vila Nova I,II e III, Eucaliptos, Barracão, Santa Helena, Fátima, Santa Marta, Santo Antão, Imigrante, Caminhos da Eulália e Eulália Baixa. | 3ª e 5ª feira (a partir das 7h) |
| Progresso, Universitário, Conceição, Jardim Glória, Pomarosa, Vinosul, Santa Rita, Botafogo, Vila Militar, Aparecida, Cembranel e Nossa Senhora da Saúde, Maria Goreti e Juventude | 2ª, 4ª e 6ª feira (a partir das 7h) |
| Humaitá, São Francisco, São Bento, Planalto e Cidade Alta. | 2ª a 6ª feira (a partir das 7h) |
| Centro | 2ª a 6ª feira (a partir das 7h) |
| São Pedro, São Miguel, Tuiuty, São Valentim, Faria Lemos e Vale dos Vinhedos. | 3ª e 5ª feira (a partir das 7h) |
| Passo Velho, Ponte do Rio das Antas, Km 2, São Luiz das Antas, Linha Demari, Linha Ferri e Alcântara. | 4ª feira (a partir das 7h) |
| Eulália Alta | 5ª feira (a partir das 7h) |

Os horários de coleta não informados acima iniciam a partir das 7h. Nos domingos e feriados será realizada a coleta do resíduo orgânico nas principais avenidas, das 9h às 12h. Para sugestões, informações, reclamações e recolhimento de móveis velhos e eletrodomésticos, telefone para o Fala Cidadão 0800 979 6866 ou Secretaria Municipal do Meio Ambiente 3055 7190.

R Domingos Rubechini, 159 - Bairro Fenavinho - 54 3454 9209

Transportes RN Freitas

**Monte Belo**

Editado por:
Boa Comunicação Ltda
Editoria:
Ana Lúcia Zanelatto

Jornais Rurais: Circulação : terças em rodízio, pela ordem: **Jornal Tuiuty - Jornal Monte Belo do Sul - Jornal Vale dos Vinhedos - Jornal São Pedro.**

acompanhe online
/gazetars @gazetars
Jornal Gazeta

# Agricultores destaques recebem título em Monte Belo do Sul

Os agricultores Adriano Cavaleri, João Carlos Tasca e Solano Tomé Vivian receberam o Título Agricultor Destaque 2017 em outubro, pela Câmara de Vereadores de Monte Belo do Sul.

O Título foi criado em 2014, através do Decreto Legislativo 010/2014, e ficou instituída a homenagem ao Agricultor destaque do ano, cuja indicação dos agricultores parte do presidente da Comissão Técnica Permanente de Obras, Assistência, Saúde e Agricultura, por um representante do Sindicado dos Trabalhadores Rurais, por um representante do Conselho Municipal de Agricultura, por um representante do Conselho Municipal do Meio Ambiente e por um representante da Emater.

## COMO SEPARAR OS SEUS RESÍDUOS?

A separação dos **resíduos sólidos**, popularmente conhecidos como lixo, permite o reaproveitamento, a reciclagem, a compostagem e a disposição final ambientalmente adequada.

### RESÍDUOS RECICLÁVEIS

**PAPÉIS E PAPELÃO**

Jornais, listas telefônicas, folhetos, revistas, folhas de rascunho, papéis de embrulho, caixas de papelão, folhas de caderno, embalagens longa vida (*tetrapak*) e outros.

**VIDROS**

Garrafas em geral, potes e jarras, vidros de conservas, cacos de vidro e outros.

**PLÁSTICOS**

Garrafas plásticas, tubos e canos, potes de creme, frascos de xampu, baldes, bacias, brinquedos, sacos e sacolas, saquinhos de leite e outros.

**METAIS**

Latas de cervejas e refrigerantes, enlatados, arames, pregos, tampas, fios, objetos de cobre, alumínio, bronze, ferro, chumbo e zinco.

### RESÍDUOS ORGÂNICOS

Cascas de frutas e legumes, bagaços de frutas, restos de alimentos.

Papel higiênico e lenços de papel usados, curativos, fraldas descartáveis, absorventes higiênicos, bitucas de cigarro e resíduo de varrição.

### ATENÇÃO

Pilhas, baterias, lâmpadas, pneus, restos de remédios, latas de tintas, embalagem de agrotóxico e resíduo eletrônico não podem ser destinados junto com os resíduos comuns.
Consulte o site www.bentogoncalves.rs.gov.br e verifique a destinação ambientalmente adequada desses materiais.

Para maiores informações, entre em contato com a Secretaria Municipal do Meio Ambiente pelo telefone 3055 7190 ou Fala Cidadão 0800 9796866.

# Falta de atenção e hábito elevam chances de acidentes com máquinas agrícolas

A morte do agricultor Ivo João Tasca, de 69 anos, que foi encontrado no início do mês por familiares embaixo de um trator, na Linha Santo Isidoro, em Monte de Belo do Sul, reacende uma questão muito importante nos meios rurais: a segurança com equipamentos de trabalho.

O Centro de Referência Regional em Saúde do Trabalhador (CEREST-Serra) divulgou que já foram contabilizados no primeiro semestre de 2017, 43 acidentes relacionados à máquinas agrícolas na regisão. Em 2016, foram 40 em todo o ano.

De acordo com o técnico em segurança do trabalho da Embrapa Uva e Vinho, Ildomar Engroff dos Santos, o número é considerado elevado, no entanto não há como precisar a causa exata. “Podemos dizer que é uma soma de fatores, a questão do fator humano, do relevo, da topografia da nossa região. Os agricultores têm muita dificuldade porque os terrenos são acentuados. Mas dizer o que contribui é difícil, porque teria que fazer uma investigação de cada caso”, analisa.

