

sabor saudável

Edição nº 14 - Outubro e Novembro/2014

Ceraflame
cookware

NOSSA EMPRESA
58 ANOS DE HISTÓRIA!

SAÚDE
Outubro Rosa e o
Câncer de Mama 



Foto: Estúdio Gastronômico

Available on the
App Store



EDITORIAL

Estamos em festa! Neste mês de outubro nossa empresa comemora 58 anos de mercado. São quase seis décadas de uma história construída com muito carinho, responsabilidade, qualidade e transparência. E é claro que você, caro leitor, não poderia ficar de fora dessa comemoração. Nesta edição festiva da Sabor Saudável você confere um pouquinho mais da nossa história, que começou em 1956 com Klaus Schumacher (in memoriam). E é para ele que dedicamos essa revista e o nosso sucesso! Além disso, preparamos muitas outras matérias para o seu dia a dia. Dicas de saúde, gastronomia, lazer, curiosidades e muito mais. Fique de olho. Você vai adorar! Boa leitura e até dezembro...

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

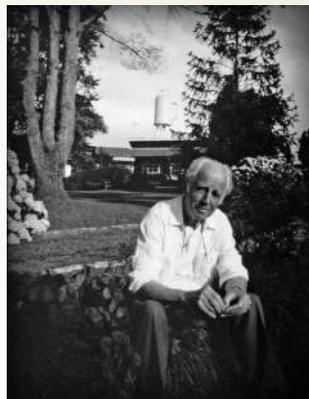
ÍNDICE

- 04** NOSSA EMPRESA
58 Anos de História
- 07** NOVIDADES SÓ PARA VOCÊ
- 08** GASTROMANIA
Torta de Maçã
- 10** CONVERSANDO COM
Chef Morena Leite
- 13** ESPAÇO DO PARCEIRO
SeducIntec
- 14** VOCÊ SABIA?
Como foi construída a Estátua da Liberdade?
- 16** COLUNA DA CHEF
Paula Labaki
- 18** COLUNA
Luna Garcia
- 20** CLIENTE DESTAQUE
Cerveja Coruja
- 22** MANIA DE BRASIL
Ilhabela: um refúgio no litoral norte de São Paulo
- 24** SAÚDE
Outubro rosa e o câncer de mama
- 26** SUA CASA EM HARMONIA
Como montar uma biblioteca em casa
- 29** COLUNA DO CHEF
Paulo Hruschka

NOSSA EMPRESA

58 Anos de História

Nessa edição da Sabor Saudável que comemora os 58 anos da Ceraflame, não poderíamos deixar de contar para você um pouquinho da nossa trajetória! Fundada por Klaus Schumacher (in memoriam) no ano de 1956, nossa empresa iniciou as atividades focada no mercado de artigos de decoração e canecos de chopp. Na década de 60 passamos a exportar para os Estados Unidos e América, atendendo importantes clientes como a Avon americana, Anheuser Bush (Budweiser), The Walt Disney World Group, entre outros. Depois de conquistarmos o título de maior produto mundial de canecos de chopp, com 3,6 milhões de peças fabricadas ao ano, nossa empresa buscou ampliar sua linha de produtos e atingir um novo setor do mercado. No início dos anos 70, demos início a uma séria de pesquisas até chegarmos a matéria-prima ideal para uma nova linha de produtos: uma cerâmica exclusiva. Foi quando nasceu a Ceraflame, para trazer ao mercado cerâmicas refratárias, atendendo o dia a dia de consumidores finais e profissionais da gastronomia. Nosso maior investimento é no desenvolvimento dos produtos! Criamos uma peça única no mundo, uma cerâmica completamente resistente a choques térmicos, o que permite que possamos produzir utensílios em cerâmica para cozinhar que podem ser colocados direto no fogo, e do fogo para uma superfície fria sem o risco de trincar, como acontece com as cerâmicas convencionais. A cerâmica sempre foi amplamente utilizada na cozinha por ter vantagens com relação a outros materiais na manutenção do calor e pelo fato de ser altamente resistente a riscos, porém ela tinha limitações, pois não era resistente a choques térmicos, impossibilitando a utilização direto na chama do fogão. Com a tecnologia da Ceraflame, quebramos este tabu! Atualmente, além de atender clientes em todo o país, também exportamos para mais de 20 países, entre eles: Inglaterra, Rússia, EUA, Austrália, Turquia, Egito, Emirados Árabes, Bolívia, Coreia, Ucrânia, etc. Nosso parque industrial, altamente modernizado, conta com aproximadamente 500 colaboradores e o mix de produtos da empresa tem centenas de opções, divididas em linhas, cores e tamanhos para surpreender você, consumidor!



