

sabor saudável

Edição nº 12 - Junho e Julho/2014

Ceraflame
cookware



vai com TUDO
BRASIL!!!



EDITORIAL

É impossível começar esta edição da Sabor Saudável sem falar de futebol, sem falar da Copa do Mundo. Esta é a segunda vez que o mundial acontece no Brasil e nunca, em nenhum lugar do mundo, a Copa foi tão desejada e esperada quanto agora. Mesmo em meio a tantas polêmicas e protestos, o Brasil – país do futebol – está de braços abertos para receber os jogos, para ouvir o apito do juiz, para ver a bola rolar e para gritar GOL da seleção! A Ceraflame também está verde e amarela, entramos no clima para juntos torcer pelos brasileiros e conquistar o HEXA. Os jogos serão realizados em 12 cidades sede: Curitiba, Porto Alegre, São Paulo, Rio de Janeiro, Belo Horizonte, Salvador, Brasília, Cuiabá, Fortaleza, Manaus, Recife e Natal. No site oficial da Copa (<http://pt.fifa.com/worldcup/>) você confere todas as informações dos jogos, datas e horários. O primeiro jogo, como não poderia deixar de ser, será emocionante: Brasil e Croácia, às 17h do dia 12 junho na Arena de São Paulo. Que o Brasil faça bonito, que a bola role muito em campo e que muitos gols sejam feitos para que nós possamos comemorar! E nessa edição que festeja o início da Copa, vamos falar da próxima Abup Show, dar uma receita deliciosa de sopa para o inverno, mostrar um pouquinho do Mapa Gastronômico Brasileiro, dicas de turismo, saúde, curiosidades e muito mais. Boa leitura, boa copa e bom início de inverno!!!



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

Ceraflame se prepara para a próxima ABUP SHOW

05 GASTROMANIA

Sopa de Cebola

06 CONVERSANDO COM

Chef Henrique Fogaça

09 VOCÊ SABIA?

O Mapa da Cozinha Brasileira e as cinco regiões gastronômicas do país!

12 COLUNA DA CHEF

Paula Labaki

14 COLUNA

Luna Garcia

16 NOVIDADES SÓ PARA VOCÊ

18 CLIENTE DESTAQUE

Divina Panela

20 MANIA DE BRASIL

Monte Roraima

22 SAÚDE

Alimentos "brancos" contribuem para a saúde do coração!

24 SUA CASA EM HARMONIA

Papel de Parede: um toque de bom gosto e praticidade para o seu dia a dia

26 ESPAÇO DO PARCEIRO

GRAN MESTRI e a nobreza gastronômica

29 COLUNA DO CHEF

Paulo Hruschka

NOSSA EMPRESA

Ceraflame se prepara para a próxima ABUP SHOW

A 29ª edição da ABUP SHOW já está confirmada. O evento, promovido duas vezes ao ano pela Associação Brasileira das Empresas de Utilidades e Presentes, acontecerá entre os dias 13 a 17 de agosto em São Paulo. Em comemoração aos seus 15 anos, a feira, uma das mais importantes para os setores de utilidades para o lar e presentes, celebra sua trajetória de conquistas e alianças de sucesso. Por se tratar de um evento de negócios, é direcionado para lojistas e profissionais da área, não sendo aberto ao grande público. A novidade desta edição é o local do evento. Desta vez os participantes terão que fazer "check in" no Centro de Eventos Pro Magno, bairro Casa Verde. Nossa empresa já está confirmada para a feira e algumas novidades estão sendo preparadas para os visitantes! Em breve contaremos para vocês. Fiquem de olho!!!

PROGRAME-SE

29° ABUP SHOW★

elos de sucesso

13 a 17 de AGOSTO

GASTROMANIA

Sopa de cebola

POR Chef Roberta Spinola

Ingredientes:

4 cebolas grandes em rodela finas;
1 colher de açúcar;
2 cubos de caldo de carne;
2 colheres de molho inglês;
4 colheres de farinha de trigo;
1 litro de leite integral morno;
Sal se necessário.

Modo de preparo:

Coloque em uma caçarola da Ceraflame as rodela de cebola com o açúcar para

que murchem e percam o ardor. Adicione o molho inglês e os cubos de caldo de carne esfarelados, mexa vigorosamente. Agora acrescente aos poucos a farinha e continue mexendo formando assim um bolo. Neste momento vá adicionando aos poucos o leite já morno, formando um creme. Cozinhe por mais dez minutos em fogo baixo.