Para ele, o excesso de confiança eleva a incidência dos acidentes. “As pessoas aprendem com seus pais, e vão dando sequência. Mas hoje possuímos acesso à informação. Um exemplo é o Senar-RS, que oferta inclusive cursos para operador de trator”, cita. “É o pensamento do ‘aprendi com meu pai, meu tio, meu avô, porque eu vou fazer um curso para operar trator, se eu já sei’, mas isso evitaria o pior”, comenta.

Segundo Santos, os acidentes com máquinas agrícolas podem ser comparados aos acidentes de trânsito. “Hoje não espanta mais um acidente, quantas pessoas morrem diariamente em acidente de trânsito? As pessoas perderam o medo e acredito que isso seja preocupante, porque no momento em que as pessoas perdem o medo e o receio, os acidentes aumentam estatisticamente”, pondera. “No meio rural, as pessoas perderam o medo de manusear aquela máquina, de trabalhar com ela e isso faz com que elas em algum momento ou outro, por desatenção ou pela rotina de trabalho, acabe se acidentando”, pontua.

O técnico relata que nesta época do ano a atividade dos agricultores é intesificada nos parreirais, com mais tratamento, exigindo um cumprimento de prazos em menos tempo, que pode acarretar problemas com a segurança.

## Conhecer bem a máquina

Santos indica que o produtor conheça bem a máquina que vai trabalhar, desde o momento da compra. “Outro problema que temos é que é previsto que o trator saia da fábrica com o sistema de anticapotamento, mas a questão é: em nosso parreiras, é possível utilizar esse sistema?”, questiona, “se nosso parreiral é de 1,60m de altura, a máquina não vai passar lá, então o pessoal acaba retirando o sistema que preveniria o acidente”. O técnico sita ainda as normativas de segurança que preveem outras proteções, como o cinto de segurança.

Ele orienta a consultar a capacidade de trabalho da máquina, inclusive em relação ao pulverizador. E a manutenção deve ser vista como essencial, com pneus calibrados. “É necessário perguntar, ‘será que o pneu vai aguentar trabalhar naquele terreno acidentado?’”, indica.

## Conscientização

O técnico da Embrapa registra que, apesar do Código de Trânsito Brasileiro (CTB) prever que o condutor do trator tenha habilitação categoria B e que o Ministério do Trabalho exija a capacitação mínima de 20 horas para conduzir a máquina, os acidentes são comuns porque muitos trabalhadores estão em meio familiares e não têm fiscalização.

Para ele, um dos meios de evitar isso seria campanhas de conscientização.

“A Embrapa não tem trabalho direto nesse sentido, mas os técnicos orientam nos dias de campo”. Outra questão que a Embrapa trabalha com os produtores é o uso do agrotóxico, para ter conhecimento do que está utilizando, para que eles sigam corretamente a bula, a receita.

## Cuidados que podem evitar acidentes

-Conhecer bem a capacidade da máquina.
-Colocar o trator em movimento, durante alguns minutos, a baixas rotações, e depois, em lenta, toda vez que for arrancar a frio;
- Não deixar o motor trabalhar muito tempo a baixas rotações;
- Intercalar o uso do trator em serviços leves e pesados;
- Ao completar 50 horas de trabalho, trocar o filtro, junto ao óleo do motor; verificar a folga do pedal da embreagem, e regular, se necessário; trocar o fluido e o filtro da direção hidráulica (somente para tratores com direção hidráulica);
- Ao completar 100 horas de trabalho, trocar o óleo dos redutores finais dianteiros e do diferencial dianteiro (tratores com tração dianteira auxiliar); trocar o óleo da transmissão e do sistema hidráulico; verificar a folga dos pedais de freio e ajustá-las, se necessário.
-Quando a máquina estiver fora de serviço, ela deve ser cuidadosamente limpa, para evitar a absorção de umidade, durante o tempo em que o trator estiver armazenado.
-Recomenda-se lavar os tratores, apenas quando estiverem frios e com o motor parado, para que não haja choque térmico, que pode trincar as peças.
-Não pulverize o trator com qualquer tipo de óleo.
-Ser capacitado para conduzir as máquinas agrícolas.
-Analisar se elas são indicadas para a topografia da propriedade.
-Nunca faça a manutenção com a máquina ligada. Os pneus precisam estar adequadamente calibrados.

*Técnico em segurança do trabalho da Embrapa Uva e Vinho, Ildomar Engroff dos Santos*

# Governo retoma a importação de leite em pó do Uruguai

Medida pode diminuir preço para consumidor, mas produtores gaúchos se sentem ameaçado

O governo federal anunciou na última semana que vai retomar a importação de leite em pó do Uruguai. medida que havia sido suspensa em setembro, depois que produtores reclamaram da procedência do produto.

Segundo o Ministério da Agricultura, a informação não procede e o produto não oferece risco sanitário. No entanto, os produtores gaúchos estão preocupados por acreditarem que a retomada da importação pode causar prejuízo para o setor. Ainda, o setor defende que haja cota para importação do Uruguai, assim como já é feito para países como a Alemanha.

Mas, para o consumidor a perspectiva é boa, porque com mais oferta, o produtor tende a baixar de preço nas prateleiras .

# Agenda de eventos em novembro

O mês de novembro está repleto de eventos em Monte Belo do Sul. Um deles é no próximo domingo (19), com Festa na Comunidade Nossa Senhora da Saúde.

No sábado, dia 25 de novembro, é a vez do Jantar do Tortéi, na Comunidade São Marcos. Ainda, no mesmo dia, Festa Campeira – CTG Sopro do Minuano e Costelão, na Comunidade Santo Antônio, no Oitenta da Leopoldina. Durante todo o mês, a Secretaria de Saúda realizará atividades sobre o "Novembro Azul".

# Embrapa desenvolve melhoramento genético que permite produção de leite menos alergênico

O setor lácteo no Brasil começa a explorar um importante nicho de mercado: a produção de leite para pessoas que possuem alergia às beta-caseínas, que correspondem a 30% das proteínas do leite. A Embrapa Gado de Leite (MG) tem realizado trabalhos de melhoramento genético, desenvolvidos pela em parceria com as associações de criadores das raças Gir Leiteiro e Girolando, que irão impulsionar ainda mais esse segmento.

