

sabor saudável

Edição nº 11 - Abril e Maio/2014

Ceraflame
cookware

LINHA DUO⁺

A novidade que surpreendeu
o mundo!

Foto: Estúdio Gastronômico, Luna Garcia
Receita: Chef Paulo Machado



Mondoceram passa a atender
bares, hotéis e restaurantes!

Available on the
App Store



EDITORIAL

Começar mais uma edição da nossa revista com grandes novidades para contar aos queridos leitores é muito bom, tem um sabor saudável ainda mais especial. Como todos vocês sabem, a Ceraflame marcou presença na 28ª ABUP SHOW, uma das maiores e mais importantes feiras de presentes e utilidades para o lar de todo o país. O evento aconteceu entre os dias 07 e 10 de março, na Bienal do Ibirapuera, em São Paulo. No nosso stand, que recebeu a presença de milhares de lojistas de todo o Brasil, a grande estrela foi a Linha Duo+, um super lançamento da Ceraflame que você vai conhecer melhor nas próximas páginas. Prepare-se: você vai se surpreender! Além disso, outros destaques da feira foram as Linhas Lata e Pé de Lata, apresentadas pela MondoCeram, além da linha de cerâmicas alto relevo licenciada pela FIFA para a Copa do Mundo. São muitas novidades, produtos inovadores, funcionais e de mais alta qualidade para você e sua casa. Além disso, você confere nesta edição uma deliciosa receita de Bavette com Camarão, Abobrinha e Bacon, preparada com exclusividade pela Chef Julie Vasconcelos, uma entrevista brilhante com o Chef do Programa Estrelas, Fred Tibau, dicas de saúde, decoração, turismo e muito mais. A revista está imperdível para você e toda sua família! Boa leitura.

EXPEDIENTE:

Empresa: Certa Cerâmica

Departamento de Marketing: Kilian Schroeder e Juliana Kursancew

Empresa Responsável: Pontuale Comunicação & Marketing

Jornalista Responsável: Caroline Augusta de Andrade Michel (DRT PR 8676)

Projeto Gráfico: Fabiane Salomon

Fale conosco: sacc@certaceramica.com.br

ÍNDICE

- 04** NOSSA EMPRESA
Lançamentos
- 07** GASTROMANIA
Bavette com camarão, abobrinha e bacon
- 08** CONVERSANDO COM
Chef Fred Tibau
- 10** ESPAÇO DO PARCEIRO
Estúdio Gastronômico Luna Garcia
- 12** VOCÊ SABIA?
Gripes e resfriados: saiba a diferença e confira dicas para a prevenção
- 14** COLUNA DA CHEF
Paula Labaki
- 17** NOVIDADES SÓ PARA VOCÊ
- 18** CLIENTE DESTAQUE
Nossa Casa
- 20** MANIA DE BRASIL
10 lugares que você precisa conhecer no Brasil antes de morrer
- 24** SAÚDE
Ansiedade é uma das doenças mais frequentes no ambiente corporativo
- 26** SUA CASA EM HARMONIA
Jardins de Inverno
- 29** COLUNA DO CHEF
Paulo Hruschka

NOSSA EMPRESA

LANÇAMENTOS!



Duo+: Preparar e servir refeições, levar ao forno e micro-ondas com tampa, tirar do forno e colocar direto na mesa, armazenar na geladeira, reaquecer no micro-ondas e lavar na máquina de louças. Tudo isso pode ser feito na nova linha de cerâmicas Duo+, formada por caçarolas e frigideiras em diversos tamanhos e quatro cores: preto, chocolate, pomodoro e alecrim. As peças contam com tampas de cerâmica, que tornam o produto ainda mais versátil na cozinha, podendo inclusive ser levado ao forno com tampa. A Duo+ veio para revolucionar o seu dia a dia na cozinha!



Chaleira e Bule Linha Terrine: Mais uma vez a Ceraflame inovou para surpreender. Além dos consumidores, quem saiu ganhando foi a Linha Terrine, que agora tem dois novos integrantes. Um dos lançamentos é a chaleira, com capacidade para 1500ml e o outro é o bule, com capacidade para 1000ml. O grande diferencial é que os produtos podem ser utilizados sobre o réchaud, levando às mesas ainda mais sofisticação. Por serem fabricados em cerâmica, aquecem rapidamente e reduzem em até 30% o tempo de fervura. As peças podem ser adquiridas em quatro cores e garantem ainda mais versatilidade, charme e requinte para a cozinha dos mais exigentes consumidores.



Assadeiras com Tampa Linha Terrine: Para deixar os momentos de refeição ainda mais especiais e completos, a Ceraflame acaba de lançar mais dois tamanhos de assadeiras, que vão facilitar e deixar o preparo dos alimentos ainda mais especial: assadeira média com tampa 20x29,5cm e capacidade para até 3 litros e assadeira quadrada grande com tampa, com capacidade para até 4 litros e 25x33,5cm. Ideal para preparar carnes ou massas, as assadeiras serão grandes companheiras dos consumidores para preparar e servir deliciosas receitas.

Linha Pé de Lata: Para a nova linha "Pé de Lata", a MondoCeram desenvolveu quatro decorações exclusivas, com a releitura de embalagens antigas! Além das canecas - 220, 250, 320 e 350ml - nas quatro decorações disponíveis, a MondoCeram também lançou dois formatos de cafezinho espresso com capacidade de 70ml, pires em forma de lacre, potes com tampa hermética de 700, 900 e 1300ml e porta utensílios de 1300ml. É uma excelente opção para decorar a sua cozinha de maneira criativa e funcional.



Linha Lata: A "Linha Lata", da MondoCeram Gourmet, formada por produtos nas cores branca, amarela, laranja, vermelha e roxa, tem como principal característica a superfície lisa, com apenas uma só cor e sem decorações. A linha é composta por xícaras de cafezinho espresso de 70ml em duas opções de formatos, pires em forma de lacre, canecas de 220, 250, 320 e 350ml em duas opções de formatos, potes com tampa hermética de 700, 900 e 1300ml e porta utensílios de 1300ml. Sua cozinha merece ser equipada com estes lindos produtos.