Sirva com torradas e bom apetite!

Rendimento: 4 porções.



CONVERSANDO COM

CHEF Henrique Fogaça Sal Gastronomia

Paulista de Piracicaba, Henrique Fogaça (40) se formou na FMU. Estagiou com o chef Alex Atala, no D.O.M., com o francês Laurent Suaudeau e com a chef argentina Paola Carosella. Em 2005, abriu negócio próprio, um café colado na Galeria Vermelho - que cresceu e deu origem ao restaurante que hoje comanda, o Sal Gastronomia. Chef Premiado e conceituado, Fogaça desponta entre os principais nomes da gastronomia brasileira.

A Sabor Saudável conversou com ele e traz, com exclusividade, uma super entrevista para vocês. Vamos lá?

► Qual foi a primeira receita que preparou sozinho?

A primeira receita que eu fiz foi ovo frito. Eu acho que deveria ter uns 9 anos, mais ou menos.

► Como iniciou na gastronomia? Teve alguma influência da família?

Comecei preparando comida para mim, em casa. Depois passei a fazer sushi porque eu gostava muito. As influências vieram das receitas da minha mãe e da minha avó.

► Como foi a primeira experiência profissional com a gastronomia?



Foto: divulgação

Eu costumava fazer jantares na casa das pessoas, depois vendia hambúrgueres para o carrinho de lanches do meu cunhado, molhos e bolos para lojas de conveniência. Tudo começou assim.

► Como surgiu o SAL e qual o conceito do restaurante?

O Sal surgiu através de um amigo que conhecia o pessoal da Galeria Vermelho, onde tinha um café. A demanda foi crescendo, crescendo e eu decidi arriscar tudo neste empreendimento. É um restaurante de 50 lugares, com vista para obras de arte, não apenas gastronômicos.

Hoje servimos pratos sofisticados como tentáculo de polvo com batatas salteadas, brócolis no alho e tomate cereja; lombo de cordeiro, purê de dois queijos, shitake e molho de jabuticaba; magret de pato ao vinho porto, purê de mandioquinha, cebolinhas ao caramelo de capim santo e banana ouro, e atum com arroz negro e palmito-pupunha, um dos preferidos da clientela.

► **Qual o maior segredo para ser um bom chef?**

Trabalhar, pesquisar, gostar de comer, manter o padrão, o que significa estar na cozinha diariamente, pois a nossa visão é particular. Mas isso serve para qualquer profissão

► **Qual o maior desafio de estar diariamente comandando painéis?**

Manter o padrão de qualidade e os funcionários sempre felizes

► **Qual a receita que mais gosta e a receita que jamais comeria?**

Adoro arroz, feijão, ovo frito e bife. Não como dobradinha de jeito nenhum.

► **Qual o melhor Chef do mundo?**

Não tenho uma opinião sobre o melhor chef do mundo. Para mim o melhor é aquele que faz uma comida gostosa, com

produtos de qualidade, que presta um bom serviço, que é criativo e dedicado e com boa visão do negócio.

► **Tem alguma inspiração na hora de cozinhar?**

Minha mulher que é minha companheira! Ela adora comer e está 100% junto comigo desde o início.

► **Já conhece a Ceraflame?**

Nunca utilizei, mas conheço, são peças muito lindas.

Obs.: A Ceraflame já está enviando um presente para o Chef!

► **Qual a importância de um bom equipamento na hora de preparar e servir a refeição?**

O produto utilizado para preparar e servir a refeição faz toda a diferença, principalmente se for uma panela que mantenha calor.

► **Que mensagem deixaria para os futuros profissionais da gastronomia?**

Nenhum trabalho é fácil! O trabalho da gastronomia é braçal e bastante exaustivo. Quem quer se manter e conquistar lugar de destaque nessa profissão tem que se dedicar e gostar do que faz, além de gostar de experimentar coisas novas. Isso é fundamental.

{ “Quem quer se manter e conquistar lugar de destaque nessa profissão tem que se dedicar e gostar do que faz, além de gostar de experimentar coisas novas. Isso é fundamental.” - Henrique Fogaça }

AQUI TEM
500
LITROS DE LEITE

Para produzir uma peça de Gran Mestri são utilizados 500 litros de leite selecionado.

Os cuidados para produzir um queijo tipo grana são especiais e começam ainda no campo, com a dieta diferenciada e a atenção redobrada nas regras higiênicas e sanitárias. Somente matéria prima selecionada e de alta qualidade pode ser usada na fabricação do Gran Mestri, requisito essencial para obter sabor e textura únicos.

