

## Almanaque

Sugestões de cardápio para a Páscoa

pág 08

## Almanaque

Pão feito em casa: receita de só dois minutos

pág 07

## Almanaque

Como se livrar dos ratos sem usar produtos químicos

pág 06

# Jornal Vale dos Vinhedos

Abril de 2019 | ano 16

Circulação: 15 da Graciema, 40 da Graciema, Capela da Glória, Capela das Almas, Capela das Neves, Capela Santíssima Trindade, Capela Santa Lúcia, Ceará da Graciema, Linha Borghetto, Linha São Gabriel e Garibaldi

Circulação mensal | [www.gazeta-rs.com.br](http://www.gazeta-rs.com.br)

### TEATRO

## Vale dos vinhedos recebe a Paixão de Cristo neste sábado



A encenação começa, no início da noite, na Gruta de Nossa Senhora de Lourdes, na comunidade Ceará, e atinge seu ápice no alto do morro da antena Página 03

## Granizo

Até 100% de perdas na safra dos caquis



pág 05

## Seminário

Vacaria discute tecnologias para pequenas frutas

pág 03

APRECIAR COM MODERAÇÃO - SE DIRIGIR, NÃO BEBA

# BATTISTELLO

VARIETADES COM TIPICIDADE E TERROIR PRÓPRIO



Vale dos Vinhedos | Bento Gonçalves  
[www.vinicolabattistello.com.br](http://www.vinicolabattistello.com.br)



## COLETA DE RESÍDUOS EM BENTO GONÇALVES

### RESÍDUOS ORGÂNICOS

#### Bairro

Avenida São Roque, Rua São Paulo, Maria Goretti e Humaitá. São Francisco, Planalto e São Bento.

#### Dias da Coleta

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 Antônio 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

São Roque, Ouro Verde, Lot. Zatt, Municipal, Tancredo Neves, Lot. Panorâmico III e Lot. Bertolini.

#### Dias da Coleta

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 Antônio, 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 Goretti 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



## 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, saquinho 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](http://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.



Advogadas  
**Dra. Fabiana M. Benedet**  
OAB-RS 62.047

**Dra. Simone M. Lunelli**  
OAB-RS 61.068

**Áreas de atuação**  
Direito Trabalhista  
Direito Previdenciário/INSS  
Direito do Consumidor  
Direito de Família e de Propriedade  
Causas Cíveis em geral.

Rua Marechal Deodoro, 230, sala 503 - Torre Wall Street Business Center  
(entrada pelo Shopping Bento Gonçalves) - Centro - Bento Gonçalves - RS  
Fones: (54) 3055-3939 / 9605-8676 / 9957-8733

## Seminário de Pequenas Frutas em Vacaria

Os interessados já podem fazer a inscrição online (<https://www.embrapa.br/uva-e-vinho/sbpf/inscricoes>) no 10º Seminário Brasileiro sobre Pequenas Frutas, que vai acontecer nos dias 02 e 03 de julho em Vacaria. Até dia 31 de maio, o valor da inscrição nas categorias profissionais, público em geral e estudantes terão descontos especiais. Os cem primeiros inscritos vão receber um exemplar do livro "Morangueiro" (<https://ainfo.cnptia.embrapa.br/digital/bitstream/item/179724/1/Luis-Eduardo-MORANGUEIRO-miolo.pdf>) publicado pela Embrapa. Para fazer sua inscrição clique aqui (<https://www.embrapa.br/uva-e-vinho/sbpf/inscricoes>).

De acordo com Andrea de Rossi, pesquisadora da Embrapa Uva e Vinho e coordenadora do seminário, o tema destaque desta edição será o manejo de framboesa e do mirtilo em cultivo protegido, os quais serão apresentados por pesquisadores italianos. Ela destaca que o programa do evento (<https://www.embrapa.br/pt/uva-e-vinho/sbpf>) sempre é for-

matado com base na expectativa e nas demandas dos participantes das edições anteriores. "O evento representa uma oportunidade ímpar de conhecer novas tecnologias e alternativas de manejo das pequenas frutas", destaca Andrea.