Linha Buffet GN: A MondoCeram também está atendendo o segmento de hotéis, bares e restaurantes com a nova Linha Buffet, criada com base no padrão internacional GN, um sistema de medidas que padroniza o tamanho dos objetos da cozinha. As peças são ideais para buffet, pois preservam a temperatura dos alimentos e valorizam o espaço em bancadas quentes e frias. As cores e a matéria prima atóxica, são os grandes diferenciais da linha, que possui seis opções de tamanhos. Além do branco, a empresa está fabricando cubas nas cores roxo, vermelho, amarelo e laranja, oferecendo ao mercado opções diferenciadas e criativas para montagens de buffet.



Linha FIFA para Copa do Mundo: A Copa do Mundo da FIFA Brasil 2014™ está chegando. Turistas de todos os cantos do mundo, virão para assistir os jogos, conhecer os pontos turísticos do país e também para comprar os tradicionais souvenirs personalizados da Copa, que mostram através de cores e formas a cultura e a brasilidade do nosso povo. A MondoCeram apresenta a linha oficial de canecos e canecas com relevo licenciados pela FIFA. Com sete opções de canecas 350ml, sete opções de canecos 550ml e três opções de caneco ouro 400ml, a linha vai surpreender com a decoração, que traz estampada em produtos 100% brasileiros elementos como o troféu da Copa do Mundo da FIFA™, o Mascote Fuleco e as cores que representam a alegria do povo brasileiro.





MANTEIGAS PREMIUM GRAN MESTRI

Consumir as manteigas Gran Mestri é o mesmo que fazer uma viagem pela alta gastronomia, ela foi desenvolvida especialmente para os apreciadores da boa manteiga, pelas mãos dos mestres italianos. A matéria prima é procedente de vacas selecionadas dentro dos mais rigorosos padrões de higiene e controle sanitários, onde o bem estar animal está sempre presente. Geramos sustentabilidade através da alimentação a base de pasto. A manteiga Gran Mestri é produzida nos mais altos padrões de qualidade, atendendo os requisitos de normas e padrões internacionais. Nossas embalagens com design diferenciado transmitem o alto padrão. É a primeira manteiga em lata do Brasil com abre fácil.



**PRIMEIRA
MANTEIGA
EM LATA DO
BRASIL COM
ABRE FÁCIL**



Você sabia que:

- A manteiga confere um sabor especial e característico aos pratos onde é utilizada;
- Produzida com creme de leite fresco e fermentos, a manteiga dispensa o uso de conservantes.



O mais nobre dos queijos.

www.granmestri.com.br

GASTROMANIA

Bavette com Camarão, Abobrinha e Bacon

POR Chef Julie Christy

Ingredientes:

1 embalagem de massa tipo "Bavette" cozida em água e sal (500g);
1 kg de camarão limpo;
100 g de bacon fatiado, cortado em tirinhas;
1 abobrinha italiana cortada em bastonetes (sem o miolo);
2 colheres (sopa) de cebola em cubinho;
1 dente de alho, espremido ou bem picadinho;
2 tomates maduros, sem pele e sem sementes, picadinhos em cubinhos;
1/3 de um pimentão vermelho, picadinho em cubinhos;
2 colheres (sopa) de manteiga;
Azeite de oliva;
Sal;
Pimenta do reino;
Salsinha picadinha.



Foto: divulgação

Modo de preparo: Aqueça a caçarola buffet da Ceraflame, coloque um fio de azeite e uma colher de manteiga. Quando a manteiga derreter diminua o fogo e coloque as abobrinhas. Tempere-as com sal e pimenta. Quando as abobrinhas estiverem al dente retire-as da caçarola e reserve. Agora, na caçarola que preparou a abobrinha, coloque mais um fiozinho de azeite e refogue a cebola juntamente com o alho e o bacon. Retire e reserve. Ainda na mesma caçarola junte o restante da manteiga e mais um fio de azeite. Aumente o fogo. Quando a manteiga derreter adicione os camarões limpos, tempere com sal e pimenta do reino. Mexa devagar e aos poucos, vire os camarões para que dourem dos dois lados. Como o fogo está alto e tem manteiga, essa etapa é rápida. Com uns 5 minutinhos os camarões estarão cozidos. Diminua o fogo, junte aos camarões a abobrinha e o refogadinho de bacon. Mexa por um minuto, se estiver muito seco acrescentar mais um fio de azeite e ou um pouco de manteiga. Desligar o fogo, juntar os tomates e o pimentão picado. Agregar a massa e finalizar com a salsinha picadinha.

CONVERSANDO COM

Chef Fred Tibau



Nossa entrevista dessa edição é nada mais nada menos do que com um Chef Estrela, sabem por quê? Porque é ele quem comanda a cozinha do Programa Estrelas, apresentado pela Angélica e exibido pela Rede Globo aos sábados. Isso mesmo! Conversamos



com o Chef Fred Tibau e ele nos contou sobre a carreira, sobre a paixão pela gastronomia, falou como foi parar na TV e muitas outras curiosidades que você vai saber a partir de agora. Fred nasceu no Rio de Janeiro, tem 31 anos, e é formado em Gastronomia e Culinária pela Universidade Estácio de Sá. Há 11 anos está neste mercado que cada vez mais encanta e conquista os brasileiros. E, em primeira mão, anunciamos para vocês leitores que muito em breve os produtos Ceraflame também vão estrelar no Estrelas. Fiquem de olho!

Quando começou a trabalhar com gastronomia?