Um alimento precioso e completo.

30g de Gran Mestri correspondem à 60% das necessidades diárias de cálcio.

Ideal para quem não tolera lactose.

Recomendado em todo o mundo para crianças, idosos, gestantes e esportistas que precisam de energia imediata.



O mais nobre dos queijos.

www.granmestri.com.br

VOCÊ SABIA?

O Mapa da Cozinha Brasileira e as cinco regiões gastronômicas do país!

Fonte: Papillon

A gastronomia brasileira tem sido objeto recente de pesquisadores, que se empenham em delinear um mapa mais de acordo com as semelhanças culturais do país. Uma das pioneiras nessa área é a chef Mara Salles, que já fazia, no final da década de 1990, uma separação diferenciada: recortava a Bahia, o Maranhão e o litoral, por terem uma culinária diversa de suas respectivas regiões. Mas as investigações continuaram e a visão mais aceita pelos especialistas da área é a do sociólogo Carlos Dória. No livro *A Formação da Culinária Brasileira*, Dória desenha o que chama de manchas gastronômicas. “Talvez pareça mais razoável um quadro que não dá um mapa do Brasil todo, mas manchas delimitadas por ingredientes importantes”, diz Dória. Foi a teoria de divisão gastronômica de Carlos Dória sobre o Brasil que a chef Ana Luiza Trajano adotou. “O embasamento teórico vem do livro do Dória. Em cada região, destaco os lugares por onde passei e os pratos que criei para contemplar cada localidade”, diz. “Esta é uma proposta diferente da tradicional e a que eu acredito e quis propor para que as pessoas entendam um pouco mais a riqueza da nossa cozinha.” A ideia da chef foi propor uma viagem por esses cinco anos em que ela conheceu, in loco, cozinhas, mercados e feiras livres.

Bem, vamos conhecer então um pouco dessa proposta de divisão geogastronômica, baseada mais em ingrediente do que em receitas!

► **A culinária amazônica:** Baseada na mandioca e seus derivados, como farinhas variadas e tucupi (caldo da mandioca brava), além das frutas, peixes de rio e outros produtos típicos da floresta Amazônica.

► **A culinária da costa:** Do Ceará ao Espírito Santo, composta por peixes, frutos do mar e o uso frequente do leite de coco.

► **A culinária do Recôncavo Baiano:** Marcada pelo uso do azeite de dendê,

propagado pela chamada “comida de santo”, de origem ritualística, feita para dar em oferenda aos deuses do candomblé.

► **A culinária do Brasil meridional** (aquela praticada no interior do país até os limites com a Amazônia): Caracterizada por cuscuz e outros pratos à base de milho; carnes de pequenos animais, como porco e galinha, em preparações a partir de vísceras; carne de sol ou charque. Cada parte dessa mancha é diferenciada por costumes alimentares ligados a ingredi-

entes únicos, como o mate (Sul), o pequi ou o palmito guariroba, ambos no Centro-Oeste, entre outros.

► **A cozinha caipira:** de Minas, São Paulo e de parte do Centro-Oeste. Também com muito uso do milho, do porco e do frango, além de vegetais e legumes de horta. “Aqui também se verifica o uso de peixes de rio, como o pintado, e modos de preparo, como cozimentos em folha de bananeira”, diz Ana Luiza. Ela lembra um dado interessante: antigamente a cozinha paulista se baseava nesses peixes de rio, como lambari. A morte de rios como o Tietê fez decair essa tradição nas grandes cidades.

Aí estão as cinco “manchas” para refletirmos, mas vale um adendo de Ana Luiza Trajano para a metrópole paulistana. “Podemos dizer que a capital paulista é o grande marco da culinária brasileira, foi

aqui que todo o reconhecimento da cozinha nacional começou”, diz. “Tudo que em São Paulo vinga, outros seguem. É um lugar que tem influência internacional.” Segundo Dória, o desenvolvimento paulistano cortou os vínculos com qualquer cozinha regional própria (caipira ou caiçara) e passou a dar livre curso aos vários estilos de comer, especialmente estrangeiros. Em contrapartida, a metrópole redescobriu o próprio país, estimulando outros Estados a trilhar o caminho para a maturidade da gastronomia nacional, com toda a sua biodiversidade.

Para ilustrar o mapa dos “recortes” gastronômicos do país cedido por Ana Luiza Trajano, a receita do pintado na folha de bananeira com vinagrete de pupunha, farofa de couve e banana grelhada, que a chef desenvolveu em homenagem à cozinha caipira.