O Seminário Brasileiro sobre Pequenas Frutas tem como objetivo contribuir para a consolidação das pequenas frutas como alternativas viáveis de incremento de renda da agricultura familiar e do médio produtor rural, através da discussão dos principais fatores limitantes da produção destas espécies além de promover e divulgar tecnologias para o aumento da produtividade e melhoria da qualidade das pequenas frutas. Para mais informações sobre o evento, clique aqui (<https://www.embrapa.br/pt/uva-e-vinho/sbpf>)

O evento é promovido pela Embrapa Uva e Vinho, Embrapa Clima Temperado, Emater/RS e Prefeitura de Vacaria, com apoio de várias entidades públicas e privadas do setor como universidades e associações.



## Vale dos vinhedos recebe a Paixão de Cristo



Será encenada neste sábado (19) a 21ª edição da Paixão de Cristo no Vale dos Vinhedos, a partir das 19 horas, no "Morro da Antena". A encenação começa na Gruta de Nossa Senhora de Lourdes, na comunidade Ceará, e atinge seu ápice no alto do

morro.

Realizada por um grupo de teatro amador, formado por aproximadamente 80 moradores da comunidade, vivenciam a passagem bíblica da Paixão de Cristo, retratando as estações enfrentadas por Jesus, desde o momento em

que ele é preso pelos romanos no Monte das Oliveiras. O evento conta com o financiamento da Secretaria de Estado da Cultura do RS (LIC/RS), realização da DWR Som e Luz Produções Culturais e patrocínio de Cenci Equipamentos de Segurança.



O Composto Orgânico  
**Classe a**

Use Composto Orgânico Adubare para aumentar a fertilidade do seu solo. Matéria orgânica nunca é demais para o solo e é indispensável para uma boa produção.

**(54) 3454-1417(54) 9925-1582**

**adubare**  
COMPOSTOS ORGÂNICOS

RS 355, Km 10 • Linha Marquês do Herval | Distrito de São Valentim • Veranópolis

# Em dois anos 1,2 mil novos agrotóxicos foram liberados no Brasil

A cada dois dias são permitidos 3 novos venenos, consolidando país como recordista mundial

Que o Brasil é o líder mundial no consumo de agrotóxicos, com 7,3 litros por ano para cada um dos habitantes todos já sabem. Mas o que nem todos têm percebido é que o número de veneno no prato dos brasileiros têm aumentado consideravelmente nos últimos três anos. Enquanto em 2015 foram aprovados 139 agrotóxicos no país, em 2018, esse número mais que triplicou, saltando para 450. Já em 2019, o Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento (Mapa), sob o comando de Tereza Cristina, aprovou o uso de 121 produtos elaborados com agrotóxicos nos dois primeiros dois meses do governo Bolsonaro.

Dos 2.184 produtos consolidados no país, 715 são classificados como extremamente tóxicos e 309 como altamente tóxicos. São esses os produtos que mais podem causar consequências graves à saúde de trabalhadores rurais e também adoecer a população consumidora de alimentos contaminados, incluindo quem mora até 30 quilômetros da área pulverizada. Em resumo todos estamos bem ferrados.

O contato com os agroquímicos – inclusive os de menor nível de toxicidade – pode causar desde intoxicação aguda, com fraqueza, vômitos, tontura e convulsões, até intoxicação crônica: alterações cromossômicas, alergias, doença de Parkinson, má formação fetal e câncer, tudo em curto, médio ou longo prazo.

**58% do que consumimos está contaminado**

Entre 2013 e 2015, o Programa de Análise de Resíduos de Alimentos (Para) da Anvisa, analisou 12.051 amostras de 25 alimentos de origem vegetal e constatou que mais da metade (58%) continha resíduos de agrotóxicos, em quantidade menor, igual ou maior que o limite estabelecido. Perigosamente, destes, 16,6% possuíam venenos não autorizados para a cultura analisada.

De acordo com a Fundação Oswaldo Cruz (Fiocruz), foram registrados 4 mil casos de intoxicação por agrotóxicos no país em 2017, quase o dobro de registros em relação à uma década atrás, fora a enormidade que não é registrada. Em 2018, 154 pessoas morreram por conta do contato com o veneno. Os casos de intoxicação registrados correspondem a uma parcela pequena do número real, já que muitos não são levados ao sistema de saúde. Além do mais, muitas vezes são desenvolvidas doenças crônicas que raramente são associadas ao agrotóxico pelo intoxicado.