Klaus Schumacher



Antigos colaboradores



Produção Mondoeram



Produção Ceraflame



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





MundoCeram
gourmet

Foto: Estúdio Gastronômico



www.mondoceramgourmet.com.br

0800 644 6444

NOVIDADES SÓ PARA VOCÊ

Ceraflame no Estrelas...

No mês passado nossas peças estrearam na Rede Globo! Isso mesmo! Os produtos Ceraflame agora fazem parte do “time” do programa Estrelas, comandado pela apresentadora Angélica! Em sua primeira aparição, nossas peças foram utilizadas pela jornalista Renata Capucci, que adorou os produtos e já garantiu algumas delas para sua casa. A receita preparada foi Frango com Curry e Pêssegos. Quem perdeu pode conferir no site: www.gshow.globo.com - programa Estrelas.



Imagem do programa Estrelas exibido pela Rede Globo



Foto: Divulgação

Copos Plastic em novas cores para sua cafeteira...

As novas cores “candy” da MondoCeram Gourmet – Pistache, Turquesa, Caramelo e Coral – estão fazendo o maior sucesso em todo o Brasil. Com tons neutros, os copos plastic combinam facilmente com a decoração dos ambientes e podem ser ótimas opções para ficar ao lado da sua cafeteira. Um toque de charme, praticidade e qualidade que nós lançamos para surpreender você!

GASTROMANIA

Torta de Maçã

POR Estúdio Gastronômico Luna Garcia

Ingredientes para a massa:

90 gramas de manteiga
200 gramas de farinha
1 pitada de sal
130 gramas de açúcar
1 gema de ovo
2 colheres (sopa) de água

Ingredientes para o recheio:

1 kilo de maçã sem casca picadinho
100 gramas de açúcar
80 gramas de manteiga
50 gramas de uva passas
50 gramas de amêndoas em lascas
Canela a gosto

Modo de preparo:

Massa: Em um recipiente misture a farinha com a manteiga gelada cortada em cubos até que se forme uma "farofa". Em seguida, junte o ovo o açúcar o sal e as duas colheres de água, sove até que fique homogêneo. Cubra com filme plástico e reserve na geladeira por no mínimo 1h30.

Recheio: Derreta a manteiga, junte o açúcar e misture bem. Em seguida acrescente a canela e misture. Disponha as maçãs sobre a mistura e deixe cozinhar, em seguida salpique as uvas passas e as amêndoas. Desligue o fogo e reserve.

Montagem: Cubra a assadeira da Ceraflame com a massa e reserve um pouco da massa para fazer o trançado em cima. Disponha o recheio e em seguida com tiras finas de massa faça um trançado sobre a massa. Cole as pontas, pressionando-as sobre a borda. Leve ao forno pré-aquecido a 180°C por 25 minutos ou até que a massa esteja dourada. Sirva em seguida!





Foto: Estúdio Gastronômico

CONVERSANDO COM

Chef Morena Leite

Fonte: LeBlog

Com certeza você já ouviu falar dela! A Chef Morena Leite encontrou seu caminho em meio a panelas, temperos e ingredientes naturais. Ela é natural de São Paulo, mas foi criada em Trancoso, na pousada da família no litoral da Bahia. A Sabor Saudável mostra para vocês um pouco da história e do perfil de uma das grandes revelações da gastronomia brasileira. Atualmente, ela comanda os restaurantes Capim Santo (SP) e Santinho (BA). Formada pela escola francesa Le CordonBleu, Leite atribui aos franceses a técnica de valorizar os produtos locais que usa em suas receitas. Por isso, ela valoriza muito o que o Brasil tem de melhor em suas criações. E são muitos os ingredientes! Os que ela mais gosta? Mandioca, palmito, castanhas e frutas amazônicas! Vamos lá?



Morena Leite | Foto: Divulgação

Você é paulista, mas foi criada em Trancoso. Foi a Bahia que despertou seu amor pela gastronomia?

Sim! Na pousada e no restaurante dos meus pais eu descobri que podia usar a gastronomia para entender o ser humano, que ela seria o passaporte para conhecer pessoas. Foi tomando café da manhã com os hóspedes que vi que o mineiro era mais retraído, que o carioca

era mais expansivo. Quando fui morar fora do Brasil, vi que poderia usar a gastronomia para entender também as culturas.

Apesar de seus restaurantes serem de comida típica brasileira, você é formada pela escola Le CordonBleu. Atribui a essa mistura de culturas sua bem sucedida carreira?