Pintado na folha de bananeira com vinagrete de pupunha, farofa de couve e banana grelhada

Receita da chef Ana Luiza Trajano
Rendimento: 1 porção

Ingredientes:

250g de pintado na folha de bananeira;
150g de vinagrete de pupunha;
300g de farofa de couve;
1 banana da terra grelhada.

Para o pintado:

250g de filé de pintado;
1 folha de bananeira;



Foto: divulgação

Lipton

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

Sal e pimenta-do-reino a gosto.

Para o vinagrete de pupunha:

50g de pupunha picado;
50g de tomate picado;
50g de cebola picada;
20g de coentro picado;
20g de salsinha picada;
10g de pimenta dedo-de-moça picada;
Sal e pimenta-do-reino a gosto.

Para a farofa de couve:

200g de couve manteiga;
100g de farinha de mandioca;
Sal e pimenta-do-reino a gosto.

Modo de preparo:

Pintado: Tempere o peixe com sal e pimenta e grelhe-o dos dois lados, em uma frigideira pré-aquecida, enrole-o na folha de bananeira e coloque em um saco de vácuo pequeno. Leve o peixe embalado no vácuo ao banho-maria a 70° C por 15 minutos. Retire do saco a vácuo e sirva imediatamente.

Vinagrete de pupunha Em uma tigela, misture todos os ingredientes, tempere com sal e pimenta e reserve.

Farofa de couve: Escalde a couve em água quente, esfrie imediatamente, aperte bem as folhas para retirar todo o excesso de água. Misture a couve com a farinha de mandioca, tempere com sal e pimenta.

Montagem: Sirva a farofa em um prato junto com as batatas grelhadas e o peixe, coloque o vinagrete de pupunha ao redor do peixe.



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

Tendências



J á falamos de vários assuntos, inclusive de sustentabilidade, então é hora de falar um pouco sobre tendências na gastronomia. Quando falamos em tendências, envolvemos desde o produtor até o produto final. Uma das tendências que chegou há poucos anos e vem se mantendo forte é a de produtos orgânicos, que cada vez conseguimos encontrar com mais facilidade e qualidade fantásticas, com a regulamentação dos produtores e a organização de algumas cooperativas, tanto ganhou o consumidor como o produtor, e hoje conseguimos um produto orgânico de muita qualidade e com valores bem próximos ao produto não orgânico.

Foto: divulgação



A proximidade entre cozinheiros e produtores também é uma tendência cada vez mais forte, onde em alguns casos conseguimos, inclusive, interferir nas produções, sempre em busca de uma melhor qualidade do produto e ajudando o produtor a colocar melhor seu produto.

O uso de insumos locais e sua valorização é também uma tendência mundial, e que vai de encontro ao cuidado com a sustentabilidade. Explorar nossos insumos, criar pratos e cardápios com seu uso é uma tarefa cada vez mais habitual. A valorização do nosso produto e produtor, e levar essa ideia cada vez mais adiante é uma grande missão para nós, cozinheiros. Uma das grandes tendências do mercado gastronômico é a simplificação, restaurantes menores, menos funcionários, uma cozinha enxuta, porém cheia de detalhes e novidades. A simplificação do cardápio é um caminho atual, cardápios sazonais, pequenos, usando muitas vezes ingredientes do dia e claro, muita criatividade.

A busca por um consumidor mais consciente, o fim do desperdício, o uso integral dos alimentos, isso faz e espero nunca mais deixe de ser uma tendência. Outra tendência forte e não só no Brasil mas mundial é a comida de rua, cada vez mais bacana, elaborada e ganhando espaço nas ruas, feiras, eventos, com barracas com os foodtrucks que estão chegando com tudo também. Um exemplo muito bacana aqui no Brasil é o evento que se chama “O Mercado”,



Foto: divulgação

uma feira linda e super bem organizada, com barracas de Chefs conhecidos e novos talentos, com muita comida boa, bebida, música. Fazemos parte deste evento com nossa barraca que já é tradicional com sanduíches de costela desfiada com BBQ de maçã e nosso brigadeiro de Jack Daniel's. Lógico que em nossa barraca usamos as panelas da Ceraflame, que nos ajudam mantendo os alimentos quentes por muito mais tempo e com um menor consumo de energia, o que é sustentável...e lembre-se, sustentabilidade é tendência sempre!!!