A alergia à proteína do leite de vaca, conhecida como APLV, é um problema mais observado na infância. Segundo dados da Associação Brasileira de Alergia e Imunologia (Asbai), cerca de 350 mil indivíduos no país são alérgicos. A pessoa que tem o problema terá que eliminar o leite de vaca da dieta, deixando de se beneficiar de uma importante fonte de cálcio e de outros nutrientes num momento da vida em que o ser humano mais necessita. Embora os alergistas afirmem que o leite A2 não seja indicado para todos os casos, o pesquisador da Embrapa Gado de Leite, Marcos Antônio Sundfeld Gama diz que ele pode ser benéfico para muitas pessoas, pois a beta-caseína é a principal causadora da APLV.

## Alergia é diferente de intolerância

É importante destacar que o leite A2 não é indicado para a intolerância à lactose, que pode ser confundida com a alergia ao leite de vaca. O alergista e imunologista Aristeu José de Oliveira diz que APLV e intolerância à lactose são problemas distintos. A lactose é o açúcar do leite e não uma proteína. A intolerância ocorre em pessoas que têm deficiência na produção de uma enzima chamada lactase, cuja função é quebrar as moléculas de lactose durante o processo digestivo, transformando-a em energia para as células do corpo humano. Os sintomas da intolerância à lactose são dores abdominais, diarreia, flatulência e abdômen distendido.

A APLV desencadeia uma série de reações, algumas parecidas com a intolerância à lactose, o que pode gerar confusão entre os dois problemas. Mas, além dos sintomas gástrico-intestinais ocorrerem de forma mais acentuada (diarreia e vômitos), a APLV pode causar placas vermelhas no corpo, muitas vezes acompanhadas por coceiras, inchaço dos lábios e dos olhos e, na reação mais aguda, a anafilaxia, que pode levar à morte. Diferente da alergia a alguns alimentos como amendoim, castanhas e frutos do mar, que pode acompanhar o paciente por toda a vida, quando a APLV tem início na infância, após a criança ter o primeiro contato com o leite de vaca, há uma grande probabilidade de a alergia se extinguir na adolescência. Mas até lá, os casos mais graves deverão ser constantemente monitorados.

## Mercado promissor

O mercado internacional aponta para o sucesso do empreendimento. A Nova Zelândia, maior exportadora mundial de leite em pó, produz leite A2 desde 2003. O país registrou comercialmente o nome A2 Milk e certifica laticínios e fazendas que produzem exclusivamente o leite A2. Outro grande exportador, a Austrália, também já ingressou nesse mercado.

O curioso é que o produto deixou de ser uma exclusividade de pessoas alérgicas à proteína do leite e está conquistando o grande público. Na Oceania é possível comprar leite e derivados lácteos em diversas lojas e cafés. O produto também já é visto nas gôndolas de supermercados da Inglaterra e dos Estados Unidos.

# Festa de Nossa Senhora das Graças reúne 300 pessoas

A tradicional Festa em Honra a Nossa Senhora das Graças aconteceu no domingo (12) no Salão da Comunidade da Linha Armênio Baixa, em Monte Belo do Sul e reuniu cerca de 300 pessoas.

A festa contou ainda com a presença da moradora mais velha de Monte Belo do Sul, Lydia Zaffari Parmegiani, que foi homenageada em outubro pela Câmara Municipal do município com uma Portaria de Louvor e Agradecimento pelos 109 anos completados no dia 21 de julho.

A missa solene aconteceu às 10h30, seguida de almoço às 12h. No cardápio, sopa de capeletti, lesso, recheio, maionese, salada verde, repolho, cenoura, churrasco, galeto, leitão, suco, água e vinho.

# Celebrada em cidades vinícolas da Europa, data contará com ações no Brasil a partir de 2018

A Serra Gaúcha lançou no último domingo (12) o embrião do Dia Mundial do Enoturismo, que é uma festividade comum na Europa, ocorrendo sempre no segundo domingo de novembro.

Lá, são feitas várias atividades nas cidades ligadas à produção vinícola  A partir de 2018, a data deverá ser oficial oficial no Brasil e em outros países da América do Sul tornando-se, assim, mundial.

Quatro atividades realizadas no Estado entraram este ano na agenda do Dia Europeu do Enoturismo, entre elas, em Bento Gonçalves, a Sparkling Night Run, realizada na noite de sábado (11).

No Rio Grande do Sul, maior polo vitivinícola do país, pelo menos 600 mil turistas circulam anualmente pela região da Serra e Campanha Gaúcha em busca das atrações que o universo da uva e do vinho proporciona.

Crédito: Gilmar Gomes/Ibravin

# Vinícolas brasileiras participam da ProWine China pelo segundo ano consecutivo

## Iniciativa contará com a presença de seis empresas verde-amarelas no estande coletivo do Wines of Brasil

Seis vinícolas integrantes do projeto setorial Wines of Brasil estão no continente asiático para participar da ProWine China, que ocorre de terça (14) a quinta-feira (16), em Shangai. A projeção é de ampliar o mercado para os vinhos brasileiros num dos países que mais cresce em consumo, inserir a categoria dos sucos de uva 100%, além de se posicionar estrategicamente em um dos países-alvos da iniciativa desenvolvida pelo Instituto Brasileiro do Vinho (Ibravin) em parceria com a Agência de Promoção de Exportações e Investimentos (Apex-Brasil). Estarão no estande coletivo as vinícolas Aurora, Miolo Wine Group, Mioranza, Peterlongo, Salton e Vinhos Canção.