Meu primeiro contato com a gastronomia foi no restaurante Garcia e Rodrigues, no qual eu tive meu primeiro emprego como garçom. Nessa época estava cursando comunicação, mas não estava empregado. Eu trabalhava para juntar grana e morar fora do país. Depois de quase um ano resolvi trancar a faculdade e ingressei no curso de gastronomia que, naquela época, ainda estava começando e era tudo muito incerto. Apaixonei-me de cara com toda aquela riqueza de produtos, versatilidade de ingredientes, procedimentos e cortes. Desde então já tive a certeza de que era isso que eu queria para minha vida e que teria que adiar a ida para outro país. Durante o curso fiz

alguns estágios, assinei junto com um amigo o cardápio de pizzas do restaurante Guimas na Gávea, entre outros. Quando me formei chegou a hora de viajar para adquirir mais experiência. Morei durante dois anos na Austrália que é, além de um país lindo, muito rico de influências culinárias, um país cheio de oportunidades e que recebe muitos imigrantes do mundo todo, principalmente da Ásia. Com isso me identifiquei bastante com a culinária Tailandesa, país que visitei em 2008 para aprender mais sobre costumes e ingredientes. Após esses dois anos entrei em contato com um amigo que morava em Portugal e ele me ofereceu um emprego no restaurante que ele trabalhava, então não tive dúvidas, fui a procura de novas experiências. Passei

um ano lá e sempre que dava viajava para outros países próximos para aprender mais e mais. Fui à França, Itália, Espanha, Inglaterra... tudo para explorar novos sabores.

Tem algum marco importante na sua carreira, algo realmente inesquecível?

Quando voltei ao Brasil entrei logo para o restaurante Gero Rio, mas fiquei pouco tempo pois fui participar do programa Super Chef. Lá conheci um amigo chef de cozinha que logo depois me indicou para trabalhar no programa Estrelas, da Rede Globo, do qual sou chef há mais de três anos. Além disso sou professor de culinária do Senac Rio e faço consultorias e eventos. No Estrelas é muito legal, pois tem sempre aquela adrenalina de gravação, tudo tem que estar impecável. Meu trabalho lá é dar suporte ao convidado e deixá-lo a vontade para que na hora do "gravando" esteja tudo certo. Acho que tudo isso é inesquecível e importante. Cada passo é uma vitória.

No seu ponto de vista,

qual o melhor chef de cozinha do mundo?

Não tenho um chef de cozinha que eu acho ser o melhor do mundo. Eu admiro quem consegue seguir na profissão, quem estuda os ingredientes para saber utilizá-los, que tenha disciplina e que ofereça qualidade para seus clientes. Essa não é uma profissão fácil, é preciso muita dedicação, comprometimento e respeito pelos ingredientes.

Que recado você daria para quem quer mergulhar no universo da gastronomia?

Quem está querendo entrar nesse ramo deve saber que as cargas horárias são puxadas, nem sempre os salários são compatíveis com o mercado e que para se atingir algum objetivo é necessário muito estudo. Por outro lado, a gastronomia é vasta, quem se forma pode trabalhar em diversas áreas como restaurantes, eventos, consultoria, hotéis, blogs, etc.

Qual sua culinária predileta?

Com o mundo globalizado não me arrisco a dizer que

tenho uma culinária específica que mais gosto. O que eu faço é cozinha contemporânea com infusão de ingredientes e sabores de vários países, mas tenho que admitir que tenho uma queda especial pela Tailândia, que tem muito de parecido com a nossa culinária como é o caso dos frutos do mar, leite de coco, ervas frescas e pimenta.

E a receita que mais gosta?

Minha receita predileta é de momento, mas o que me vem à cabeça é o risoto cozido na água de coco com um toque de leite de coco e salmão defumado feito em casa com pesto de rúcula.

Planos para o futuro?

Tenho planos a curto prazo de abrir um restaurante especializado em sanduíches com umas sobremesas exóticas. Além disso, agora que iniciamos essa parceria, desejo continuar ao lado da Ceraflame, que tem uma linha incrível para atender todas as necessidades dos exigentes consumidores com beleza, bom gosto e qualidade.

ESPAÇO DO PARCEIRO

Estúdio Gastronômico Luna Garcia



Meu nome é Luna Garcia, sou fotógrafa e empresária ligada ao ramo de gastronomia. Convidada pela Revista Ceraflame para escrever neste espaço, aqui estou e muito feliz. Nesse primeiro contato – afinal de contas a partir das próximas edições serei uma colunista fixa da Sabor Saudável - vou contar um pouco da minha carreira e de como o amor às artes me fez olhar para a gastronomia de forma diferente, ou seria o contrário?? Insatisfeita com o curso de direito, o início da minha carreira começou quando um querido tio e único fotógrafo da família, presenteou-me com uma câmera fotográfica. Paixão imediata. Abandonei então a carreira jurídica e me mudei para a Inglaterra para estudar nas frias terras britânicas. Cursei faculdade de fotografia em Cambridge, nos anos 90. Permaneci por 6 anos na Europa. Viajei muito de mochila nas costas, trabalhei em restaurantes e como todo estudante que mora longe de casa, aprendi a cozinhar. Paixão não tão imediata, no entanto. Em 2004 retornei ao Brasil e me deparei com a realidade de um mercado novo e desconhecido. O amor pela fotografia gourmet já tinha sido despertado quando das minhas andanças pelo mundo e a carência de pessoas especializadas no ramo solidificou a certeza de que encontrara minha profissão. Fiz, então, curso de Design Gráfico na Escola Panamericana de Artes e cursos de Food Styling nos EUA para possibilitar uma nova vertente na direção da minha arte. Por fim, iniciei minha própria empresa, especializada. O amadurecimento profissional e início da concretização do Estúdio Gastronômico aconteceu a partir de 2008, após muitos trabalhos editoriais e fotos para restaurantes e Chefs.



Foto: Estúdio Gastronômico

“O amor pela fotografia gourmet já tinha sido despertado quando das minhas andanças pelo mundo e a carência de pessoas especializadas no ramo solidificou a certeza de que encontrara minha profissão.”