Foto: divulgação

MondoCeram

www.mondoceram.com.br

0800 644 6444



COLUNA

Luna Garcia



Brasil do cacau, da mandioca, do palmito, da carne de sol, da caatinga, da farinha d'água, do tucupi, do pequi, do Amazonas tucunaré, do pinhão, do sertão e do pantanal. Quantos sabores e cores. Prato cheio para quem fotografa comida.



Foto: Estúdio Gastronômico

Nas minhas andanças fotografando gastronomia já provei de tudo. Comi em oca de índio e em choupana de caboclo. Doce de doceiras de mão cheia, em assentamento de sem terra, mas com muita comida. No morro, na roça e nas estradas. Alguns quilos a mais e muitas fotos publicadas! Hoje venho mostrar um pouco desses livros que produzi com a gastronomia brasileira, e nosso Brasil que é tão conhecido mundo afora pelo futebol, e é tão incrivelmente gastronômico, não só pelos ingredientes, mas pelas mãos de tantos cozinheiros anônimos e também de profissão.

O livro que fotografei para a Chef Monica Rangel acaba de ser publicado pelo Senac e passa por receitas como compotas, linguiças, caldos e molhos. Chef brasileiríssima e de mão cheia, radicada em Visconde de Mauá, a terra do pinhão – semente muito cultivada no sul do país, mas amada e muito usada no Sudeste.

"Interpretações do Gosto" é de dar água na boca.



Foto: Estúdio Gastronômico

Não posso deixar de citar nesses livros de receitas brasileiras, o livro que fiz para a Companhia das Letras sobre o Vinícius de Moraes, chamado "Pois Sou Um Bom Cozinheiro". Nosso Vinícius, nada anônimo, era um exímio cozinheiro e um amante da boa gastronomia. Esse livro narra episódios da vida do nosso poeta através da comida e ainda nos entrega as receitas que foram tão presentes na vida dele e motivos de inspiração e temas para suas composições.



Foto: Estúdio Gastronômico



Foto: Estúdio Gastronômico

Meu último livro fotografado ainda não publicado também fala dos nossos ingredientes e fomos buscar a fundo receitas tradicionais de cada um deles. Vai se chamar "Ingredientes do Brasil" e esse foi o primeiro livro que produzimos todo conteúdo (texto, fotos e parte gráfica). Nunca imaginei como seria difícil escolher apenas 5 ingredientes de cada região do país.

Na caminhada, desses oito anos fotografando gastronomia, fiz um livro para a Scania, composto por fotos da gastronomia simples e encantadora que encontramos nas estradas desse Brasil afora, revisitadas pelos chefs. Esse livro, "Brasil - Histórias de Sabores" juntamente com os lindos textos da historiadora e jornalista Guta Chaves, visita nossa cultura através das comidas tão desejadas pela fome de nosso caminhoneiros. Nesse Brasil de tantos encantos, tantos cantos, eu saio por aí fotografando e também claro, provando, provando!



Foto: Estúdio Gastronômico

NOVIDADES SÓ PARA VOCÊ



Linha Lata

A "Linha Lata", da MondoCeram Gourmet, tem produtos nas cores branca, amarela, laranja, vermelha e roxa e tem como principal característica a superfície lisa, com apenas uma só cor e sem decorações. A linha é formada por xícaras de cafezinho espresso para até 70ml em duas opções de formatos, canecas de 220, 250, 320 e 350ml em duas opções de formatos, potes com tampa hermética de 700, 900 e 1.300ml, porta utensílio de 1.300ml e conjunto de cafezinho com pires de até 70ml. Sua casa vai amar estes presentes!



Foto: divulgação

Caçarola Buffet Duo+

A Caçarola Buffet Duo+ é um dos nossos últimos lançamentos. A grande novidade desse produto é que ele vem com tampa de cerâmica, permitindo levar a peça com tampa ao forno. Dessa forma, torna-se a peça mais versátil da cozinha: pode ser utilizada para preparar e servir refeições, pode ir direto ao forno com tampa, pode ser armazenada na geladeira ou freezer, aquecida no micro-ondas e higienizada na máquina de lavar louças. Mais praticidade, impossível!



