

sabor saudável

Edição nº 18 - Julho e Agosto/2015

Ceraflame
cookware

EDIÇÃO DE INVERNO!



EDITORIAL

Já estamos no segundo semestre de 2015 e só temos motivos para comemorar! Desde o início do ano participamos de importantes eventos, lançamos novos produtos, conquistamos clientes, firmamos parcerias e não paramos de crescer! E nosso crescimento vai muito além dos números e estatísticas. Para nós, o crescimento é sinônimo de uma boa relação com nosso público, estreitada por canais de comunicação sempre eficientes, pronto atendimento e rápida resposta. Queremos ser parceiros dos nossos consumidores, reforçando todos os dias os principais conceitos da nossa empresa: produtos de alta qualidade, inovadores, saudáveis. E é por isso que mantemos sempre atualizados as nossas redes sociais (facebook, instagram, PIP, blog), além de garantir ao cliente uma breve resposta no SACC. Este é nosso compromisso! Queremos ser parte dos momentos mais agradáveis das famílias brasileiras. Espero que gostem desta edição!

Boa leitura e até setembro.

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 e Caio Schütz

Fale conosco: sacc@certaceramica.com.br

ÍNDICE

04 NOSSA EMPRESA
Expocachaça e BrasilBier

06 NOVIDADES SÓ PARA VOCÊ
Dica para surpreender no Dia dos Pais

08 GASTROMANIA
Sopa de Ervilha

10 CONVERSANDO COM
Morena Leite

14 CLIENTE DESTAQUE
Loja Pintos

16 COLUNA
Chef Fred Tibau

18 VOCÊ SABIA?
Curiosidades sobre o vinho para você impressionar!

20 COLUNA
Luna Garcia

22 ESPAÇO DO PARCEIRO
POR Monica Rangel

24 MANIA DE BRASIL
Gramado e Canela: cidades gaúchas são charmosas para o inverno

26 SAÚDE
Labirintite, alimentação e estresse!

28 SUA CASA EM HARMONIA
PISOS: Porcelanato ou Laminado?

30 COLUNA DO CHEF
Paulo Hruschka

NOSSA EMPRESA

Expocachaça e BrasilBier

Entre os dias 04 e 07 de junho, Belo Horizonte foi a sede da 25ª edição da Expocachaça, considerada a vitrine do agronegócio da cachaça. Paralelamente a esta exposição, aconteceu a 9ª BrasilBier, um dos mais importantes acontecimentos da cerveja artesanal do Brasil. Os dois eventos aconteceram no Expominas e favoreceram novos negócios para empresários de todo o país, ao mesmo tempo em que ofereceu ao público, entretenimento e diversão, gastronomia, consumo, lazer e cultura. A MondoCeram, que vem ampliando seu portfólio para atender este crescente segmento, participou do evento e expandiu seus negócios. O resultado do evento foi muito positivo. Por lá apresentamos, entre várias opções, garrações retornáveis de cerâmica para armazenar bebidas, principalmente as cervejas artesanais. Além da linha “branca”, que pode ser personalizada para cada cliente, a novidade que teve muito destaque foi a Linha Cervejeiros, uma linha exclusiva e diferenciada de garrações, canecos e taças de cerâmica com decorações modernas e criativas para servir cerveja em casa!

Foto: divulgação

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



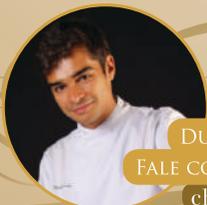
Bacalhau com Bottarga Gold



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.

NOVIDADES SÓ PARA VOCÊ

Dica para surpreender no Dia dos Pais

Todo ano é a mesma coisa: o dia dos Pais se aproxima e todo mundo se perde na hora de comprar os presentes. Perfumes, roupas e eletrônicos estão entre os itens mais procurados para a ocasião. Mas também são eles os mais tradicionais.

Que tal inovar neste ano?

Para os papais que são verdadeiros amantes de cerveja artesanal, uma dica imperdível MondoCeram. Uma linha de garrações, canecos e taças de cerâmica com decorações modernas e criativas para servir cerveja em casa. Quem não abre mão de comprar cerveja artesanal direto das microcervejarias pode usar estes garrações, que são retornáveis. Os modelos têm tampa flip top, suportam a pressão da pasteurização da bebida e ainda mantêm a temperatura da cerveja conservada por mais tempo. Além dos garrações, disponíveis em 1 e 2 litros, taças e canecos também completam a Linha Cervejeiros para surpreender na hora de servir aquela gelada!





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



GASTROMANIA

Sopa de Ervilha

Créditos: Estúdio Gastronômico

Ingredientes:

- 4 xícaras e meia de ervilhas frescas
- 1 cebola grande picada em cubos pequenos
- 3 dentes de alho picados
- 10 xícaras de caldo de legumes
- 1 ramo fresco de salsinha
- 4 colheres de sopa de manteiga sem sal
- 1 xícara de creme de leite fresco
- 1 colher de sopa de suco de limão

Como fazer?