Tive a honra de ser convidada, também, para dar aula na Escola Panamericana de Artes, onde já há 4 anos preparo fotógrafos especializados em gastronomia e food stylists. Atualmente, o Estúdio Gastronômico é referência no mercado e conta com uma equipe especializada, além de três estúdios para locação. Trabalhamos, ainda, no mercado publicitário, criamos livros de gastronomia para várias Editoras e produzimos fotos para exposições de arte e decoração de ambientes. O Estúdio Gastronômico é a concretização de um espaço onde consigo unir e trabalhar as duas artes da minha vida: a fotografia e a gastronomia. E é claro que os produtos Ceraflame fazem o maior sucesso nas nossas cozinhas.



Foto: Estúdio Gastronômico

“Trabalhamos, ainda, no mercado publicitário, criamos livros de gastronomia para várias Editoras e produzimos fotos para exposições de arte e decoração de ambientes.”



VOCÊ SABIA?

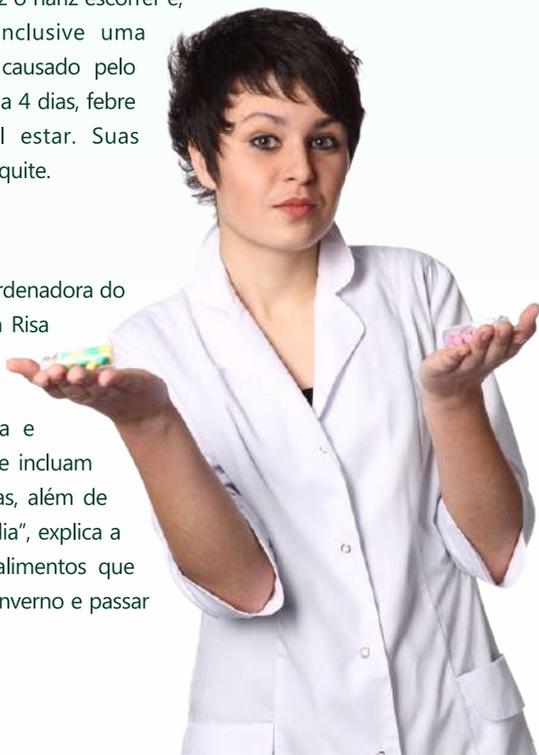
Gripes e resfriados: saiba a diferença e confira dicas para a prevenção

Dores no corpo, dor de garganta, nariz entupido, sonolência, falta de apetite e mal estar. Estes são alguns dos temidos sintomas das gripes e resfriados, que nessa época do ano afetam um grande número de pessoas. Antes de falar sobre a prevenção, vale lembrar que a principal diferença entre a gripe e o resfriado é a intensidade dos seus sintomas. Segundo o médico Francisco de Paula Leite Ferreira Neto, de modo geral, os sintomas da gripe são mais intensos e mais duradouros do que os sintomas de um resfriado. “Normalmente a gripe ocorre com mais frequência no inverno, pois ficamos mais tempo em ambientes fechados. Quando alguma pessoa de uma sala fechada está com gripe, por exemplo, o contágio para outra pessoa é muito fácil e rápido. A doença, na verdade, não está relacionada com o frio, mas sim com a qualidade do ar que respiramos”, explica Neto.

A gripe é causada pelo vírus influenza, dura de 7 a 10 dias, causa febre alta, tosse, muita dor muscular, dor de garganta, dores de cabeça, faz o nariz escorrer e, após complicações, pode desencadear inclusive uma pneumonia. Já o resfriado, por sua vez, é causado pelo Rhinovírus (ou outros semelhantes). Dura de 2 a 4 dias, febre baixa ou sem febre e sensação de mal estar. Suas complicações podem ser a otite, sinusite e bronquite.

Você sabe como evitar essas doenças?

Segundo a nutricionista Andressa Barbosa, coordenadora do Programa de Saúde Alimentar Viva Melhor da Risa Restaurantes Empresariais, uma das maneiras mais importantes e naturais para evitar é manter o sistema imunológico sempre alerta e saudável. “Indicamos a todos os pacientes que incluam nas refeições diárias frutas, legumes e verduras, além de ingerir bastante água, pelo menos 2 litros ao dia”, explica a nutricionista. A Sabor Saudável listou cinco alimentos que você deve passar a consumir para enfrentar o inverno e passar bem longe dessas doenças.



Lipton

**UM CHÁ COM QUALIDADE
INCOMPARÁVEL,
DO CULTIVO A XÍCARA.**

Leites Fermentados e Iogurtes Desnatados:

São fontes de boas bactérias, conhecidas como probióticos. Atuam como uma primeira barreira contra os micro-organismos causadores de doenças, além de estimular a resposta do sistema imunológico.

Aveia integral:

Contém beta-glucana, um tipo de fibra que apresenta atividade antimicrobiana e antioxidante. Essa substância também dá sensação de saciedade, reduz o colesterol, controla a diabetes e auxilia no bom funcionamento do intestino.

Alho:

Possui um componente ativo chamado alicina, que combate infecções e bactérias.

Peixes fontes de ômega 3:

Sardinha, salmão e atum são peixes ricos em ômega 3, um tipo de gordura saudável que ajuda a reduzir infecções respiratórias. Também tem efeito anti-inflamatório, contribuindo para o emagrecimento. A sugestão é comer um filé de 100g, três vezes por semana.

Chás verde e branco:

Eles são feitos a partir da planta *Camellia sinensis*. Ela contém uma substância capaz de fortalecer o sistema imunológico: o aminoácido L-teanina. Além disso, os chás dessa plantinha são termogênicos. Essas infusões aceleram o metabolismo, aumentam a queima calórica corporal e, com isso, contribuem também para o emagrecimento.

(Fonte: M de Mulher)



A marca de chá favorita das Américas

- Chás 100% naturais, sem aditivos, preservativos ou corantes.
- Produzido somente com as melhores folhas de chá.
- Ricos em flavonóides e antioxidantes.
- Puro sabor, quente ou gelado.