Segundo estimativas do Wines of Brasil, a presença na ProWine China deve resultar em US$ 500 mil em vendas. O desempenho deve superar a performance comercial da primeira participação na feira, em novembro de 2016, quando as empresas brasileiras estimaram US$ 410 mil em vendas nos 12 meses seguintes. Entre novembro de 2016 e setembro deste ano já foram comercializados US$ 403 mil em produtos vinícolas nacionais, com 128,5 mil litros exportados. De janeiro a setembro deste ano, as exportações brasileiras cresceram 132% em volume e 38% em valor, se comparado ao mesmo período de 2016, quando foram vendidos 43,5 litros, atingindo US$ 230,8 mil em negócios.

"Estamos buscando prospectar distribuição no mercado chinês, agregar valor aos rótulos brasileiros, em especial aos espumantes, e buscando uma nova entrada com a categoria do suco de uva 100%. Quatro vinícolas estarão presentes com empresários do Brasil e duas através de importadores. Para 2018, esperamos crescer 30% em valor nossas exportações para o país", assinala o gerente de Promoção do Ibravin, Diego Bertolini.

Além da presença na ProWine China, o Wines of Brasil articulou reuniões estratégicas em Shangai. A agenda, desenvolvida com o apoio dos Escritórios da Apex-Brasil (EAs) na China e dos Setores de Promoção Comercial do Brasil no Exterior (Secom), iniciou nesta segunda-feira (13), no consulado do Brasil em Shangai, com troca de informações e preparação da equipe brasileira e dinâmica do mercado chinês. Na sexta-feira (17), as vinícolas integrantes do projeto visitarão supermercados, restaurantes e redes para entendimento de negócios, além de prospectarem espaços para venda dos sucos de uva 100%.

### Sobre o Wines of Brasil

Criado em 2002, o Wines of Brasil (WoB) é uma iniciativa de promoção comercial dos vinhos, espumantes e suco de uva brasileiro no mercado externo, desenvolvido entre o Ibravin e a Apex-Brasil. O projeto conta atualmente com a participação de 40 vinícolas e tem como mercados-alvo os Estados Unidos, Reino Unido e China.

Nos últimos anos, cerca de 95% das empresas que aderiram ao WoB conseguiram dar continuidade em suas exportações, devido ao suporte e aos programas de capacitação oferecidos, entre outras ações. Mais informações podem ser obtidas nos sites www.winesofbrasil.com e www.ibravin.org.br.

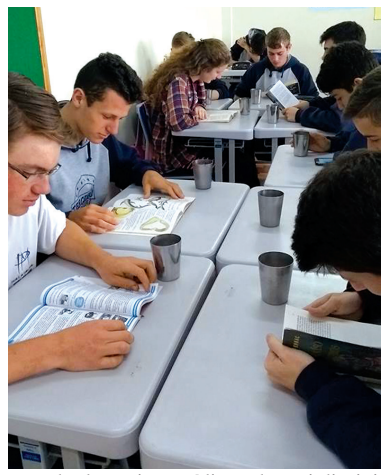
# Projeto "Café com leitura" em escolas incentiva alunos de intituições públicas

Em outubro, a Secretaria Municipal de Educação e Desporto realizou o Projeto "Café com Leitura" que contou com apresentações dos alunos das Escolas Municipais e Estadual, histórias, oficina para professores, jogos de integração, brinquedos infláveis e cinema com pipoca.

A autora convidada a inspirar a edição do "Café com Leitura" é Marô Barbieri, natural de Bento Gonçalves e que mora atualmente em Porto Alegre.

*Escola de Ensino Fundamental Roman Ross*

*Escola de Ensino Fundamental Roman Ross*


*Escola de Ensino Médio pedro Migliorini*

*Escola de Ensino Fundamental Roman Ross*

*Escola de Ensino Médio pedro Migliorini*

almanaque rural

# Cuca de leite condensado com coco

*15 porções / 50min*

**Para a farofa**

1 xícara (chá) de farinha de trigo
1 xícara (chá) de açúcar
Canela em pó a gosto
1/2 xícara (chá) de manteiga
Para a massa
3 ovos
1 colher (sopa) de manteiga
1/2 lata de leite condensado
3 xícaras (chá) de açúcar
2 xícaras (chá) de farinha de trigo
1 xícara (chá) de leite
1 colher (sopa) de fermento em pó
Coco ralado

**Você vai precisar de**

1 tigela média
Batedeira
1 forma retangular

1. Comece pela farofa: em uma tigela média, misture bem a farinha, o açúcar, a manteiga e a canela. Faça isso com a ponta dos dedos até obter uma massa com textura de farofa. Reserve.

2. Para o coco queimado, leve uma panela pequena com o coco ralado ao fogo, mexendo sempre. Ele vai dourar aos poucos. Não pare de mexer até que esteja completamente dourado. Reserve até esfriar.

3. Para a massa, bata na batedeira os ovos, o açúcar e a manteiga.

4. Acrescente parte da farinha e metade do leite e bata novamente até obter uma massa homogênea.

5. Adicione o restante da farinha e do leite e bata de novo.

6. Por último, junte o fermento e misture suavemente com uma espátula.

7. Despeje a massa em uma forma retangular untada.

8. Disponha sobre a massa o leite condensado e o coco queimado.

9. Cubra com a farofa e leve ao forno preaquecido em 180 graus por cerca de 40 minutos ou até que a farofa esteja dourada.

# Bolinho de carne

**Ingredientes**

500g carne moída
1 cebola pequena picada
2 Dentes alho amassados
1 Colher de sopa cheiro-verde picado
1 Colher de chá sal
1/2 Xícara de amido de milho
Para untar
Óleo a gosto

**Modo de preparo**

Unte uma assadeira grande (40 x 28 cm). Reserve. Em uma tigela, misture a carne, a cebola, o alho, o sal e o amido de milho até obter uma mistura homogênea que solte das mãos. Reserve. Preaqueça o forno em temperatura média (180°C). Divida a massa em 20 porções e modele cada uma no formato de bolinhas.

Arrume as almôndegas na assadeira reservada, deixando um pequeno espaço entre elas. Leve ao forno por 25 minutos ou até dourar. Retire do forno e reserve.