A legislação atual proíbe o registro das substâncias que possuem uma equivalente com a toxicidade menor, mas as empresas acabam burlando isso incluindo ou excluindo culturas, de modo que pareça que a substância é necessária. Com os produtos aprovados esse ano das classes um e dois (extremamente tóxicos e altamente tóxicos), a expectativa é que o número de intoxicações aumente.

30%

Ainda em 2018, foi aprovada pela Comissão Especial da Câmara dos Deputados, às escuras, a PL 6299/2002, co-

nhecida popularmente como Pacote do Veneno, que pretende trazer mudanças na regulamentação de agrotóxicos no país. A PL transfere o poder de registro de agrotóxicos da Anvisa e do Ibama exclusivamente para o Mapa, e muda o nome para “fitossanitários”, mas ainda aguarda a votação no Plenário.

O avanço do uso de agrotóxicos no Brasil segue um movimento contrário ao do mundo, que vem reavaliando e proibindo muitas substâncias. No país, a quantidade permitida de agrotóxico na água é 5 mil vezes maior que a europeia, e 30% dos agrotó-

xicos usados aqui tem o uso proibido por lá. Um exemplo disso é o paraquate, oitavo agrotóxico mais vendido no Brasil e proibido no território europeu desde 2007. De acordo com o Centro de Controle de Intoxicações em Marselha, na França, o químico está associado à envenenamentos graves e fatais.

Segundo estudo do instituto francês, ele tem ligação com tentativas de suicídio por ingestão proposital, mas o agrotóxico pode também ter levado ao quadro suicida, já que a exposição à ele pode causar depressão no sistema nervoso central.

## Recorde histórico



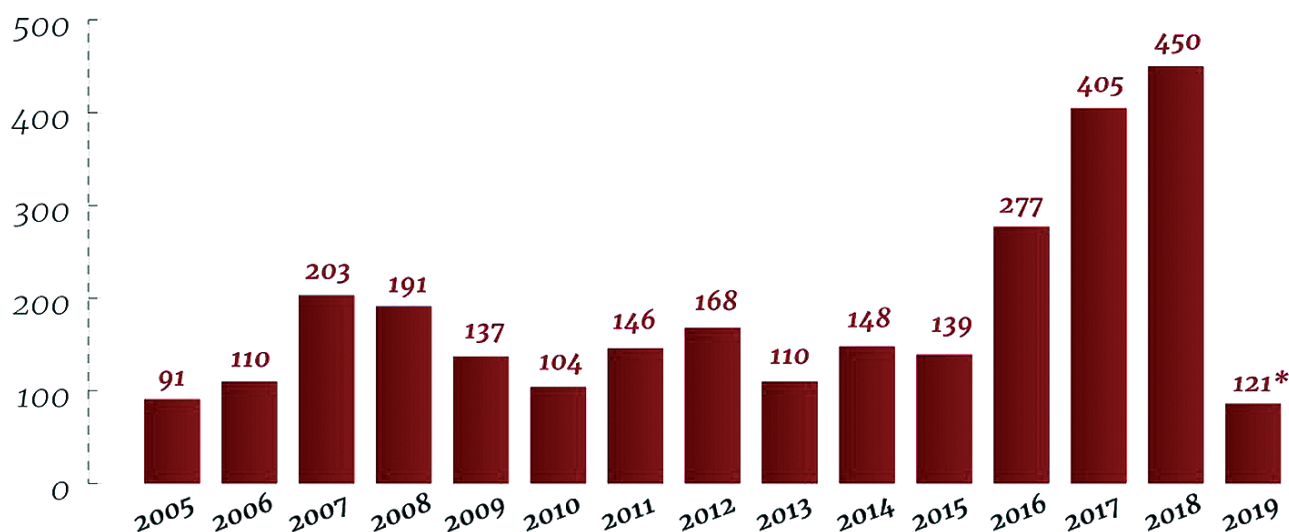
**450**

**Novos agrotóxicos registrados no Brasil em 2018**

**Apenas 52**

**São de baixa toxicidade**

## O aumento do número de agrotóxicos no Brasil



\*Apenas nos dois primeiros meses do governo de Jair Bolsonaro

# São Pedro perde 30% da safra de caquis com ganizo

Dos estimados 375 mil quilos de produção da fruta, o granizo provocou perdas em quase 130 mil quilos

O engenheiro agrônomo e técnico da Emater Alexandre Frozza esteve na manhã desta segunda-feira levantando dados dos prejuízos causados pela chuva de granizo que ocorreu na tarde de domingo (15).