LATINEX
INTERNATIONAL

41 3022 7273 :: www.latinex.com.br
sac@latinex.com.br

COLUNA DA CHEF

Paula Labaki

Uma viagem a Lima



Já conhecia Lima – capital e maior cidade do Peru - da época do Evento Mistura, que acontece uma vez ao ano sempre no mês de setembro. Desta vez, resolvemos reunir um grupo de amigos cozinheiros da América do Sul para irmos juntos explorar um pouco mais da gastronomia de Lima, que é muito rica e surpreendente.

Nossa guia, amiga e também cozinheira Elena Izquierd foi muito feliz em tudo, a viagem foi um sucesso. Elena é filha de uma das maiores e mais renomadas cozinheiras Peruanas, Teresa Izquierdo (in memoriam). Ela ficou conhecida como a mãe da cozinha Criolla Peruana. Elena herdou o restaurante, que há muitos anos é considerado por oferecer a melhor comida Criolla de Lima, “El Rincon que no conoces”.

Pois bem, chegamos a Lima em um grupo de 3 chilenos, 3 brasileiras, 2 peruanos e assim começaram nossos maravilhosos dias. Lima tem uma gastronomia brilhante, Gaston Acui colocou Lima no mundo através de sua gastronomia, os restaurantes brotam em todas as partes, bem montados, alguns simples e minúsculos, porém com pratos de personalidade e competentemente executados.

Para esta coluna da Sabor Saudável, resolvi apresentar um dos pratos mais famosos da cozinha Criolla: o Aji de Gallina.

É uma receita cheia de sabores, um dos carros chefes do restaurante de Elena.

O Aji tão popular no Peru é elemento importante nesta preparação, que é simples e tenho certeza que todos os nossos leitores vão adorar.

Aji de Gallina

Ingredientes:

1 peito de frango;
1/3 xícara de pasta de aji amarelo;
1/3 xícara de pasta de aji Mirassol;
1 colher de pasta de aji especial panca;
1 cebola roxa brunoise;
2 xícaras de caldo de galinha;
16 fatias de pão de forma;
1 lata de leite evaporado;
Sal;
Pimenta branca;
10 batatas cozidas;
2 ovos cozidos;
6 azeitonas;
Folhas de alface;
10 gramas de pecans.

Modo de preparo:

Frite a cebola e o alho até caramelizar, colocar os ajis, o sal e a pimenta. Desfie em pedaços grandes o frango. Reserve o caldo do cozimento. No refogado, junte o pão já molhado no leite evaporado. É hora de adicionar o frango e mexer bem. Junte neste momento o leite, aos poucos, e o caldo se for preciso. Retifique o tempero. Ele deve ficar com uma textura cremosa. Minha dica é servir sobre batatas e ovos cozidos. Decore com azeitonas, nozes e queijo ralado. Bom apetite!

Aji de Gallina

by Paula Labaki



Foto: Ilgacio

visite nossa loja virtual
www.bottargagold.com

*Para os Asiáticos Karasumi,
para os Italianos Bottarga,
para os franceses Pontargue,
para os Gregos Avgotaracho...*

Bacalhau com Bottarga Gold



Spaghetthi alla Bottarga Gold



Bruschetta de Bottarga Gold



*...e para os brasileiros,
Bottarga Gold!
O nosso
verdadeiro caviar.*



DUVIDAS E RECEITAS:

FALE COM O CHEF HINDRIGO LORRAN

chef@bottargagold.com



47 3349 8696 - Itajaí - Santa Catarina



BOTTARGA
gold

Uma tradição. Uma iguaria. Um sabor.

NOVIDADES SÓ PARA VOCÊ

Azeite de Oliva Monte do Mouchão

Azeite português de altíssima qualidade e pureza, da região do Alentejo com acidez de 0,5%, cor palha dourada citrina. Na boca percebe-se um suave sabor agridoce e um ligeiro picante no final. Ideal para sobremesas e saladas, custa uma média de R\$ 60 (500ml). Tem aroma de azeitona bem madura, maçã verde e damasco.



Foto: divulgação

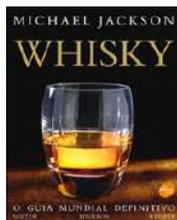


Foto: divulgação

Whisky – o Guia Mundial Definitivo

Quem bebe apenas socialmente pode ficar intimidado com todas as nuances de um bom whisky; afinal de contas, há muitas variáveis que devem ser consideradas. Quais são o clima e a geografia da destilaria? Qual é o tipo de grão usado e como ele é preparado para fermentação? Como funciona o alambique? Que tipo de carvalho é usado no barril e por quanto tempo a bebida é envelhecida? Esta seleção de ensaios e fotografias explica todos os passos do processo, inclusive sobre pratos que combinam e receitas de coquetéis. R\$ 80.

Assadeiras para colorir e equipar sua casa

A MondoCeram Gourmet tem uma linha versátil e completa de assadeiras, disponíveis em vários tamanhos e cores pra lá de alegres: amarela, laranja, vermelha, roxa e branca. São opções para todos os gostos e estilos de cozinha. O que é importa, é que você não pode deixar de ter a sua em casa, afinal de contas são peças modernas, versáteis e coringas: ideal para preparar e servir qualquer receita, em qualquer ambiente e ocasião.



Conjunto de Fondue

Disponível em quatro cores, o produto é uma ótima opção para ter em casa à espera do inverno. O conjunto é formado por um réchaud, panela com capacidade para até 2.000ml, queimador, seis garfos e seis molheiras. Um dos grandes diferenciais é que o réchaud, por ter sua parte superior fechada, também pode ser utilizado como um "Brie Réchaud".