# Maneira fácil de fazer ovos em conserva

Preparo: 30min
Rendimento: 12 porções

## Ingredientes

12 ovos de galinha
500 ml de água
200 ml de vinagre
2 colheres de sopa rasas de sal
Folhas de louro, salsinha ou alecrim
1 cabeça pequena de alho
3 grãos d epimenta do reino

## Preparo

Em uma panela grande e baixa e com bastante água, deixe cozinhar a dúzia de ovos por exatos 30 minutos, nada mais que isso.

Enquanto os ovos cozinham, em um recipiente plástico prepare a solução da conserva. Adicione a água, o sal, o vinagre e algumas folhas de louro.

Essas especiarias podem ser modificadas ao gosto de cada um, podendo ser folhas de manjericão, pimenta preta, pimenta vermelha, temperos completos etc. Mexa bem e reserve.

Com os ovos ainda quentes, descasque-os tomando o cuidado para não "machucá-los" pois isso fará com que eles sujem a água da conserva.

Deixe descansar por 2 dias e estão pronto seus ovos em conserva.

# Pipoca caramelada com vinho

**Ingredientes**

250 ml de vinho tinto seco
4 colheres (sopa) de açúcar
¼ xícara de milho para pipoca
1 colher (sopa) de óleo

**Modo de preparo**

Coloque o vinho e o açúcar em uma panela e leve ao fogo, até ferver. Em outra panela, coloque óleo e aqueça, depois coloque o milho para pipoca, deixando o fogo baixo, até que comecem a estourar.

Na panela de vinho, deixe a bebida ferver até que ela comece a ficar mais espessa, Na pipoca, a cobertura precisa ficar seca. Depois de pronta, misture a pipoca na cobertura.

# Bolo de banana de liquidificador

**Ingredientes**

meia xícara (chá) de leite
1 xícara (chá) de óleo
1 xícara (chá) de açúcar
3 ovos
2 bananas-nanicas médias, picadas
1 e meia xícaras (chá) de farinha de trigo
meia xícara (chá) de amido de milho
1 colher (sopa) de fermento em pó

**Modo de preparo**

Preaqueça o forno em temperatura média (180° C). Unte e enfarinhe uma fôrma redonda de furo central média (20 cm diâmetro). No copo do liquidificador, coloque o leite, o óleo, o açúcar e os ovos, e bata até que fique homogêneo. Junte as bananas e bata rapidamente até triturar levemente. Em uma tigela, peneire a farinha de trigo, o amido de milho e o fermento, e adicione, aos poucos, a mistura do liquidificador, mexendo até obter uma massa cremosa. Disponha a massa na fôrma reservada e polvilhe 1 colher (sopa) de açúcar já misturada à 1 colher (chá) de canela em pó. Leve ao forno por 40 minutos, ou até que um palito saia limpo, depois de espetado na massa. Retire do forno, espere amornar e desenforme. Sirva a seguir.

almanaque rural

# Os principais erros cometidos no processo de lavagem de roupa

O processo de lavagem da roupa exige cuidado e atenção. Muitas vezes misturar peças de diferentes cores com as demais do cesto de roupa suja e jogar na máquina de qualquer maneira pode acarretar num grande estrago das peças.

Esse é um dos erros mais comuns na hora de higienizar as roupas. Conheça os nove erros principais na hora de lavar a roupa e como evitá-los.

### Negligencear as etiquetas:

"Parece besteira, mas os símbolos de lavagem existem justamente para que você entenda qual é a melhor maneira de conservar aquela peça. Ignorar essas instruções pode levá-la a fazer algo que pode causar danos irremediáveis em suas peças."

### Ignorar a diferença de cores:

"Roupas brancas jamais devem ser lavadas juntamente com as coloridas. Se fizer isso, com certeza as mais claras ficarão manchadas. Ainda que a roupa de cor não solte tinta, o branco ganha um desagradável aspecto amarelado em contato com as demais peças."

### Misturar peças de uso pessoal com de uso doméstico:

"Roupas de uso pessoal devem ser lavadas separadamente de peças de cozinha, panos de limpeza, cobertores de animais. Toalhas de mesa e panos de prato normalmente tem restos de alimentos e resíduos de gordura e podem manchar outras peças. Já os panos de limpeza e mantas de animais carregam um tipo de sujeira mais resistente e precisam de um tipo de lavagem mais pesada, que pode danificar roupas comuns."

### Não verificar o grau de sujeira:

"As peças muito sujas exigem um trabalho maior e um processo mais agressivo, ficando mais desgastadas. Com pouca sujeira, não há a necessidade de passar por uma lavagem mais pesada, ou seja, é um dano que pode ser dispensado. O ideal é lavar as muito sujas separadamente."

### Exagerar no sabão em pó:

"Entenda que não é o excesso de sabão que limpará as suas roupas, portanto, não abuse na quantidade. Quanto mais detergente você colocar nas roupas, mais elas precisarão ser enxaguadas e poderão desbotar. Além disso, caso fique algum resíduo de espuma nas peças, pessoas de pele sensíveis podem ter alergia."

### Usar a água para lavagem em temperatura inadequada:

"Algumas máquinas de lavar possuem água quente, o que ajuda bastante na limpeza. Contudo, as pessoas não a utilizam de maneira correta.

Note que as novas máquinas digitais têm a pré-lavagem, etapa em que a água não aquece, porque as manchas e sujeiras devem ser retiradas primeiro com água fria. Se você colocar ua quente na primeira lavagem, em vez de remover as manchas e a sujeira você pode agravá-las, tendo como resultado final uma mancha aparente. Por isso, é importante sempre utilizar a pré-lavagem com água fria para depois utilizar água quente como complemento da limpeza."

### Abusar dos alvejantes:

"Não acredite em truques milagrosos para remoção de manchas. Há tecidos que desbotam e até esgarçam com o uso de produtos inadequados ou itens caseiros."

### Deixar muito tempo de molho:

"Só peças extremamente sujas precisam de molho. Além disso, o contato das peças com a água e o sabão por um tempo acentuado pode provocar manchas ou desbotar as cores."