Foto: divulgação

Queijo Prima Donna

Queijo Prima Donna: Prima Donna é maturado até atingir o máximo de sabor. Durante a maturação, há três diferentes variedades para se descobrir: "fino", "maturo" e "leggero", cada uma delas com sabor exclusivo. A terceira variedade, o "leggero", contém apenas 17,5% de gordura absoluta e apresenta um gosto leve e saboroso, o que a torna a escolha ideal para os que apreciam alimentos saudáveis. Devido à maturação especial do Prima Donna, principalmente na variedade com maturação extra longa, como o "maturo", as características visíveis da maturação aparecem – as pequenas manchas brancas no queijo, chamadas de cristais de maturação. Os cristais brancos e finos parecem se acumular nos orifícios do queijo. É por isso que, quando se fatia o Prima Donna, é possível ver faixas brancas sobre a seção cortada do queijo. Isso caracteriza o Prima Donna, assim como sua maturação exclusiva e específica. É considerado uma verdadeira iguaria. Experimente com uma boa taça de vinho tinto, como o Cabernet Sauvignon, o Pinot Noir, o Syrah ou o Zinfandel.



Foto: divulgação

Château Kefraya 2007

Esse é um vinho tinto clássico libanês. Kefraya é um dueto de Cabernet e Syrah que mostra aromas complexos, taninos nobres e sabor muito agradável. É um vinho encorpado com teor alcoólico de 13,5%. O valor sugerido é de R\$ 160.



Foto: divulgação

CLIENTE DESTAQUE

Divina Panela



DIVINA PANELA

Com o intuito de ser uma loja especializada em panelas (daí a origem do nome), em maio de 2011 surge a Divina Panela. Como um de seus fundadores é descendente de um fabricante de panelas em Divinópolis - MG, a loja seria uma extensão da fábrica para o varejo - A Loja da Fábrica. Em novembro de 2011, seus fundadores perceberam a necessidade dos clientes em comprar outros utensílios para sua casa e cozinha em um só lugar, então a loja passa pela sua primeira expansão, no mesmo endereço. O negócio cresceu juntamente com o interesse das pessoas pelo prazer de cozinhar, receber amigos e decorar suas casas. Com o objetivo de trazer o que há de melhor e mais moderno em utensílios para cozinha e moda para casa, em novembro de 2013, a Divina Panela passa pela sua segunda expansão. Desta vez ainda maior, com um espaço amplo e aconchegante. Loja climatizada, estacionamento, espaço

gourmet funcional, preço, qualidade e bom atendimento. Em 2014 a Divina Panela completa 3 anos e já é impossível pensar em utilidades, presentes e casa nova sem pensar na Divina Panela. Hoje a marca se preocupa em ter um mix de produtos que atenda bem ao público de todas as idades, buscando facilitar o dia a dia das pessoas, com as melhores marcas do mundo. Segundo Vanessa Teixeira de Moraes, proprietária do empreendimento, a loja trabalha com os produtos da Ceraflame desde 2011. "O design, a praticidade e o fato de ter matéria-prima atóxica fazem da Ceraflame um grande sucesso de vendas na Divina Panela. Nossos clientes adoram os produtos", comenta. Além da venda das peças, a Ceraflame também já realizou cursos de gastronomia na loja, ministrados pelo Chef Paulo. Os eventos impulsionaram ainda mais as vendas da loja, garante Vanessa.

"O design, a praticidade e o fato de ter matéria-prima atóxica fazem da Ceraflame um grande sucesso de vendas na Divina Panela. Nossos clientes adoram os produtos"

- Vanessa Teixeira

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.

MANIA DE BRASIL

Monte Roraima

Fonte: Seu Mochilão

Localizado entre o Brasil, a Venezuela e a Guiana, o Monte de Roraima é um dos lugares mais lindos do norte do país. Entretanto, se você tem ideia de visitá-lo é importante lembrar que não dá pra chegar até lá indo pelo Brasil. O turista brasileiro precisa ir até a Venezuela para chegar no monte

O Monte Roraima é indecifrável, exótico, primitivo, grandioso e totalmente desafiador. O lugar é uma espécie de elo perdido, é uma amostra real de como foi o começo da vida na Terra. Podemos dizer que por ali o tempo não passou e nem vai passar. É um dos lugares mais antigos do planeta e já era muito antigo ainda na época dos dinossauros. Estima-se que o Tepuí tenha surgido quando ainda estava nas profundezas do mar, há 2 bilhões de anos. Pasmem! O Monte Roraima está na tríplice fronteira de Venezuela, Guiana Inglesa e Brasil e é um dos pontos mais altos do nosso país, possui 2.875 metros de altitude e sua área é de aproximadamente 40 km². É acessível apenas pela Venezuela, já que os lados do Brasil e Guiana são visualizados com paredões intransponíveis. Destino ideal para mochileiros aventureiros!!!