Em uma caçarola Ceraflame aqueça duas colheres de manteiga. Refogue o alho e a cebola. Mistura as ervilhas com o caldo de legumes e a salsa. Cozinhe até ficar macio. Leve ao liquidificador. Bata em alta velocidade formando um purê liso. Quando estiver pronto para servir, aqueça a sopa em fogo médio até que fique aquecido completamente – não precisa ferver. Tempere a gosto. Para dar aquele acabamento, adicione o creme de leite, sempre misturando lentamente. Decore com ervilhas e sirva com torradinhas temperadas com azeite e alho.

Bom Apetite!





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

CONVERSANDO COM

Morena Leite

Foto: Gisele França

Nesta edição tivemos a grande alegria de conversar com a super Chef Morena Leite, que está fazendo o maior sucesso. Ela mora em São Paulo, tem 34 anos e muitas histórias para contar. Vamos lá?

Você é de SP, mas cresceu na Bahia. Como despertou o interesse e a paixão pela arte de cozinhar?

Já na infância. Cresci em meio a panelas, temperos e ingredientes naturais, no litoral baiano. Minha mãe é arquiteta, virou cozinheira e resolveu, em 1982, receber pessoas para almoçar em casa, em Trancoso, onde morávamos. Os pratos eram feitos em um fogão à lenha, com ingredientes colhidos no quintal de casa e peixes da região. Os clientes viraram amigos e vice-versa e eles resolveram, anos depois, profissionalizar o negócio, abriram um restaurante e, pos-

teriormente, a pousada. Cresci nesse ambiente. Desde pequena, ajudava meus pais a receber as pessoas. Cresci vendo o mar da janela da minha cozinha. Esse horizonte e o cheiro da maresia me inspiraram desde pequena.

Se fosse para escolher um, como o melhor ingrediente genuinamente brasileiro, qual seria?

A tapioca, a farinha derivada da goma de mandioca. É extremamente versátil, com ela são feitos pudins, cremes, cuscuz, sopas. No menu do Capim Santo, temos desde churros de tapioca até sagu de

tapioca com morangos, sorbet de lichia e espumante rosé.

Você se inspira em algum ícone da gastronomia mundial? Por quê?

Tenho admiração pelo trabalho do chef Claude Troisgros, sua maneira generosa de valorizar os ingredientes brasileiros, sua capacidade de brincar com os sentidos, texturas, explorar sabores e revisitar pratos tradicionais. É uma inspiração para mim.

Qual foi a receita mais diferente que já experimentou? E a que você já fez?

A mais exótica foi uma carne de canguru durante uma viagem para a região de Provence. A mais exótica que fiz foi um peixe com ouriço, para um evento, a pedido de um cliente, já que não sou muito fã de ouriço.

Seus restaurantes são tipicamente brasileiros. Qual é o segredo para reinventar tradicionais sabores da nossa gastronomia?

Há sabores muito especiais no Brasil e queremos mostrá-los de forma criativa, além de extrair o máximo de sabor de combinações e ingredientes. A principal marca do Capim Santo é apresentar uma cozinha natural, preparada com técnicas francesas e ingredientes 100% nacionais.

Qual o principal aprendizado que a Le Cordon Bleu trouxe?

O rigor técnico e o profissionalismo da gastronomia francesa foram um grande aprendizado para mim. Jamais abri mão da intuição apreendida com os meus pais,

mas a passagem pela Cordon Bleu foi fundamental para transformar a marca no grupo que é hoje. Cresci na pousada da minha família no litoral baiano, em conta-to com hóspedes de várias nacionalidades. Aprendi a ouvir suas histórias. Com eles aprendi o quanto a mesa aproxima as almas. Na adolescência, fui estudar em Cambridge, na Inglaterra, onde morei com uma francesa, uma cambojana budista, uma turca muçulmana e uma russa judia. Foi aí que vi, na gastronomia, uma identidade, o meu passaporte cultural. Percebi que podia entender o mundo e as pessoas através da comida e que comida é transferência de amor e alegria. Por isso, resolvi estudar gastronomia. Me formei como Chef de Cozinha e Confeitaria na Le Cordon Bleu, em Paris. Lá aprendi a valorizar os ingredientes locais, sempre frescos e mais saborosos. E assim nasceu a cozinha do grupo, técnicas francesas com ingredientes brasileiros.

O Capim Santo fez 30 anos, qual é o segredo para o contínuo sucesso e destaque nacional?

O resultado de muito amor, esforço e dedicação ao longo da carreira, além da construção de uma grande equipe que atua comigo.

São quantos restaurantes? Todos eles seguem a mesma linha de trabalho?