Sim! E foi CordonBleu que me trouxe a segurança, a base técnica, e também a valorização da cultura local. A França tem isso muito forte, de valorizar os produtos de cada região.

Apesar de ser uma chef super conhecida e respeitada, você é adepta da vida low profile. Como lida com o sucesso?

Sou uma pessoa discreta, lido com tudo da forma mais natural possível. Sou uma pessoa normal, como qualquer outra.

Mas tomei a consciência de que as pessoas criam expectativas em torno da gente, é minha responsabilidade retribuir o carinho que recebo. Mas o maior sucesso da vida é a felicidade.

Nem preciso perguntar se você gosta de comida brasileira. Qual é sua preferida?

Farofa! Sou viciada em farofa. Com carne seca, de camarão. A farofa é uma grande referência brasileira.

Falta algo na culinária brasileira?

Falta maturação. Ela ainda é muito jovem, faz uns quinze anos que falamos dela. É uma cultura recente.

Na sua opinião, quais são os melhores ingredientes do Brasil?

Mandioca – não dá para falar do Brasil sem falar dela e toda a sua diversidade: a goma, a farinha, a tapioca e tantos outros formatos.

Palmito Pupunha Fresco – Na minha opinião, é o néctar brasileiro.

Castanhas – De Caju, do Pará, o amendoim

Frutas amazônicas e do cerrado – São incríveis!

Qual receita você mais gosta de cozinhar?

Depende da fase que estou. Às vezes gosto de alguma coisa e repito até esgotar. Mas meus pratos sempre têm as coisas que eu mais gosto: algo cítrico/acidez, crocância e algo agridoce.

Tem algo que você não come de jeito nenhum?

Não gosto de embutidos, nem de miúdos e nem de conservas.

Qual foi a comida mais exótica que já experimentou?

Sou medrosa para experimentar coisas exóticas, tenho um paladar meio infantil. Mas acho que a coisa mais diferente que eu já experimentei foi canguru!

Para ser um bom chef tem que deixar os preconceitos de lado e experimentar de tudo?

Acho que sim! Ou pelo menos quase tudo, tanto para saber se gosta, como para saber que gosto tem. Mas tem coisas exóticas demais que nem precisam ser experimentadas.

É muito difícil um restaurante vingar no Brasil. Seus restaurantes são concorridos e vivem cheios, quais dicas você dá para quem quer abrir ou está abrindo um empreendimento desse tipo?

Acredito que é um composto de algumas coisas: Ter uma identidade; Ser completamente apaixonado pelo que faz. É preciso superar muitas barreiras, e nada te move se você não for apaixonado – é até meio louco – Muuuito trabalho! Nada vem de graça. Não conheço ninguém nesse meio que não faça sucesso sem ter muito trabalho, sem colocar a barriga no fogão e trabalhar de verdade. É um business que tem que estar muito presente, em todas as áreas... no salão, na cozinha, no financeiro, no administrativo... e tem que saber a hora de se reinventar, de se reciclar. Tem que ter te-

são; Sorte – às vezes mesmo tendo tudo isso, o negócio fracassa. E nenhuma equação explica isso!

Tirando o Capim Santo e o Santinho, qual restaurante você indica para ir no Brasil? E fora?

No Brasil:

Paraiso Tropical, do chef Beto Pimentel, em Salvador

Xapuri, em Belo Horizonte

Mocotó, do chef Rodrigo Oliveira, aqui em São Paulo

Oficina do Sabor, do Chef Cesar Santos, em Recife

Zea Mais, do chef Celso Freire e o Manu, da chef Manu Buffara, ambos de Curitiba

Fora do Brasil:

Paris – Lámbrisie

Nova Iorque – Degustation

Turquia – Modern

Cidade do México – Pujol, do chef Enrique Olvera

Nessa ditadura da magreza em que vivemos, como conquistar as pessoas pela boca?

Fazendo comidas saudáveis. Nossa geração já percebeu que a comida pode ser leve, saudável e saborosa. Ser saudável é comer de tudo. Eu, por exemplo, tenho 53kg e como de tudo... como rabada, chocolate todos os dias... mas como pouco! A questão não é o que você come, é quanto você come. O ideal é diminuir a quantidade e melhorar a variedade.

O mundo da gastronomia sempre foi visto como machista e elitizado. A chef Helena Rizzo, do Maní, ter sido eleita a melhor chef, pode ser um sinal de mudança?