CLIENTE DESTAQUE

Nossa Casa



NOSSA CASA

PRESENTES E ENXOVAIS

Fundada em novembro de 2007, a Nossa Casa Presentes e Enxovais é resultado de um grande desafio e também de um sonho. O filho de um comerciante com mais de 52 anos no setor de alimentos sonhava em ter seu próprio negócio. Aos 22 anos, deixou de trabalhar com o pai e, para adquirir experiência, foi contratado por uma loja de departamento, onde atuou como supervisor e gerente. O segundo emprego, numa loja magazine, foi uma verdadeira faculdade de administração. Com 12 anos de experiência em gerenciamento, fez surgir a NOSSA CASA. A proposta é uma loja com boa visão e exposição. Atualmente são duas unidades, localizadas em Cuiabá (MT). Segundo Jony Friedrich Kohlhase, diretor comercial da marca, as lojas têm uma variação de quase 25 mil itens. “Apesar de pouco tempo de existência, a loja acumula uma história de mais de duas décadas de experiência profissional e dedicação de

um rapaz que aprendeu cedo o valor do trabalho. Isso é muito gratificante e inspirador para todos que trabalham conosco”, comenta o diretor. A marca é focada no público A e B e o foco principal é lista de casamentos, pois tem tudo para cama, mesa, banho, utilidades e presentes finos, das melhores marcas do mercado, entre elas, a Ceraflame. “Trabalhamos com a Ceraflame há mais de dois anos, a marca é realmente muito diferenciada, não só pelo design, mas pelo apelo saudável da matéria-prima e da praticidade de manter os alimentos aquecidos por mais tempo”, diz Jony. Para ele, o sucesso da marca entre os clientes da loja é resultado da tecnologia aplicado no processo de fabricação do produto, que proporciona às mesas beleza e requinte, além da facilidade de utilizar, manusear e higienizar. “Todos os produtos da Ceraflame são muito procurados, mas as peças Pomodoro são as campeãs de venda”, finaliza o diretor da Nossa Casa.



Conheça a delicadeza e os encantos de nossas jóias...

...Premiado na Expovinis como melhor espumante do Brasil



VG
VILLAGGIO
GRANDO
Boutique Winery

villaggiogrando.com.br



MANIA DE BRASIL

10 lugares que você precisa conhecer no Brasil antes de morrer!

Fonte: Ig Viagens

A morte é a única certeza que temos sobre os segredos da vida, por isso livros como o best-seller “1.000 Lugares para Conhecer Antes de Morrer”, editado em 18 idiomas, fazem tanto sucesso entre viajantes e curiosos. São tantos destinos e curiosidades mundo afora que, certamente, a longa lista de sugestões de Patricia Schultz, autora da obra, será apenas uma prazerosa leitura de descrições de lugares interessantes. Por isso, selecionamos dez destinos nacionais sugeridos na versão brasileira do livro. Vamos lá? Boa viagem!

Mesmo com a modernização que tomou conta de alguns pontos turísticos de Belém, a capital do Pará é porta de entrada de viagens pelo Amazonas. O maior destaque da cidade ainda é o tradicional mercado ao ar livre, cujas barracas oferecem de tudo, sem exageros: doces, temperos, ervas medicinais, plantas, raízes aromáticas, essências, frutas e comidas típicas. É uma visita para todos os sentidos.

1. MERCADO VER-O-PESO



Foto: divulgação

2. DESERTO DO JALAPÃO



Foto: divulgação

Essa talvez seja uma das viagens mais aventureiras e selvagens pelo Brasil. O “desconhecido” estado do Tocantins tem paisagens que reúnem, em um mesmo lugar, cerrado, savana e deserto, e é para lá que vão os viajantes mais radicais. A região é conhecida pelas expedições que saem de Palmas em direção a Ponte Alta de Tocantins e exploram rios, cachoeiras e dunas. O corpo reclama, mas a alma agradece.

Esse impressionante parque arqueológico localizado no Piauí é considerado um dos mais importantes patrimônios culturais pré-históricos do planeta. A concentração de pinturas e gravuras rupestres de 100 mil anos, a variedade de paisagens e os pontos de observação privilegiados são os destaques desse distante destino pouco explorado pelo turismo. Milhares de anos de informações históricas que ainda podem ser conhecidas.

4. RECIFE E OLINDA



Foto: divulgação

Nem a paisagem exótica do sítio arqueológico do Ingá e as formações rochosas do Parque das Pedras, atrações próximas à Campina Grande, são suficientes para desviar a atenção do maior evento da cidade: a festa de São João. Durante todo o mês de junho, as festas juninas impressionam pelos números. O Parque do Povo, uma área de 42 mil metros quadrados concentra 300 barracas com bares e restaurantes que atendem os milhares de visitantes os quais buscam diversão ao redor de uma fogueira gigante ao som de forró. Impossível ficar parado – mesmo para quem torce o nariz para o típico estilo musical.

3. PARQUE NACIONAL DA SERRA CAPIVARA



Foto: divulgação

Essas duas cidades pernambucanas são tão diferentes que nem parecem que estão a menos de 10 quilômetros de distância. A primeira é frenética, tem visíveis influências holandesas e é recortada por pontes sobre o Rio Capiberibe. Olinda segue o caminho contrário e convida os visitantes a caminharem por suas ruas de casario colorido de estilo português. Uma viagem no tempo percorrida em poucos quilômetros.

5. CAMPINA GRANDE



No passado, o pelourinho resumia-se a uma coluna de pedra utilizada para castigar escravos. Mas, hoje, quem circula pelas ladeiras do bairro histórico de Salvador encontra uma animação impressionante. O bairro, que passou por um forte processo de revitalização, abriga casarões históricos, igrejas em estilo barroco e uma intensa vida cultural. Impressiona ver a harmonia do passado e do presente nas ruas do “Pelô”.

6. PELOURINHO



Foto: divulgação

7. ITACARÉ



Foto: divulgação

A paisagem das três chapadas brasileiras mais famosas proporcionam sensações que, por si só, já valeriam para passar os últimos dias na Terra. Mas é a dos Guimarães, no Mato Grosso, que o livro “1.000 Lugares Para Conhecer Antes de Morrer” recomenda. A região, localizada no centro da América do Sul está vinculada ao ecoturismo e é ali que os mais aventureiros praticam rapel e trekking em meio ao Cerrado. O destino também é procurado para peregrinação mística de visitantes curiosos que querem saber de perto do início de histórias fabulosas sobre aparições de OVNIs e duendes.