Foto: divulgação



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

...Premiado na Expovinis como
melhor espumante do Brasil



villaggiogrando.com.br



SAÚDE

Alimentos "brancos" contribuem para a saúde do coração!

Vegetais com polpa branca conquistam espaço de honra durante as refeições e despontam como os mais novos aliados do coração.

Fonte: M de Mulher

Quanto mais colorido for o prato, mais saudável será a refeição. Este é um fato consumado e a opinião das nutricionistas é unânime! No entanto, enquanto o roxo, o vermelho e o laranja eram idolatrados na cozinha, o branco discreto ficava sempre em segundo plano na paleta da alimentação saudável. Agora, ele saiu da penumbra e reina absoluto nos pratos de quem se preocupa com a saúde, principalmente a do coração. Estudos provaram que o branco da couve-flor ou da maçã, da pera ou de muitas outras frutas e hortaliças tem muito valor! A pesquisa foi desenvolvida por uma equipe da Universidade Wageningen, na Holanda. Eles avaliaram os nutrientes encontrados nos alimentos mais "pálidos". Os resultados foram surpreendentes, até mesmo para a Associação Americana do Coração. O estudo sugeriu que os alimentos de polpa clara têm propriedades que reduzem o risco de doenças cardíacas, e também do AVC – Acidente Vascular Cerebral. "Esses benefícios provavelmente se devem à presença de substâncias como a flavina, que é a grande responsável pela coloração esbranquiçada",



diz o cardiologista Marcus Vinícius Malachias, Segundo ele, "os nutrientes favorecem a renovação celular e ajudam a controlar os níveis de glicose e triglicérides na corrente sanguínea, prevenindo contra inúmeras complicações vasculares". Outra vantagem dos vegetais alvos em matéria de prevenção dos males cardiovasculares é o seu aporte significativo de cálcio. "Esse mineral baixa a pressão. Se ela está alta, alavanca a incidência de derrames e doenças cardíacas", alerta Malachias. Potássio, fósforo e magnésio, outro trio nutritivo presente nesse grupo de alimentos, também

regula o trabalho do músculo mais importante do corpo - o seu coração. Portanto, tudo nas polpas brancas tende a contribuir para a saúde do peito. Os minerais encontrados em polpas brancas realmente funcionam como protetores do corpo inteiro e não somente contra males cardiovasculares. Hoje, vários trabalhos científicos relatam uma ligação entre doses fartas de ferro e magnésio, dupla bastante presente neles, com um sistema imunológico mais apto para combater inflamações e infecções oportunistas.

Curiosidades:

Maçã: Diminui os níveis de colesterol ruim e levanta a barreira contra infecções.

Couve-flor: Ajuda a baixar a pressão arterial e conta com bons índices de fibra.

Pera: Possui um efeito diurético e seu alto teor de fibras também auxilia na digestão.

Endívia: Essa folha derruba as taxas de colesterol e elimina o excesso de radicais livres.

Fruta-do-conde: Além de ser rica em antioxidantes, oferece energia de sobra ao organismo.

Cebola: Consumida crua, ela reduz a pressão e, de quebra, tem ação anti-inflamatória.

A paleta de cores da nutrição:

O branco da flavina: protege os músculos e o sistema imunológico;

O vermelho do licopeno: reduz o colesterol e previne câncer de próstata e mama;

O laranja do betacaroteno: combate o câncer e fortalece as defesas;

O roxo da antocianina: controla infecções, obesidade e aterosclerose.

SUA CASA EM HARMONIA

Papel de Parede: um toque de bom gosto e praticidade para o seu dia a dia

POR Caroline Augusta de Andrade Michel



Foto: divulgação

O papel de parede é sempre uma boa opção para mudar o visual da casa! Seja na sala, no quarto ou no lavabo, ele é uma alternativa prática com milhares de opções de cores, texturas e decorações. A verdade é que quando você opta por um papel de parede para seu ambiente, você escolhe por qualidade de vida. Não é à toa que os americanos e europeus não dispensam este material em suas casas, pois ele proporciona conforto, aconchego e bem estar, fatores que são muito importantes para quem chega em casa depois de um dia de muito trabalho, não é mesmo? Uma das grandes vantagens do papel de parede é a sua aplicação e durabilidade. A aplicação na maioria dos papeis de parede são feitas com cola à base de água, não deixando odor e nenhum tipo de pó ou poeira. É uma aplicação limpa, segura e rápida que evita qualquer irritação a pessoas alérgicas e crianças.