### Esquecer do amaciante:

"A quantidade deve ser pequena, mas esse produto é indispensável. A lavagem endurece as fibras das roupas, o que as deixa desagradáveis ao toque e mais difíceis de passar."

### Passar roupas sujas:

"Um dos erros mais comuns é passar as roupas sem que estejam lavadas. Mesmo que aparentemente pareçam limpas por um uso único, pode haver alguma sujeira menos aparente e o ferro quente pode fixá-la para sempre, deixando aquela mancha desagradável".

# Cinco principais receitas de sabão caseiro

Em todas as receitas é muito importante lembrar que a soda cáustica é um produto tóxico e corrosivo, precisa ser manuseada com cuidado e utilizando luvas, máscara e óculos de proteção. No processo para diluir a soda em qualquer produto líquido, a mistura solta um gás que pode ser tóxico, por isso, tome muito cuidado.

Mantenha sempre as crianças longe da preparação dos sabões. Todas as receitas usam produtos tóxicos ou quentes.

### Sabão líquido com óleo e álcool: o mais rápido

2 litros de óleo de cozinha usado
2 litros de álcool
1/2 kg de soda em flocos ou escamas

Em um balde misture o álcool e a soda, depois, acrescente o óleo e mexa até fica homogêneo. Aguarde aproximadamente 30 minutos e acrescente dois litros de água fervente e dissolva o conteúdo.

Depois, misture 20 litros de água em temperatura natural. Guarde em recipientes. Este sabão é ótimo para limpeza geral.

### Sabão em barra com óleo e álcool: o mais famoso

1 kg de soda cáustica em flocos
2 litros de água
4 litros de óleo de cozinha
1 litro de álcool
5 ml de essência

Se preferir, você pode colocar elementos decorativos, como ervas aromáticas, especiarias, flores secas, conchas etc.

Coloque no balde a soda cáustica e adicione lentamente 2 litros de água quente. Misture com muito cuidado utilizando a colher de pau até a soda cáustica dissolver completamente. Junte os 4 litros de óleo e continue mexendo por 20 minutos.

Acrescente o álcool e a essência. Se quiser, este é o momento para colocar elementos de decoração. Misture até obter uma pasta consistente.

Despeje o conteúdo em um caixote de madeira forrado com um pano ou em formas, espalhe bem e acomode a pasta dentro do recipiente. Deixe secar por no mínimo 24 horas. Após a secagem, corte o sabão no tamanho desejado e enrole os pedaços em papel filme.

### Sabão com óleo e amaciante: o mais cheiroso

5 litros de óleo de cozinha usado
2 litros de água
200 ml de amaciante para roupas
1 kg de soda cáustica em flocos

Coloque a soda cáustica em um balde, em seguida, coloque a água fervendo e mexa até que a soda seja diluída. Acrescente o óleo aos poucos, em seguida coloque o amaciante e misture bem. Coloque em recipiente para secar e depois corte em tabletes.

### Sabão com álcool, óleo e sebo: o mais trabalhoso

5 litros de água
4 litros de sebo derretido
4 litros de álcool combustível
2 litros de óleo de cozinha
1 kg de soda cáustica em flocos ou escamas
500 ml de desinfetante a base de eucalipto
30 ml de essência aromatizante

Em uma vasilha plástica grande coloque a água e a soda até dissolver bem. Acrescente o álcool mexendo sempre com um pedaço de madeira e devagar. Cuidado para não derramar a mistura sobre a pele. Junte o desinfetante sem parar de mexer.

Adicione o óleo aquecido mexendo sempre, após alguns minutos acrescente devagar o sebo derretido. Mexa por aproximadamente 45 minutos ou até formar uma substância parecida com parafina.

Coloque a essência e mexa por mais 5 minutos. Despeje em uma forma para esfriar por aproximadamente 12 horas.

### Sabão com óleo e detergente: o mais econômico

6 litros de óleo usado
1 litro de soda cáustica líquida
1 litro de detergente de coco

Despeje todo o conteúdo em um recipiente plástico. Não mexa. Despeje o conteúdo em outro recipiente e troque de recipiente, passando de um para o outro por quatro vezes. Não passe mais vezes, pois a mistura endurece e fica difícil tirar do recipiente. Despeje em uma caixa de papelão e espere até secar.

# Saiba como utilizar o detergente de forma eficaz

Fazer uma faxina completa em casa não requer um grande kit de produtos de limpezas, muito menos itens sofisticados e ultramodernos. O bom e velho detergente, por exemplo, é um poderoso aliado da higienização doméstica, pois possui versões variadas, podendo ser usado em diferentes superfícies e encontrado em valores que atendem a todos os bolsos.

Antes de mais nada, é importante saber quais são os tipos de detergentes existentes no mercado e para que servem cada um deles. Segundo explica a personal organizer Bárbara Volnei, são quatro:

**Detergentes Biodegradáveis**

Eles têm esse nome por serem passíveis de degradação pelos micro-organismos presentes nas águas. Os detergentes se tornam biodegradáveis quando é reduzida a quantidade de fosfato presente no detergente. Lembrando que apenas os detergentes em gel, utilizados para lavar louça, são biodegradáveis. Os sabões em pó e em barra permanecem na natureza ainda por um longo período de tempo, por este motivo, necessitam de um tratamento prévio antes do descarte.

**Detergente Neutro**

É o mais utilizado na limpeza do dia a dia em residências e não agride o piso.

**Detergente Ácido**

É indicado para limpeza pesada, como sujeiras causadas no pós-obra (cimento, óleos, graxas, etc).

**Detergente Alcalino**

Remove todo tipo de sujidade, com exceção das de origem mineral. Deve ser usado com cuidado para não agredir o piso.