Acho que na América Latina, e especialmente no Brasil, temos um equilíbrio muito grande. Sempre fomos em muitas mulheres. Não é como na França, na Itália, nos Estados Unidos, onde o cenário é mais masculino. O Brasil tem uma cultura de cozinha muito forte, com nomes importantes como Helena Rizzo, Flávia Quaresma, Roberta Sudbrack. Acho que esse acolhimento é uma coisa meio materna, meio latino americana.

Carne, peixe ou frango?

Peixe!

Com coentro ou sem coentro?

Sem!



Morena Leite | Foto: Divulgação

ESPAÇO DO PARCEIRO

SeducIntec

Criada há 15 anos, a Sociedade Educacional de Curitiba oferece uma série de cursos para formar e especializar profissionais. Foi criada em 1996 para atender especificamente as indústrias com cursos de qualificação industrial e treinamentos nas áreas técnicas, qualidade e manufatura. A partir de 1999, com o crescimento da necessidade da profissionalização das pessoas, surgiu a escola SEDUC, voltada para a educação e a formação de mão de obra qualificada.



SeducIntec

Foi aí que surgiu o Curso de Chef Cuisine, no qual nossa empresa é uma grande parceira.

Segundo Djalma Stoccheiro Gonçalves, coordenador do curso, a sociedade já formou uma média de 50 profissionais da gastronomia. “Ser chef nos dias de hoje não é fácil, até porque a profissão ainda não é reconhecida como deveria ser. O chef trabalha várias horas todos os dias, inclusive aos sábados, domingos e feriados. Ou seja, é um profissional que tem pouco tempo para um lazer com a família. Colocar uma dolma é fácil, o difícil é executar todas as tarefas do dia a dia e dar conta do recado. É muita pressão”, diz ele. No entanto, quando empresas como a Ceraflame contribuem, o trabalho além de ser valorizado, é otimizado na cozinha. “Essa parceria que mantemos com a Ceraflame nos beneficia muito porque estamos usando um produto de alta qualidade em nossa escola. Os alunos estão aprendendo a usar vários tipos de produtos, sabendo desde cedo a importância de uma boa peça no resultado final de uma receita. Isso é aprendizado, isso dá maior credibilidade ao nosso curso”, diz Djalma. Para ele, os produtos Ceraflame são de ótima qualidade, são fáceis de usar e são peças com um tempo reduzido de cocção ideal para ensinar nas aulas e formar os alunos. “Tendo um bom equipamento o resultado final é surpreendente, afinal de contas, o alimento fica mais saudável... e essa é a combinação perfeita para uma apresentação final perfeita”, finaliza o coordenador.

VOCÊ SABIA?

Como foi construída a Estátua da Liberdade?

Fonte: Mundo Estranho / Abril

Tudo começou nos arredores de Versalhes, nas proximidades da capital francesa, Paris, em 1865, durante um jantar na casa do historiador e jornalista Edouard de Laboulaye. Oficialmente, o monumento foi idealizado para homenagear os Estados Unidos no centenário da sua independência e, ao mesmo tempo, celebrar as boas relações entre os dois países. Nos bastidores, porém, foi uma prova de força da sociedade secreta maçônica, da qual até o escultor, o francês Frédéric-Auguste Bartholdi fazia parte. O trabalho começou em 1875 e exigiu dez anos. A "casca" foi feita com 80 toneladas de cobre norueguês, que, batido à mão, resultou nas formas da grande dama. O processo se assemelhou a um quebra-cabeça de muitas peças, montado sobre uma estrutura de aço projetada por Alexandre Gustave Eiffel (o mesmo da famosa torre parisiense). O rosto da estátua teve como inspiração as feições da mãe de Bartholdi. Em 1885, toda pronta e tinindo, com 46,50 metros e pesando quase 225 toneladas, a estátua precisou ser desmontada e acondicionada em 214 caixas antes de ser embarcada para Nova York, onde reina sobre um pedestal de alvenaria erguido pelos americanos na

ilha Liberty - na época conhecida como Bedloes, em Nova Iorque. A inauguração aconteceu em 28 de outubro de 1886, com direito à presença do então presidente Grover Cleveland, chuva e parada militar. "Liberdade Iluminando o Mundo" é o nome de batismo da mulher de tocha na mão - imagem emblemática que concorre com a do Tio Sam e com a própria bandeira do país entre os símbolos americanos mais conhecidos no resto do planeta. Incluindo a base, o colosso alcança 93 metros. Na mão esquerda, uma tábua assinala o Dia da Independência dos EUA - 4 de julho de 1776. No pedestal, lê-se o poema *The New Colossus*, de Emma Lazarus, com os versos: **"Tragam a mim os exaustos, os pobres, as massas confusas ansiando por respirar liberdade"**. Cerca de 4,2 milhões de visitantes atendem ao chamado anualmente.