Há tempos que o sul do litoral baiano é o destino quente dos turistas mais animados. E não estamos falando das altas temperaturas da Bahia. Itacaré, um vilarejo que abrigou um importante porto durante o Ciclo do Cacau, foi descoberto pelos surfistas e, anos mais tarde, foi invadido por visitantes atraídos pelos golpes de capoeira, o forró que embala as festas e as praias paradisíacas. O visual merece mesmo ser visitado antes de partir para o outro mundo.

8. CHAPADA DOS GUIMARÃES



Foto: divulgação

O Pantanal não sai mesmo do imaginário brasileiro, mesmo que, de tempos em tempos, volte em forma de reprise de novela. A variedade natural da região, considerada a maior extensão de terras inundáveis do planeta, é tão complexa que conta com uma flora de três lugares diferentes: amazônica, cerrado e chaco. Talvez seja por isso que as terras alagadas do Pantanal sirvam de moradia para 650 espécies de animais, enquanto as fazendas e hotéis ecológicos são os principais refúgios dos turistas aventureiros.

9. PANTANAL



Foto: divulgação

10. SÃO MIGUEL DAS MISSÕES

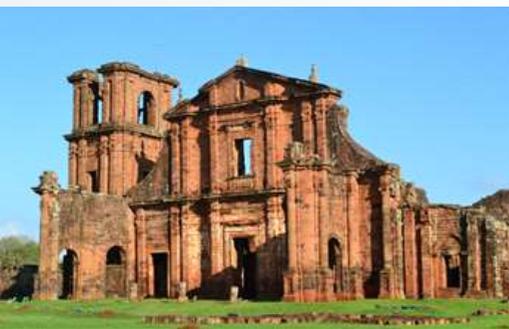


Foto: divulgação

Hoje, são apenas ruínas, mas o título de Patrimônio Histórico e Cultural da Humanidade continua firme desde 1983. O turista encontra em São Miguel das Missões, no Rio Grande do Sul, o que sobrou das construções históricas que, no século 16, serviram para abrigar padres jesuítas durante a catequização de milhares de índios guaranis. O espetáculo do pôr do sol sobre as fachadas das construções e o show que conta a história das missões são os dois principais atrativos.



SAÚDE

Ansiedade é uma das doenças mais frequentes no ambiente corporativo

Fonte: Portal Administradores

A Omint, operadora de saúde, avaliou as condições de saúde de 18 mil executivos entre o segundo semestre de 2012 e primeiro semestre de 2013. A pesquisa foi conduzida pelo Núcleo de Saúde Preventiva da operadora, que considerou dentro dessa amostragem, profissionais entre média gerência e o alto escalão de grandes companhias com atuação no país. De acordo com o diretor médico da Omint, Caio Soares, a saúde do executivo brasileiro vai bem, por enquanto. “O que mais chama atenção no estudo não são as doenças, mas sim hábitos de vida equivocados, cultivados por conta de uma rotina estressante, e que podem funcionar como uma bomba-relógio, explodindo a qualquer momento”, explica Soares. Para o médico, a Omint espera que os resultados da pesquisa promovam uma reflexão por parte das empresas. “Investir em prevenção deixou de ser supérfluo para se tornar peça fundamental na gestão do benefício saúde”, afirma. Ele disse também que estimular a prevenção e a substituição de hábitos não saudáveis por hábitos saudáveis certamente influenciará no custo do plano de saúde para as empresas, pois se converterá em uma população mais saudável. “E não é só uma questão de custo ou aumentar a produtividade. Se preocupar com a saúde de seus profissionais não deixa de ser uma forma de reconhecimento”, conclui.

Hábitos e Comportamentos

Além de mapear as principais doenças que acometem essa população, o levantamento também investigou hábitos e comportamentos que podem interferir na saúde desses profissionais ou colocá-la em risco a médio e longo prazo. A alimentação não equilibrada é o hábito não saudável mais incidente entre os executivos brasileiros. 96,12% dos profissionais apresentaram falhas na alimentação diária. O reflexo desse problema já pode ser constatado na silhueta: 41,05% dos profissionais brasileiros apresentam

IMC (Índice de Massa Corporal) superior a 25 (máximo recomendado pelos médicos). O sedentarismo também é cultivado por uma parcela significativa dos profissionais. 40,71% afirmaram não praticar atividade física no dia a dia. Talvez o indicador justifique o fato de que 30,11% dos profissionais se considerem com um nível alto de estresse. A ansiedade, que também pode ser combatida com mais atividade física, aparece entre as 4 doenças que mais afetam os executivos brasileiros. Apenas 10% da população é composta por fumantes.

Motivação para mudar

A pesquisa da Omint constatou que 26,22% dos executivos estão tentando se alimentar melhor, enquanto que 37,10% afirmam estar pensando muito no assunto recentemente. A motivação para incluir atividade física na rotina, porém, é ainda maior. 39,43% afirmaram estar tentando incluir o exercício físico em algum momento do dia, enquanto 41,87% estão pensando no assunto. Entre os fumantes, apenas 11,44% estão tentando parar, mas quase 60%, mais precisamente 58,82%, pensam muito no assunto.

Risco Cardiovascular Aumentado

A Omint também avaliou os profissionais que apresentam Risco Cardiovascular Aumentado (RCA), condição em que o paciente apresenta sintoma de duas doenças crônicas importantes, como diabetes, colesterol alto ou hipertensão arterial. 47,83% dos homens acima do 60 anos encontram-se nessa condição e inspiram maiores cuidados, enquanto que o indicador entre as mulheres é de 15,38%. Entre os profissionais na faixa de 40 e 59 anos, 20,54% dos homens e 18,52% das mulheres apresentam condição de RCA.

Doenças Crônicas

Embora 7,96% dos executivos tenham apresentado pressão alta durante a aplicação da pesquisa, a Omint constatou que apenas 4,94% dos profissionais

apresentam problema crônico de hipertensão, condição em que o indivíduo apresenta com frequência pressão arterial acima de 140 X 90. Como colesterol, o cenário é parecido. 12% apresentaram medidas acima do ideal na realização do estudo, mas apenas 1,44% foram diagnosticados de fato com a doença e precisarão receber tratamento medicamentoso (mudanças de hábito não bastam nesse caso). Felizmente, o índice de executivos diabetes é baixo, apenas 1% do total convive com a doença e está em tratamento.