Mas, além de verificar o PH do detergente que você vai comprar e seguir as dicas acima, é imprescindível ler as instruções da embalagem antes de iniciar a limpeza, assim, não corre o risco de estragar nenhuma área, é o que aconselha a também personal organizer Rafaela Oliveira: "produtos com cloro devem ser evitados em superfícies como: granito, mármore e pisos com coloração. É muito importante também saber usar produtos com cloro, pois do contrário podem manchar uma determinada superfície para sempre. Detergentes de louça concentrados são perfeitos na limpeza e mais seguros".

A economia do produto também se dá pelo uso consciente na hora da limpeza. Isso é, a quantidade de detergente e a espuma que ele fizer não vão ditar a qualidade da higienização. Pelo contrário, o excesso de produto pode deixar a superfície sem brilho e manchada.

Por isso, além de fazer a diluição em água, é importante retirar toda a solução da área limpa com um pano úmido, dessa forma a limpeza será completa e bem feita.

almanaque rural

# A importância do óleo de semente de uva para a saúde da pele e do corpo

Tá ali uma dica de produto para a pele que não falha: o óleo de semente de uva. Está com estrias (ou até para evitá-las) pode passar, porque, além desse "problema", o produto é indicado para diversos outros- e funciona. O subproduto da produção do vinho é extraído quimicamente das sementes dos frutos. Com a aparência clara e sabor bastante suave, que assim como outros óleos vegetais, é rico em gorduras poliinsaturadas e não contém colesterol, sendo uma alternativa mais saudável às gorduras de origem animal.

## Propriedades

Embora a uva seja uma fruta altamente nutritiva, boa parte de suas propriedades não são transmitidas ao óleo obtido a partir do uso de solventes químicos. Ainda assim, o óleo de semente de uva apresenta um alto teor de ácidos graxos poli-insaturados (como os ômegas 6 e 9) e vitamina E.

## Cada colher do óleo de semente de uva fornece:

120 calorias;
14 gramas de gordura, das quais:
10% são saturadas;
16% monoinsaturadas;
70% poliinsaturadas.
3,9 miligramas de vitamina E (o que equivale à 19% da ingestão diária recomendada, ou IDR).

## Para que Serve

O óleo de semente de uva tem sido utilizado há bastante tempo como cosmético e mais recentemente o produto ganhou a prateleira dos supermercados por seu alto teor de ácidos graxos essenciais.

Além de melhorar a saúde da pele e nutrir os cabelos, o óleo de uva também serve como uma opção aos óleos de soja e de canola (pois contém mais ácidos graxos poli-insaturados).

Outros usos do óleo de semente de uva: estabilização da glicose sanguínea, redução das dores da artrite reumatoide e tratamento de hemorróidas. O alto teor de ômega 6 do óleo de semente de uva garante que uma boa dose de ácido linoleico seja convertido em ácido gama-linolênico (GLA), um tipo de ácido graxo que tem função anti-inflamatória.

## Fios mais hidratados

Mesmo que você não queira cozinhar com o óleo de semente de uva, o produto ainda tem um espaço no seu dia a dia. De maneira semelhante ao óleo de coco e ao azeite, o óleo de semente de uva é um poderoso hidratante natural para os fios de cabelo secos e sem vida.

Mas há ainda outros benefícios do óleo de semente de uva para os cabelos: quando aplicado diretamente sobre o couro cabeludo, o produto trata a caspa, diminui a queda de cabelo e ainda fortalece os fios.

Outra vantagem do óleo de uva: como é mais leve que o óleo de coco e o azeite, ele não deixa o cabelo com aspecto oleoso. Além disso, a gordura é praticamente inodora (andar pela rua cheirando azeite pode não ser uma ideia muito animadora, sobretudo nos dias quentes do verão) e pode ser deixada na ponta dos fios sem enxague.

Como usar: para um tratamento mais profundo dos fios, aplique o óleo de semente de uva levemente aquecido por todo o comprimento e deixe durante toda a noite. Se preferir, faça uma tratamento mais rápido, deixando o óleo sobre os frios por 1-2 horas antes de enxaguar em água fria. Para o dia a dia, aplique algumas gotas do óleo nas pontas, mas não enxague.

## Trata a pele

As sementes de uva contêm vitamina E, um nutriente com grande potencial antioxidante. Se aplicado diretamente sobre a pele, o óleo de semente de uva estimula o crescimento de novas células e ainda reduz parte dos danos causados pelos radicais livres.

Os nutrientes do óleo de semente de uva protegem a pele contra os raios ultravioleta, e podem até mesmo melhorar o aspecto de manchas e sinais causados pela exposição excessiva ao sol.

Mais um dos benefícios do óleo de semente de uva para a pele: como é anti-inflamatório e levemente adstringente, ajuda a tratar a acne e facilita a remoção de cravos. Assim, tonifica a pele como um todo e deixa o tecido com um aspecto mais jovial.

Dica de uso: massageie o óleo de uva nas áreas com rugas e marcas de expressão e deixe agir de um dia para o outro

# Alimentos que não precisariam de data de validade

O sistema de prazo de validade de alimentos é confuso porque possui dois segmentos. Um é o "best by", que indica que o alimento será mais fresco se consumido até essa data, mas não estará necessariamente estragado depois dela, e o "sell by", que indica o prazo em que o produto deve ser vendido pela loja.

Mas alguns alimentos nunca estragam e podem ser conservados por tempo indeterminado, mesmo que haja uma data de validade impressa sobre suas embalagens.

**Mel**

O mel pode ser conservado por tempo indeterminado. Ele pode mudar de cor e se cristalizar, mas ainda poderá ser comido sem problema algum. Se o seu mel ficar cristalizado, coloque o vidro aberto numa panela de água quente e mexa-o até os cristais se dissolverem.

**Arroz**

Mesmo que a embalagem do arroz ficar coberta de pó, o arroz que está lá dentro estará tão bom quanto no dia em que você o comprou. Isso se aplica ao arroz branco, selvagem, arbório, jasmine e basmati. O arroz integral não tem a mesma sorte: devido a seu teor mais alto de gordura, pode ficar rançoso. Para garantir a qualidade de seu arroz, basta guardá-lo num recipiente bem fechado, no qual não penetre ar, para não permitir a entrada de caruchos.