A cara da mãe...

O escultor Frédéric-Auguste Bartholdi teria usado duas modelos muito especiais para compor o visual da gloriosa estátua: a mãe, Charlotte, que inspirou as feições do rosto, e a noiva, de quem ele copiou a silhueta do corpo.

Modelagem à francesa...

Ainda na França, moldes de madeira e gesso serviram para tornear as 300 placas de cobre que compõem a "casca" da estátua. A coroa de sete pontas, a tocha e o livro são símbolos maçônicos

Entrega em domicílio...

O presente francês foi embalado para viagem e despachado para Nova York no porto de Rouen, em junho de 1885 - quase não chega, vítima de tormentas em alto-mar. Inaugurada em 1886, a estátua passou por duas reformas: em 1938, e em 1986, seu centenário.



COLUNA DA CHEF

Paula Labaki

A comida e seus caminhos



Prestes a embarcar para um Festival Gastronômico na Praia da Pipa (Rio Grande do Norte), onde irei dar uma aula e fazer o jantar, começo a olhar mais atentamente para os caminhos da comida. O jantar será feito em parceria com o Chef Mathieu Michel, Belga que há 10 anos mora no Chile. Decidi então mostrar um pouco, tanto em minha aula como no meu menu do festim, os caminhos da comida. Portugal, lá do outro lado do Oceano, foi minha inspiração para a aula. A “alheira” atravessou o oceano e ganhou influências do nosso Norte e Nordeste, suas praias e a banana, fruto tão consumido nos solos brasileiros. Então surgiu a “Alheira Além Mar”. Uma alheira de frutos do mar e com pão de banana em sua massa. A alheira tradicionalmente portuguesa é um embutido, cuja base da massa é de pão umedecido. A nossa versão ganhou ares brasileiros e a defumação foi feita com madeira de goiabeira. O caminho percorrido de Portugal até aqui valeu a pena! Para o festim, fiz trajetórias por nossas terras, do campo ao mar. A busca constante pelo insumo fresco, do produtor local e logicamente sempre buscando nas técnicas o que o insumo nos pode dar de melhor. Para a entrada, pescados locais, com frutos e legumes da terra, e uma cozinha sem fogo apenas com cocções a frio. Tudo pensando em valorizar as texturas mais primitivas de cada insumo. No prato principal um caminho do campo ao mar, no qual a carne de porco se encontra com o camarão. Caminhos que poucos pensavam em cruzar, mas que juntos caminham muito bem. Na sobremesa o passeio foi pelos frutos. Buscamos os caminhos dos frutos locais e finalizamos com um festival de sabores e perfumes da região. Toda a comida tem seu caminho, partiu de algum lugar. A cabeça do cozinheiro vive fazendo caminhos e buscando novas possibilidades para suas criações. Eu me empolgo cada dia mais. E você?



visite nossa loja virtual
www.bottargagold.com

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

Spaghetthi alla Bottarga Gold



Bacalhau com 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 33 49 8696 - Itajaí - Santa Catarina



BOTTARGA
gold

Uma tradição. Uma iguaria. Um sabor.

COLUNA

Luna Garcia

História de superação em Fernando de Noronha

Foto: Luna Garcia



Quanto mais tempo passa, mais tenho a certeza de que estou na profissão correta e sei o quanto isso é importante para levarmos uma vida equilibrada e feliz. A fotografia gastronômica me faz sentir assim e ainda me leva a sabores, pessoas e lugares incríveis. Mês passado, estive literalmente no paraíso, e fica aqui, no Brasil. Fui pra Fernando de Noronha para um breve trabalho e tive a oportunidade de conhecer uma pessoa muito especial. Waldir Calado, é um homem aparentemente comum, um lutador como muitos brasileiros, trabalhava no bar de uma das pousadas mais tops da ilha. Um dia, porém, um acidente mudou sua vida e toda sua história. Morar em um lugar onde a natureza é quase intocada, tem suas desvantagens. Toda a infraestrutura