Segundo o engenheiro agrônomo, o prejuízo só não foi maior porque 30% da safra de caquis já foram colhidas. Dos 25 hectares de plantio do município, 99%

concentra-se no distrito de São Pedro, que faz divisa com o município de Farroupilha, um dos mais atingidos pela chuva de granizo deste domingo.

Conforme o técnico da Emater, ainda é cedo para avaliar as perdas em outras culturas como as frutas de caroço e uva, que já tiveram colheitas encerradas. Somente com exame mais minucioso, nos próximos dias

será possível mensurar a extensão dos danos nas plantas.

Já as 15 famílias que trabalham, numa área total de 2 hectares plantados, com verduras e temperos no sistema de plasticultura, tiveram danos e nas estufas. Segundo Frozza, apesar dos danos em 100% das estufas, apenas uma foi derrubada, as outras tiveram rasgos em lonas plásticas, mas sem grandes danos à produção.



## Família Agusti perde 100% e Benvenuti 50% da produção

André Agusti agricultor da linha Palmeiro, no distrito de São Pedro teve 100% da sua produção de caquis dizimada pela chuva de granizo que aconteceu na tarde de sábado (13).

Dos quatro hectares de produção das variedades Kioto e Fuiú, André, juntamente com seu irmão Wilian e o pai Antônio pretendiam colher 90 toneladas do fruto.

Desolado o agricultor, reclama que por não ter subsídio do governo, o seguro fica inviável. “Nós até fizemos

seguro por dois anos, mas a franquia é de 20%, e só cobre quando o fruto é perdido. Como o caqui é um fruto de ciclo longo, se acontece granizo em novembro, como já aconteceu, e atinge o broto, o seguro não cobre”, revela André.

“Para fazer seguro no nosso pomar de caquis, preci-

saria um investimento de R\$ 20 mil, mas como já fizemos em anos anteriores e por duas oportunidades nos foi negado por causa da perda por granizo em época de florescência”, destaca o agricultor.

**50% de perdas na família Benvenuti**

Já os vizinhos da família Agusti, os Benvenuti tiveram perdas de 50% da produção de caquis com a passagem da chuva de granizo por sua propriedade.

Com 14 hectares plantados e com previsão de colher 320 mil quilos nesta safra, Paulo César, juntamente com

os irmãos Rodrigo e Renato, só tinham colhido 45 mil quilos de caquis.

A câmara fria, com capacidade para estocar 200 mil quilos do fruto que os irmãos comercializavam prioritariamente para o mercado do estado de Santa Catarina, está vazio.



André Agusti (a direita), revela que entre o investimento e o que deixara de ganhar, o prejuízo chega a R\$ 200 mil



Na propriedade da família Benvenuti, os granizos causaram a perda de 50% da produção





## A árvore de Páscoa, uma linda tradição nórdica

Entre as tradições mais seculares da tradição do norte da Europa, a árvore de Páscoa é uma das decorações mais originais para o festival da primavera. Apesar de ter nascido da antiga tradição alemã, a árvore de Páscoa já há alguns anos também entra nas vitrines das grandes lojas de outros países ocidentais.

Aqui estão suas origens, seu significado e por que você deve ter uma em sua casa também!

Nascida da tradição alemã, a árvore pascal também é chamada de “árvore da vida”, porque representa a ressurreição de Jesus e o renasci-

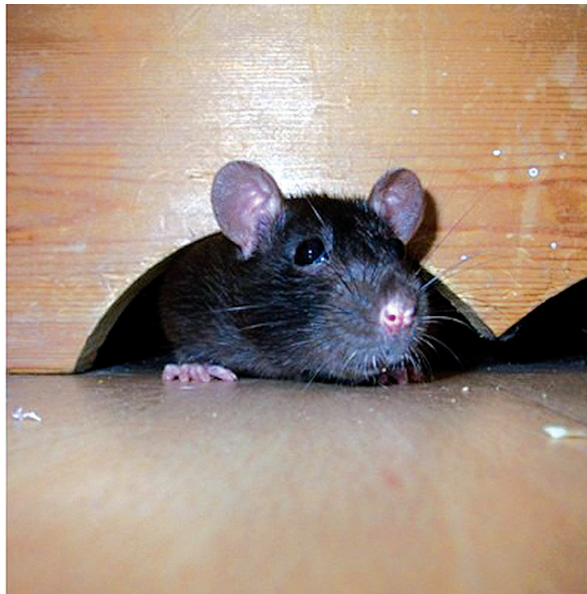
mento do homem; respeito ao simbolismo puramente pagão das decorações de Natal, a tradição do norte da Europa da árvore de Páscoa tem um valor muito religioso.