Doenças mais frequentes

A pesquisa da Omint relevou também quais são as doenças mais frequentes entre os executivos brasileiros. A poluição e a manutenção inadequada do ar condicionado no ambiente corporativo colocou a rinite alérgica no topo do ranking. A doença atinge 25,79 % dos executivos analisados. O segundo lugar é ocupado pela alergia de pele, atingindo 20,90 % do total





Foto: divulgação

SUA CASA EM HARMONIA

Natureza dentro de casa – Jardins de Inverno

POR Arianne Ribeiro

Os amantes de plantas estão sempre pensando em uma maneira de deixar a casa com mais verde. Muitos vasos ou até um jardim de inverno. As plantas deixam a casa cheia de vida, sempre dão um toque especial na decoração.

Para montar o seu jardim de inverno escolha um lugar que seja próximo de alguma janela, pois as plantas precisam de um mínimo de incidência solar. Pode ser no lavabo, banheiro, hall de entrada ou em baixo ou ao lado da escada. Na decoração abuse de peças rústicas, vasos de concreto, fibras ou madeira. Para o chão, cubra com pedras decorativas, peças em madeira ou deck. Nas paredes aproveite as massas texturizadas, treliça ou até azulejos coloridos. Se tiver bastante espaço aproveite e faça o jardim vertical. Ou, no caso de sacadas, faça apenas o jardim vertical. As plantas mais indicadas para colocar no jardim são aquelas que se adaptam bem ao interior da casa. Algumas opções: palmeira Raphis e Chamaedora, herbáceas como lírio da paz, antúrio,



Foto: divulgação

comigo – ninguém – pode, samambaias, espada de São Jorge e as bromélias de sombra. Uma boa opção é separar um vaso maior para fazer uma horta de temperos.

Os cuidados com o jardim não têm muitos segredos. Basta regar, de acordo com o tempo de cada planta e não coloque muita água. Limpe as folhas secas e adube, também de acordo com cada espécie de planta.



Foto: divulgação

Na hora de escolher as plantas procure uma floricultura grande e converse bastante com o profissional. Ele irá saber qual a planta ideal para o seu jardim de inverno, pois a espécie pode variar de região para região.



Foto: divulgação

MondoCeram
gourmet



www.mondoceramgourmet.com.br

0800 644 6444



Ceraflame
cookware

O sabor de uma vida saudável

Ceraflame
cookware

- Faca em cerâmica;
- Atóxica;
- A lâmina possui alto grau de dureza e seu desgaste é 60 vezes menor que o das facas de metal.



www.ceraflame.com.br
0800 644 6444

COLUNA DO CHEF

Paulo Hruschka | paulo@certaceramica.com.br



Olá pessoal, tudo bem? O ano de 2014 realmente começou... e veio muito agitado! É assim que nós gostamos. Nesta coluna vou falar um pouquinho da nossa presença na 28º Abup SHOW, que aconteceu no mês de março em São Paulo. Como em todos os anos da feira, nosso stand recebeu milhares de visitas, entre colegas, parceiros, clientes e diversos novos amigos que fizemos por lá. A feira foi um grande sucesso e ficou marcada pelos incríveis lançamentos da Ceraflame, entre eles a Linha DUO+. Nossa empresa conseguiu unir em uma mesma panela todos os diferenciais dos nossos produtos, tornando as peças as mais versáteis possíveis que uma cozinha merece e precisa ter. E olha que eu falo por experiência própria. A tampa de cerâmica, a grande novidade da DUO+, revolucionou o mercado de gastronomia... agora nós chefs de cozinhas e vocês, donas de casa, maridos que gostam de cozinhar e consumidores finais temos um produto que pode ser usado para preparar e servir refeições, que vai do forno/fogão direto à mesa, que pode ir ao forno com tampa, que pode ser armazenado na geladeira, reaquecido no micro-ondas e higienizado em máquinas de lavar louça. Completamos o ciclo! Você vai amar a novidade. Além da feira, onde preparei algumas receitas e fiz a demonstração de nossas cerâmicas, também estive com o pessoal da Rede Schumann, uma empresa de Chapecó – Santa Catarina, com lojas em três estados: SC, RS e PR. Juntos, realizamos eventos em mais de cinco cidades, todos consagrados com muito sucesso e sabor, é claro. Para os próximos dias, como sempre, minha agenda está lotada. Vamos viajar para cidades de Santa Catarina, Pernambuco, Minas Gerais, Amazonas, Mato Grosso, Rio de Janeiro, Espírito Santo, Paraná e outros estados. E como estamos em clima de páscoa e chocolate, encerro minha coluna com uma deliciosa receita de Mousse de Chocolate e Café. É muito saborosa e fácil de preparar. Um grande abraço e até a próxima!

Mousse de chocolate e café

Ingredientes:

2 colheres de sopa de manteiga;
170 gramas de chocolate meio amargo picado;
1 colher de sopa de café solúvel;
4 claras;
4 colheres de açúcar.

Modo de preparo: Dissolver em banho maria a manteiga e o chocolate meio amargo. Acrescentar o café solúvel diluído em 1 colher de água quente a mistura de chocolate e reservar. Bater as claras em neve com o açúcar. Quando o chocolate estiver quase frio, acrescentar as claras e misturar vagarosamente para não perder a aeração. Deixar na geladeira por aproximadamente 4 horas.

100% cerâmica

 100% RESISTENTE A
CHOQUES TÉRMICOS

 TOTALMENTE ATÓXICA

 VAI AO MICRO-ONDAS

 NÃO RISCA

 VAI DIRETO AO FOGO

 MANTÉM O CALOR
POR MAIS TEMPO

Ceraflame
cookware

O sabor de uma vida saudável



www.ceraflame.com.br
0800 644 6444