é muito limitada e com os primeiros socorros, não seria diferente. O socorro demorou a chegar e dois longos dias se passaram até que o bravo homem conseguisse ser removido. Os médicos tiveram que amputar suas duas pernas e já não tinham mais quase esperança. O guerreiro porém, não desistiu, nem de voltar a andar nem de seguir seus sonhos: continuar sendo um artista do bar e capacitar as pessoas que também desejavam isso. Superando todas as expectativas, ele montou o projeto Ilha Drinks e quase sem ajuda nenhuma, o fez tornar real. Até então não poderia imaginar, que aquele simpático rapaz que fazia minha tapioca no café da manhã, tinha tanto a me encantar. Numa breve conversa matinal, fiquei sabendo do projeto que logo mais aconteceria, e mesmo no seu



segundo ano de existência, ou diria de insistência, ainda estava tão desacreditado. Acontece que em Noronha Deus está mais próximo e não perde uma oportunidade de dar um empurrãozinho... eu fui a trabalho com a pessoa certa para poder fazer acontecer o projeto do Waldir e ainda acabei sendo contratada pelo próprio projeto para voltar dali a 20 dias e cobrir o festival Ilha Drinks! No festival, além de capacitar moradores da Ilha a terem uma profissão, promoveu um concurso entre eles e levou três bartenders incríveis para ensinar seus truques e ter vivências de muitas trocas com todos. Eu e minha assistente estávamos lá, no meio do paraíso, com pessoas inesquecíveis e fotografando coquetéis maravilhosos. Ainda fomos recebidas nos melhores restaurantes e pousadas para degustar pratos sensacionais e acolhidas na Pousada Teju Açú, que acaba de contratar o Chef Maurício Jasniewicz, que fez estágio com ninguém menos que Gastón Acurio. O festival foi um sucesso e já tem data certa para 2015. Waldir Calado a cada ano dá mais um passo com suas próteses de ouro rumo ao sucesso incansável de homens que se superam. E eu, estarei lá...



Drink by Maurício Campos | Foto: Estúdio Gastronômico



Drink by Waldir Calado | Foto: Estúdio Gastronômico



Drink by Luciano Melo | Foto: Estúdio Gastronômico



Drink by Maria Bento | Foto: Estúdio Gastronômico

CLIENTE DESTAQUE

Cerveja Coruja comemora 10 anos com novos produtos e três dias de festa!

De cara nova, cervejaria festeja aniversário com lançamento de novas receitas, modelo exclusivo de garrafa e site reformulado!

Foto: divulgação



A Cerveja Coruja, cliente da Mondoceram, completou 10 anos de história em setembro, com voos cada vez mais altos. Para celebrar a data, a cervejaria lançou um combo de surpresas em três dias de festa. O evento aconteceu no Solar Coruja, espaço cultural instalado em um casarão histórico do início do século XX. A programação também contemplou uma festa dentro da fábrica da marca em Forquilha, no Sul de SC, e encerrou com um festival de cerveja aberto ao público, também no QG da Coruja. As mudanças apresentadas vão do frasco ao sabor: mais três cervejas especiais, ajuste na identidade visual da marca e novo modelo exclusivo de garrafa.

Cerveja Otus Hup e Noctua | Foto: divulgação



"Como uma ave migratória, que quer descobrir novos horizontes, nós resolvemos fazer algumas mudanças e padronizamos nossa marca para transmitir melhor a mensagem e os valores da Coruja nessa fase de expansão. Passamos de um projeto regional para um nacional. Estamos com distribuidores e bares parceiros em seis estados e com expectativa de chegar em novos mercados. Quando começamos, dez anos atrás, o público não estava acostumado com a diversidade. Hoje, o cenário é outro. As pessoas estão abertas a novas experiências e por isso lançamos três cervejas novas, em uma linha complementar da Coruja", afirma o empresário Rafael Rodrigues.



Rafael Rodrigues | Foto: divulgação

Lipton

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



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

MANIA DE BRASIL

Ilhabela: um refúgio no litoral norte de São Paulo

Fonte: Ilhabela.com.br

Quarenta e duas praias, mar azul com águas límpidas e geografia privilegiada. Esta é Ilhabela, cidade do litoral norte de São Paulo, a 135 km da capital. O município é reconhecido oficialmente como a Capital Nacional da Vela. Por conta da posição geográfica, os ventos se intensificam e são constantes no canal de São Sebastião, que separa a ilha do continente. O arquipélago de Ilhabela é um dos pontos mais bonitos do litoral brasileiro. Com 83% de sua área preservada pelo Parque Estadual de Ilhabela, a cidade abriga a maior reserva de Mata Atlântica do planeta. Sinônimo de flora exuberante e fauna rica em diversidade, a beleza local é completada por suas 42 praias de diferentes estilos e cachoeiras

abundantes. Desde 1979, recebe a Semana Internacional de Vela, a maior competição da categoria na América Latina.