E é precisamente a Bíblia que revela seu uso pela primeira vez em uma passagem significativa do Gênesis: “O Senhor Deus fez a árvore da vida brotar no meio do jardim”.

Se você seguir a tradição teutônica ao pé da letra, a perfeita árvore de Páscoa é composta de galhos de cerejeira, pessegueiro ou alperce, aos quais podem ser adicionados como decoração alguns



## Como deixar os ratos longe da sua casa sem usar perigosos produtos químicos



Existem muitos remédios no mercado, mais ou menos cruéis, para eliminá-los, mas desaconselhamos usá-los por períodos prolongados. Um veneno deixado na garagem e depois esquecido, pode se tornar um sério risco para animais de estimação ou crianças!

Aqui estão alguns métodos menos drásticos, e certamente menos arriscados, para manter esses roedores longe de sua casa e da sua garagem.

Todos esses remédios contra os ratos devem ser mudados a cada duas semanas mais ou menos!

Limpeza total do meio ambiente. Os ratos são muito habilidosos para aproveitar qualquer esquecimento ou negligência, e eles sabem imediatamente se um ambiente é raramente visitado. Como eles reconhecem isso? Obviamente do cheiro! A primeira coisa a fazer para man-

tê-los longe é limpar completamente o ambiente com detergentes perfumados: eles vão entender imediatamente que há outros moradores além deles... e que devem se preparar para ir embora.

Algodão embebido em óleo essencial de hortelã-pimenta. Os ratos odeiam o odor pungente do alho, da pimenta e da hortelã-pimenta e tendem a ficar longe de objetos que o emanam. Obviamente, usar os dois primeiros não parece uma boa idéia, mas o terceiro é uma excelente solução (quem iria querer uma casa que cheira a alho?): mergulhe bolas de algodão no óleo essencial de hortelã-pimenta e coloque-os nos cantos, sob os móveis e em todos os lugares escondidos. Eles vão manter os ratos longe e espalhar um excelente perfume!

Sabonete com cheiro forte. Tal como acontece com as

bolas de algodão, você pode confiar nos sabonetes para desencorajar os convidados indesejados. Coloque algumas barras de sabonetes, ou partes delas, nos parapeitos das janelas ou perto das portas. Lembre-se de escolher apenas odores forte: se você se deparar com um sabonete de menta com um cheiro forte a ponto de ser quase insuportável, você terá encontrado aquele certo!

Lencinhos para a secadora. Este produto, normalmente usado para perfumar roupas durante a secagem e remover a eletrostática, tem um cheiro muito forte. Se você suspeitar que algum rato pode entrar, coloque folhas nas fendas, buracos ou qualquer outra abertura. No entanto, lembre-se de substituí-los a cada duas semanas, pois eles perdem o odor e rapidamente se tornam ineficazes.

galhos de ramos de oliveira (a serem adquiridos, segundo a tradição cristã, na ocasião do Domingo de Ramos) e várias decorações inspiradas na

primavera: pardais, pombos, robins, joaninhas, ovos coloridos e rosetas estão entre as decorações mais comuns para colocar na árvore de Páscoa.

## Açafrão e mel: um dos antibióticos naturais mais gostosos

Açafrão. Tem propriedades anti-sépticas, antibacterianas, anti-fúngicas, anti-inflamatórias e antioxidantes. Excelente não só para dar sabor aos alimentos mas como um verdadeiro suplemento mineral e vitamínico.