O papel de parede, quando bem aplicado e bem cuidado, tem uma vida útil longa, de no mínimo 8 anos, dependendo do tipo de papel escolhido. A conservação também é muito prática. Basta passar um pano úmido com sabão de coco ou neutro em toda a superfície do papel. Nos papéis super laváveis e emborrachados, a indicação é esfregar delicadamente uma esponja em cima das sujeiras mais resistentes e, posteriormente, passar um pano seco.

De maneira organizada, sem aborrecimentos e transtornos, sem sujeiras ou barulhos, você terá seu ambiente decorado com o que há de mais moderno no mundo da decoração. Veja alguns exemplos e se inspire!



Foto: divulgação



Foto: divulgação

ESPAÇO DO PARCEIRO

GRAN MESTRI e a Nobreza gastronômica



Os queijos especiais da Gran Mestri traduzem para o consumidor a nobreza dos produtos italianos. Todo processo de produção está sustentado na tradição milenar dos mestres queijeiros que atestam a sua essência, garantindo aos apreciadores, produtos tão nobres quanto os importados, com uniformidade no sabor e nas características e com a vantagem de um preço competitivo. A Gran Mestri registra na história da indústria mundial de queijos um novo conceito em alimentação, respaldando os paladares mais exigentes e trazendo requinte na culinária brasileira, pois acredita que os consumidores de produtos premium podem melhorar e manter a qualidade de vida a partir do momento em que optam por esses produtos. Quanto maior o bem-estar e a alimentação saudável, melhores são as condições para que os consumidores posicionem-se ainda mais exigentes e criteriosos quando o assunto for alimentação. Nesse sentido, uma das características marcantes deste queijo é o rigoroso processo de produção em um dos principais complexos de produção internacional de queijos nobres da América Latina: a Gran Mestri. Essa marca, genuinamente brasileira, é responsável pela fabricação dessa espécie de queijo no Brasil, um produto com tamanha nobreza, a partir de cuidados especiais que são necessários para garantir a alta qualidade e superioridade no padrão do conceito alimentação.

COLUNA DO CHEF

Paulo Hruschka | paulo@certaceramica.com.br



Olá pessoal! Estamos em mais uma edição da Sabor Saudável e eu novamente falando para vocês sobre o que aconteceu nestes dois meses que se passaram. Como disse na edição passada, tínhamos muitos eventos... e realmente foi um período de muito trabalho, mas também, de muitas experiências. Tive o prazer de rever meus amigos de Belo Horizonte na Ormimaq e também na Distribuidora Cristiano, além de fazer novas amizades em Divinópolis, onde ministramos um curso muito agradável na Divina Panela. O que realmente me surpreendeu nestas viagens foi Manaus. Sempre que vou a Manaus, para visitas o pessoal das lojas Bemol, é certeza de bons eventos. Impressionante o que eles oferecem para seus clientes, desde cursos de artesanato, gastronomia, até desfile de noivas. Isso mesmo. Por lá fizemos uma maratona de cinco cursos em várias lojas e, para minha surpresa, muitas caras conhecidas, pessoas muito animadas e parceiras, inclusive me lembraram que a última vez que estive em Manaus foi há 1 ano e que estavam esperando que eu voltasse antes para lá, que não demoras-se tanto! Fiquei muito contente, sempre casa cheia, obrigado Bemol! Outra coisa que me chamou a atenção

nesta viagem foi a falta de sorte com meus vôos, rs. Nunca tive nenhum problema com check-in, embarque, atrasos gigantescos, mas dessa vez foi incrível. Horário de chegada em Manaus 02:00, mas por falta de teto fui até Boa Vista e cheguei em Manaus só as 07:00. Mas tudo bem, o curso era somente a tarde, sem maiores problemas tirando o cansaço. Na volta, quando cheguei em Curitiba, cheguei sem minhas malas, não precisava de mais nada, não é mesmo? O mais engraçado e muito bom, é que no dia seguinte chegaram, na porta de casa, minhas malas de táxi. Acho que dei sorte! Já com as malas recuperadas, está tudo pronto para voar até Vitória, onde também tenho certeza de casa cheia e bons cursos, Cetrino aí vou eu! Também em junho vou rever uma amiga que não vejo faz tempo. Estaremos em Arapongas e Londrina na SH Marabá, uma das primeiras lojas que trabalhei e onde fiz grandes amigos. Estou ansioso para voltar lá e revê-los. Vou ficando por aqui e nos encontramos por este Brasil!

Grande Abraço,

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