A cidade do litoral norte de São Paulo também é ideal para a prática de mergulho. As praias são um grande atrativo para os turistas. Ao todo são 42 espalhadas pelos 130 km de costa. Alguns destaques são Saco da Capela, frequentada por amantes da pesca, esportes náuticos banhistas que procuram tranquilidade, Praia dos Castelhanos, a maior da cidade, Praia do Jabaquara, com larga faixa de areia cortada por dois riachos e mar azul turquesa, e Praia da Armação, um dos melhores locais de Ilhabela para a prática de windsurf.

Ilhabela tem um Santuário Ecológico, criado oficialmente em 1992, por abrigar uma rica e frágil comunidade de animais marinhos. O Santuário se estende da Praia das Pedras Miúdas, em frente à Ilha das Cabras, até a Praia do Portinho. Utilizando cilindro ou snorkel, quem mergulhar neste santuário terá contato com cardumes, corais, estrelas do mar, anêmonas e outros seres que dão vida e cor ao mar de Ilhabela. Os recifes artificiais são ótimos para mergulhadores. A estátua de Netuno, com 7 metros de altura, é um deles. Os barcos naufragados, como o Príncipe das Astúrias, que afundou em 6 de março de 1916, também. Este é o maior naufrágio da história do Brasil. O luxuoso transatlântico inglês foi construído no mesmo estaleiro do Titanic. Dos 611 passageiros, apenas 164 sobreviveram. Os adeptos do turismo ecológico têm ainda à disposição uma série de cachoeiras e trilhas em Ilhabela. Centenas de nascentes formam piscinas naturais e enormes quedas d'água, como a cachoeira do Gato, no Parque Estadual de Ilhabela.

No Parque Municipal das Cachoeiras, os visitantes encontram algumas trilhas que levam a duas cascatas de 65 metros de altura. Por fim, os turistas devem conhecer a Vila, o centro histórico e comercial onde Ilhabela se formou. Prédios históricos dos períodos colonial e imperial dividem espaço com restaurantes, cafés, livrarias e lojas de artesanato caiçara local. Algumas das construções mais antigas da cidade são Igreja Matriz Nossa Senhora D'Ajuda e Bom Sucesso, a Antiga Cadeia e Fórum, a Colônia de Pescadores, a Casa de Cultura e o Píer, atual receptivo de navios.

O acesso de carro a Ilhabela a partir da capital se dá pelas rodovias Ayrton Senna/Carvalho Pinto ou Dutra até São José dos Campos. Depois, o motorista segue pela Tamoios até Caraguatatuba e Rio-Santos até São Sebastião. É necessário atravessar de balsa até a Ilha. De ônibus, o embarque é na rodoviária do Tietê. O veículo vai até São Sebastião, e o passageiro também pode atravessar de balsa.

SAÚDE

Outubro Rosa e o Câncer de Mama

Mês de conscientização sobre a importância da detecção precoce do câncer de mama vem derrubar o mito de que a doença é uma sentença de morte e reforçar que cuidar da saúde é um gesto de amor à vida.



O câncer de mama é o segundo tipo de câncer mais frequente no mundo e também é o mais comum entre as mulheres. Ele responde por 22% dos casos novos registrados a cada ano. Se diagnosticado e tratado de forma precoce, o prognóstico é relativamente bom.

Por isso, a Ceraflame também apoia o Outubro Rosa, um movimento internacional que acontece sempre em outubro para conscientizar sobre a importância do diagnóstico ainda em fase inicial da doença.

Aqui no país, as taxas de mortalidade por câncer de mama infelizmente continuam elevadas, muito provavelmente porque a doença ainda é diagnosticada em estágios mais avançados. Mas isso pode ser revertido se mulheres e homens fizerem com mais frequência o autoexame, tocando nas mamas a fim de perceber alterações e procurando por auxílio médico o mais imediato possível.

De acordo com o Inca, em 2014, cerca de 57.100 novos casos devem ser contabilizados. Na última pesquisa, feita em 2011, o câncer de mama matou 13.345 pessoas, sendo 13.225 mulheres e 120 homens.

**Cuide de você, cuide da sua saúde!
Faça o autoexame periodicamente!**



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

SUA CASA EM HARMONIA

Como montar uma biblioteca em casa

Fonte: Blog Lola Home

Ter uma biblioteca em casa e organizar as obras favoritas em um único espaço é o sonho de qualquer pessoa que tem gosto pela literatura. No entanto, mais do que objetos de décor, os livros necessitam de cuidados para que eles tenham a conservação garantida e que também componham um ambiente confortável, aconchegante, onde você possa relaxar e assimilar um pouquinho de cultura todo dia.

Para você montar a sua biblioteca em casa, é preciso seguir alguns cuidados básicos.