Mel. Pode funcionar tanto como um tratamento tópico, que é aplicado localmente ou tomado por via oral. Um estudo publicado no Jornal Europeu de Microbiologia Clínica e Doenças Infecciosas mostrou que este alimento conseguiu destruir vários patógenos e bactérias em que

foi usado. Suas características e qualidades nutricionais o tornam útil contra: diabetes, hipertensão, gripe e sintomas de resfriado, doenças cardiovasculares, inflamações e queimaduras, doenças respiratórias, distúrbios digestivos, ansiedade e depressão.

A combinação de mel e açafrão dá origem a um “antibiótico natural” extremamente poderoso, amplamente utilizado na medicina ayurvédica e conhecido como Mel Dourado. Entre as possíveis aplicações, está o uso desses produtos como cremes antibióticos em feridas leves.





## Delicioso creme de limão feito em casa, em menos de um minuto

O creme de limão caseiro é certamente uma daquelas receitas que você deve ter em seu livro de receitas: é fácil e rápido de preparar e é delicioso!

### Ingredientes

- 5 ovos
- 120 g de açúcar
- 120 g de manteiga
- 15 g de amido de milho
- suco de 3 limões
- a casca de um limão ralado

### Modo de preparo

Em uma panela, adicione os ovos, o açúcar e o amido de

milho: misture os ingredientes com a batedeira.

Adicione a casca, o suco de 2 limões e misture.

Acenda a chama e faça o creme ficar mais denso. Depois de apagar a chama, adicione a manteiga, o resto do suco e misture rapidamente. Coloque o creme em vasinhos, deixe esfriar e depois coloque no congelador por ao menos 2 horas

O creme de limão está pronto! Deve ser consumido frio, como uma nota doce refrescante, ma você também pode apreciá-lo à temperatura ambiente.

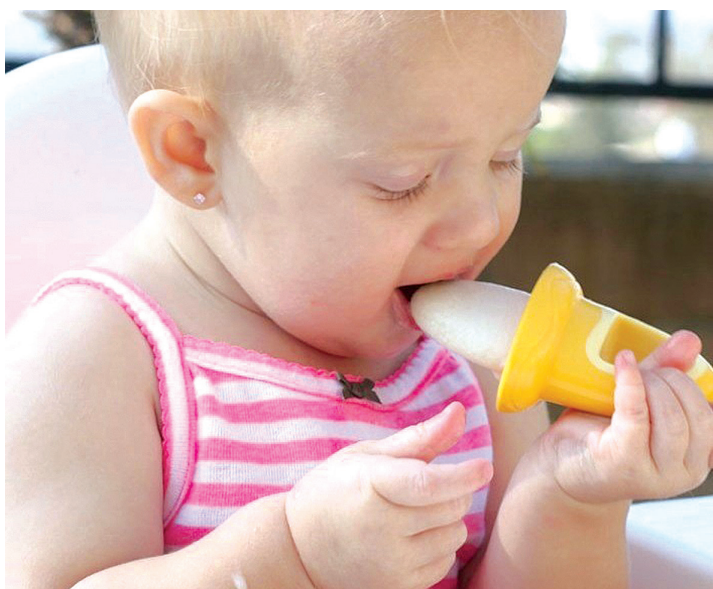


## Sorvete de leite materno: o melhor remédio para acalmar as dores na gengiva quando os dentinhos do bebê estão nascendo

Sabe-se também que toda criança tem que enfrentar desconforto durante o período de dentição: então aqui está a ideia de uma mãe para resolver o problema, explorando os benefícios do leite materno. Os remédios para acalmar o choro, irritabilidade e dificuldade em adormecer são geralmente massagens localizadas, gelo, remédios leves e brinquedos para morder ou chupar.

Assim, combinar as propriedades calmantes do

frio com a capacidade nutricional do leite materno, um elemento saudável e absolutamente digerível. Na prática, tudo o que precisa ser feito é armazenar o leite extraído em formas de sorvete devidamente lavadas e esterilizadas. Aguarde que o conteúdo se solidifique e depois permita que o bebê coma, ele certamente irá apreciar o sabor e experimentar menos dor, graças ao frio aplicado diretamente.



## Pão feito em casa: receita em só dois minutos!

Veja como preparar um bom pão feito em casa: a receita em só dois minutos!



Que enorme satisfação sentimos quando, no conforto de nossas casas, podemos preparar a comida com nossas próprias mãos, sem comprá-las no supermercado ou na pequena mercearia da nossa cidade. E o pão, a comida indispensável que comemos todos os dias, é ainda melhor e fragrante se preparado por nós mesmos.