**Vinagre branco**

Pode comprar vinagre branco em embalagem de atacado sem se preocupar: não será preciso jogá-lo fora. Ele nunca se estragará, porque fica fresco para sempre. Portanto, vale fazer um estoque do produto. Assim você sempre poderá recorrer a ele para fazer molhos de salada, marinadas e até mesmo para uso na limpeza doméstica.

**Extrato de baunilha**

Como é feito de álcool, o extrato puro de baunilha permanece fresco e saboroso pelo tempo que você o tiver em sua despensa. A baunilha de imitação não possui a mesma duração. Pensando nisso, pode valer a pena optar pela baunilha um pouco mais cara, sem prazo de validade.

**Sal**

Sal de cozinha, sal kosher ou sal marinho conservam ao longo de anos a mesma qualidade que tinham no dia em que você os comprou.

**Amido de milho**

Para conservar amido de milho por tempo indeterminado, conserve-o bem seco, em recipiente bem fechado e num lugar de temperatura amena.

Considerando que dificilmente você acabará com um recipiente grande de amido de milho em pouco tempo, é bom saber que não precisará repor seu estoque.

**Açúcar**

No caso do açúcar, o problema não é conservá-lo fresco, mas impedir que endureça e vire uma pedra. O açúcar nunca estraga porque não é um ambiente que propicia crescimento bacteriano.

Apenas se certifique de guardá-lo num recipiente bem fechado, para protegê-lo de bichinhos e umidade.

**Bebidas alcoólicas**

Não é preciso se apressar para acabar com aquela garrafa de 1,5 litro de rum: as bebidas alcoólicas fortes se conservam bem em lugares escuros e frios, por mais tempo que o necessário.

**Feijão**

O feijão cru conserva sua qualidade por tempo indeterminado. Depois de um ano, mais ou menos, ele demora mais para amolecer quando é cozido – e às vezes não chegará a amolecer por completo, mas não perde seu valor nutricional com a idade, de modo que seu prazo de validade é classificado como indeterminado.

**Café**

O café solúvel pode ser guardado no freezer para sempre, quer a embalagem já tenha sido aberta ou não.

# Vitaminas para os olhos e para a visão

Quais são os alimentos bons para a nossa visão? Muitas pessoas tentam comer os alimentos certos para emagrecer e ficar em forma, mas a visão também é importante. Uma cenoura por dia mantém o oftalmologista à distância? Vamos separar os fatos da ficção e obter a informação correta sobre as vitaminas para os olhos.

**Cenouras e nutrição para os olhos**

Provavelmente você já ouviu dizer que comer cenouras ajuda a melhorar a visão. Mas será que isto é um mito que os pais contam para fazer os filhos engolir mais legumes? Não é bem assim. Sucede que o pai e a mãe têm razão...em grande parte.

A vitamina A e a visão são aliados potentes. As cenouras contêm uma grande quantidade de betacaroteno e vitamina A, que podem contribuir para a saúde dos seus olhos e constituir uma fonte fantástica de vitaminas para os olhos contra a degeneração macular e a catarata.

Nas cenouras abundam também boas fontes de vitamina A e de rodopsina. A rodopsina é um pigmento roxo que nos ajuda a ver em situações de pouca luz. Sem rodopsina em quantidade suficiente, não seríamos capazes de ver muito bem à noite, mesmo com um céu sem nuvens e uma lua cheia e brilhante.

Isto leva-nos a perguntar: será que comer cenouras de manhã, à tarde e à noite nos dá poderes extraordinários de ver como um mocho nas noites mais escuras? Umm, não. Embora as cenouras tenham muitas vitaminas benéficas para os seus olhos, não vão transformá-lo num super-herói. (Mas podem fazer a sua pele ficar ligeiramente alaranjada, se comer muitas!)

É interessante notar que o mito das cenouras e da visão vem da Segunda Guerra Mundial. A maioria dos alimentos escasseava nesse momento — mas as cenouras não. Atribui-se à Real Força Aérea britânica a ideia de que comer cenouras aumentava a capacidade de ver o inimigo no escuro. Este rumor começou a circular para motivar as pessoas a comerem cenouras. Atualmente este boato relacionado com a visão ainda existe e, tal como vimos, existe alguma verdade, e também algum exagero, nele.

Agora que você sabe mais sobre as cenouras e os nossos olhos, poderá estar pensando sobre outras vitaminas para a sua visão.

**Outras vitaminas importantes para a visão para ver bem**

Se for como a maioria das pessoas, está pensando: "As vitaminas para a visão funcionam?" A resposta simples é, tal como vimos com a vitamina A nas cenouras, sim…mas em graus variáveis. Há vitaminas para a perda de visão que pode tomar, mas nenhuma delas produz resultados milagrosos.

Tomar vitaminas em quantidade suficiente é importante em todas as idades, especialmente vitaminas naturais nos alimentos. As funções das vitaminas podem ser numerosas. Os seus benefícios são evidentes. Para ajudá-lo, decidimos indicar outras vitaminas, os seus benefícios para os olhos e quais os alimentos que as contêm em abundância.

**Vitamina C para os olhos**

A vitamina C é um poço de saúde. Encontra-se nos frutos como laranjas, kiwis e morangos, assim como nos legumes como brócolos, folhas de mostarda e pimentas. Além de fornecer antioxidantes, pode ajudar também a atrasar a catarata e a fornecer vitaminas para os olhos necessárias contra a degeneração macular.

**Vitamina E para a saúde ocular**

Dependendo do estudo que você ler, a vitamina E pode servir como um ótimo antioxidante e agente contra a catarata e também contra a degeneração macular. Encontra-se vitamina E em muitos frutos secos, como amêndoas, amendoins e pinhões, juntamente com damascos secos e sementes de girassol.