A primeira dica é ter um ambiente confortável e aconchegante. Uma biblioteca em casa é sinônimo de introspecção e relaxamento, portanto, é muito importante pensar em uma decoração confortável, que traga a sensação de aconchego. Opte por um local livre de ruído e capriche nas almofadas e poltronas macias. Quanto às cores, escolha por tons mais cleans, já que a reunião de livros deixa o ambiente, conseqüentemente, mais escuro.

Tenha estantes e prateleiras para organizá-los (sempre na vertical!) e classifique-os da forma como achar melhor para você: 'favoritos', 'gêneros' ou 'autores', por exemplo.

Lembre-se que livros mal organizados podem ser o foco do mofo e, a longo prazo, os fungos podem destruir suas obras, fora o perigo que estes micro-organismos são para a saúde. Observe o



Foto: divulgação

nível de umidade do espaço, temperatura e iluminação para que a biblioteca em casa esteja sempre perfeita. A luz também é um fator importante e precisa estar direcionada na hora da leitura. Quanto à limpeza, uma flanela seca para tirar o pó já é mais do que suficiente.



Foto: divulgação

Para compor a decoração da biblioteca em casa, móveis com design fazem toda a diferença na composição: prateleiras modernas, poltronas diferenciadas e fora daqueles padrões clássicos são bons exemplos para inovar e criar um espaço moderno e cheio de personalidade. Se quiser algo mais tradicional, não há problema – a sala de leitura ficará com ares sofisticados. Se você não tem um espaço exclusivo, procure por todos os cômodos uma parede ociosa, ou seja, um espaço que você pode colocar uma prateleira ou estante. Dá para organizar os livros em áreas como o quarto, sala ou living, por exemplo. O importante é que seja um local bem arejado e livre da incidência do sol diretamente nos livros!



Foto: divulgação

MondoCeram
gourmet

Foto: Estúdio Gastronômico



www.mondoceramgourmet.com.br

0800 644 6444

COLUNA DO CHEF

Paulo Hruschka | paulo@certaceramica.com.br



Olá pessoal, vocês nem imaginam a correria, rs. Coisa boa! Quase não deu tempo de enviar a coluna em tempo do fechamento dessa edição para contar o que se passa, mas cá estou! Um dos grandes eventos que marquei presença foi a ABUP SHOW, mas além disso, também percorri os 4 cantos do nosso Brasil levando aos consumidores novas receitas e as peças da Ceraflame, que são um grande sucesso! Depois de quatro anos retornei a Arapongas e Londrina. Lá fizemos uma semana de eventos nas lojas SH Marabá, na qual colocamos em prática uma deliciosa tagine de cordeiro e também um filet mignon com batatas e molho funghi. Foi muito bom encontrar as pessoas que, quando comecei a trabalhar na Ceraflame, incentivaram-me a continuar, sempre crescendo pessoal e profissionalmente. Não paramos por aí... do Paraná o próximo destino foi São Paulo, lá fizemos mais eventos em Vinhedo, Guarulhos e Jundiaí. Acho que foi o mês de encontrar velhos amigos. Em Guarulhos fizemos um evento na Elétrica Takei. Muito bom saber que temos parceiros a tanto tempo, o que comprova a boa aceitação de nossos produtos, não é mesmo?

Começando a cansar, mas com muitas missões pela frente! Ao voltar de São Paulo passamos pelo sul de Santa Catarina, retornamos a Criciúma e Turvo, onde fizemos um delicioso frango na cerveja preta com macarrão e salada, só de pensar já me dá saudades, rsrsrsrs. De volta à estrada, minha próxima parada foi Salvador. Lá rolou um bate papo com direito a risoto de mignon com gorgonzola. Ainda na Bahia, participamos de uma feira gourmet em feira de Santana, onde demonstramos nossos produtos para mais de mil pessoas. Salvador já estava quente... mas quando cheguei em Teresina, meu Deus! Além do calor, o que nos surpreendeu foi a necessidade de improvisar mais um horário de curso devido à grande procura. Em apenas 4 horas se fecharam as 100 vagas disponíveis. Chegamos a reunir 150 pessoas na Comercial Pintos em apenas 3 cursos. Muito bom!

Melhor ainda é poder contar tudo isso para vocês. Nestes últimos dias revi muitos amigos e, com certeza, fiz novos por onde andei... essa é a mágica que a cozinha me proporciona, visitar lugares, conhecer culturas diferentes e fazer amigos, isso sem falar na arte de cozinhar e mostrar as vantagens que só a Ceraflame tem!

Um grande abraço e até dezembro!

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