Aqui estão os ingredientes necessários que você absolutamente deve ter em casa para preparar o pão fresco: 310 gramas de farinha

- 175 gramas de água à temperatura ambiente
- 20 gramas de azeite extra-virgem
- 15 gramas de levedura de cerveja
- 8 gramas de sal

### Modo de preparo

Em uma tigela grande, coloque a farinha e faça um buraco no centro onde inserir a levedura

Adicione o azeite e a água e comece a misturar, depois adicione sal e amasse bem durante cerca de 10 minutos

Amasse bem até formar uma bola

Coloque a bola em um recipiente com tampa e espere cerca de uma hora e meia, embora muito dependa da temperatura ambiente

Com a ajuda de uma faca, faça furos na superfície da massa e polvilhe com um pouco mais de óleo e farinha

Asse a 220 graus por cerca de 30 minutos

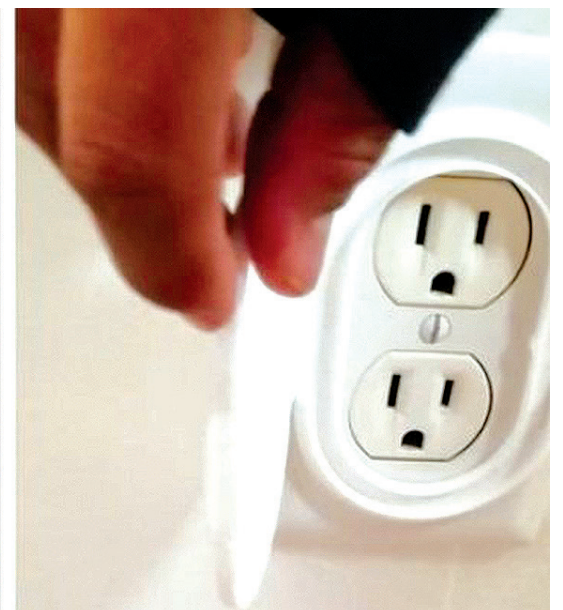
Et voilà, o nosso pão caseiro está pronto para ser finalmente colocado na mesa!

## Mamãe super criativa

Um dos acessórios em nossas casas, que nunca deixa de atrair a atenção das crianças, é a tomada elétrica. Por alguma razão, esses buracos na parede são um apelo irresistível, e os bebês não hesitam em tentar colocar seus dedos minúsculos ou seus brinquedos

na tomada. Existem capas disponíveis comercialmente que se aplicam, mas elas não as ocultam completamente. Mas existe em casa um método criativo de reciclagem para manter esses buracos perigosos longe do alcance e da vista das crianças.

Tudo o que você precisa fazer é remover a tampa de plástico dos lenços umedecidos e colar em torno da tomada. A porta prática pode ser aberta para conectar os aparelhos, mas uma vez fechada, ela se tornará uma proteção preciosa.





## Sugestões de cardápio para a Páscoa

Ainda não pensou no cardápio do almoço de Páscoa? Calma, ainda há tempo! Seleccionamos algumas opções de entrada, prato principal e sobremesa para você fazer bonito com seus convidados e receber muitos elogios.

### Entrada

Aprenda como fazer em casa os tradicionais bolinhos de bacalhau, que levam um pouco de batata e são fritos no azeite.

Não tem jeito, o bom bolinho de bacalhau tem mais bacalhau do que batata. É temperado com sal, pimenta, salsinha e uma pitada de noz-moscada. E é frito no azeite.

Mas não se deixe intimidar, é fácil de fazer em casa.

Para desfiar, prefira bacalhaus do tipo Saithe, Zarbo ou o do Pacífico. Esta receita é do restaurante Quinta de Santa Maria, em São Paulo. Uma ótima pedida para a Páscoa.

### Preparo

Desfie o bacalhau.

Em uma tigela, misture bem os ingredientes, até obter uma massa encorpada.

Com uma colher (sopa), retire porções da massa e molde-as na mão. Frite os bolinhos, aos poucos, no azeite quente e deixe escorrer sobre papel absorvente.

### Prato principal

O salmão é uma ótima pedida para o almoço de páscoa. Confira essa deliciosa receita de salmão com crosta de castanhas de preparo fácil e sabor impressionante.

Salmão é um peixe delicioso, que nos permite criatividade nas formas de preparo, mas sempre é um peixe prático de se fazer.

As castanhas misturadas às ervas conferem um crocância deliciosa e um sabor muito especial, experimente essa receita que impressiona no seu resultado.

### Ingredientes

6 filés de salmão (200g aprox.)  
120g de castanha do Pará  
2 colheres (sopa) de manjeriçã  
1 dente de alho picado  
1 colher (sopa) de farinha de trigo  
1 colher (sopa) de manteiga  
Azeite de oliva  
Sal e pimenta  
Suco de limão

### Modo de fazer

Em um processador coloque as castanhas, o manjeriçã, o alho, a farinha, a manteiga e sal.

Triture todos os ingredientes, a castanha deve ficar



com pequenos pedaços, então não bata excessivamente.

Temperes os filés com suco de limão, sal, pimenta e um fio de azeite de oliva.

Cubra os filés com as castanhas e leve para assar em forno aquecido a 200C, por aproximadamente 25 minutos.

### Sobremesa

Aprenda como elaborar essa receita simples de colomba pascal trufada. A dica abaixo rende aproximadamente 6 porções.

### Ingredientes

300 gramas de cobertura de chocolate meio amargo picada  
1 colomba pascal (com cerca de 750 g)  
50 gramas de cobertura de chocolate branco picada  
1 xícara de (chá) (150 g) de nozes picadas  
1 lata de creme de leite

### Modo de preparo

Derreta a cobertura de chocolate meio amargo

com o creme de leite no microondas em potência média por 2 minutos, mexendo na metade do tempo. Misture ½ xícara de (chá) de nozes e reserve.

Retire a fôrma de papel da colomba e corte esta em três camadas. Coloque a base da colomba (primeira camada) na travessa em que será servida e cubra com 1/3 da ganache. Repita esse processo mais uma vez e finalize com a última camada de colomba. Espalhe a ganache restante nas laterais da colomba, formando uma fina camada e coloque por cima as nozes restantes. Leve à geladeira por 30 minutos a fim de que o recheio fique levemente firme. Derreta a cobertura de chocolate branco em banho-maria ou microondas (potência média por cerca de 1 minuto). Mexa bem até que todo o chocolate tenha derretido, coloque em um cone de papel-manteiga e faça riscos sobre a superfície da colomba. Deixe em geladeira até o momento de servir.



## Plum cake de laranja de forno de microondas em cinco minutos

### Ingredientes

Para um molde de 24 x 10 cm e 7 cm de altura:  
100 g de farinha  
100 g de açúcar  
100 g de manteiga  
30 g de farinha de amêndoa  
3 ovos grandes  
5 g de fermento em pó  
uma pitada de sal  
a casca de uma laranja

### Para o xarope

suco de duas laranjas (não inferior a 200 ml)  
a casca de uma laranja  
50 g de açúcar

### Modo de preparo

Comece ralando a casca da laranja: uma parte vai servir para o doce e a outra para o xarope.

Esprema a laranja e filtre o suco.

Em uma tigela misture os ovos, uma pitada de sal e o açúcar.

Quando você tiver obtido um creme, adicione a manteiga derretida, metade da casca de laranja e a farinha de amêndoas.

Misture o fermento com a farinha e adicione ao resto dos ingredientes, misturando com uma batedeira

Unte a forma para forno de microondas e coloque a massa dentro: nivele com uma colher a superfície. Coloque no microondas na máxima potência por 5 minutos.

No meio tempo prepare o xarope: leve para o fogo o suco com o açúcar e as cascas de laranja, e desligue o fogo quando entrar em ebulição.

Deixe o bolo esfriar um pouco, teste com o palito para verificar o cozimento e, em seguida, com o mesmo palito, faça furos para permitir que o xarope penetre na massa. Despeje todo o líquido sobre o bolo.

Deixe esfriar antes de remover o bolo da forma.



## Economize para limpar o banco do carro

Limpar o banco em tecido não é tão simples. Mas se você usa este método não terá problemas: coloque em uma garrafinha spray o vi-

nagre, bicarbonato, suco de limão, detergente e misture tudo.

Aplique nas manchas e limpe com uma escovinha.