Hoje, o grupo é composto por uma pousada; quatro restaurantes (Capim Santo, em Trancoso e em São Paulo, e a rede Santinho, com unidades no Instituto Tomie Ohtake, no Museu da Casa Brasileira

e no Theatro Municipal de São Paulo, em São Paulo); um buffet; uma escola de gastronomia, a Sabores e Saberes; e o Instituto Capim Santo, que fomenta projetos de inclusão social por meio da gastronomia e tem sedes em Trancoso e em São Paulo. O Santinho é a marca mais jovem do Grupo Capim Santo. O DNA do Santinho é estar sempre dentro de espaços culturais e ligado às artes. A primeira casa surgiu no final de 2010, no Instituto Tomie Ohtake, em Pinheiros, em ambiente moderno, em sintonia com a proposta da instituição. Em 2013, a marca abre sua segunda casa, no Museu da Casa Brasileira, no Jardim Europa, num amplo

deck, espaço aberto para uma área verde de 6.000m² com mais de 200 exemplares de árvores. Recentemente, abriu no Theatro Municipal de São Paulo, no centro da cidade. O cardápio da rede Santinho segue o mesmo menu do restaurante Capim Santo no almoço – buffet numa bancada gourmet com estações de grãos, leguminosas, acompanhamentos, proteínas, tapiocas e massas feitas na hora.

Nas horas vagas, o que gosta de fazer?

Gosto de ficar com a minha família, viajar, ler livros, escutar diferentes músicas, viver novas experiências.

Foto: Giseli França



Algun projeto futuro que poderia nos contar?

Vou lançar um livro sobre esse universo mágico que é o casamento. Ele vai se chamar "Altar" e vai reunir receitas para festas de casamento e mesas decoradas com temas tropicais. A ideia é lançar o livro neste ano, aproveitando as comemorações dos 30 anos do Grupo Capim Santo. Entre os profissionais que estão colaborando com o livro estão o florista Vic Meirelles, o fotógrafo Rômulo Fialdini e a cenógrafa Chris Ayrosa. Só os players do setor de casamentos. Está sendo muito prazeroso fazer esse projeto. Somos muito procurados para fazer casamento e gosto de compartilhar deste momento tão especial para as pessoas. Poder participar deste momento único na vida delas é um prazer. Nos últimos anos fizemos muitos casamentos em São Paulo, Ilhabela (SP), Trancoso (BA)... Adoro fazer casamento e contribuir para o sonho do casal com a minha gastronomia. Também pretendo ampliar os projetos do Instituto Capim Santo. O Instituto Capim Santo surgiu da vontade de contribuir com a cidade onde cresci, Trancoso, para dividir minhas experiências e conhecimentos na gastronomia com outras pessoas. O instituto oferece aulas voltadas para as práticas na cozinha e formação teórica no universo da gastronomia, além de transmitir conhecimento cultural e profissional para jovens de comunidades carentes em busca do primeiro emprego. O Instituto funciona desde 2009 em Trancoso. Em 2012, deu um passo importante ao firmar, em São

Paulo, parceria com outras ONGs – Verdescola, Instituto André Franco Vive e duas escolas municipais de São Paulo, além de ter o instituto dentro do restaurante Capim Santo. Capacitar comportamental e tecnicamente para inserção no mercado de trabalho, este é nosso objetivo. O curso é semestral com módulos. Ensinamos técnicas, vertentes da gastronomia, técnicas de corte, teoria sobre nutrição, segurança na cozinha, mercado de trabalho. São aulas teóricas e práticas para quem tem interesse na área de gastronomia. Dá muito orgulho quando vejo ex-alunos atuando em restaurantes da capital. No próprio Capim temos ex-alunos e isso é muito gratificante.



Foto: Gisele França

CLIENTE DESTAQUE

Loja Pintos



Foto: divulgação

Em 1955, uma pequena loja abriu suas portas no centro de Teresina. Era uma loja modesta, com apenas cinco funcionários. Este pequeno negócio foi o embrião das lojas Pintos. Em 2015, a Pintos completa 60 anos, e comemora uma história repleta de realizações. Tudo começou quando o Sr. Agostinho Pinto, nascido em Portugal, visitou Teresina a trabalho. Imediatamente, apaixonou-se pela cidade e decidiu adotá-la como seu lar. Em meados do século XX, a cidade era pequena, mas a hospitalidade de sua gente logo conquistou a simpatia do

incansável português, que percebeu uma boa oportunidade à sua frente: Teresina não dispunha de nenhuma loja de armário. Sem perder tempo, inaugurou a Casa das Rendas, em um espaço de apenas 36m². O sucesso foi tanto que após dois anos foi aberta a primeira filial: a Casa Pinto, maior e com mais de 20 funcionários. Em 1960, o primo do Sr. Agostinho, Sr. Delfim Pinto, entrou na sociedade, e em 1978, foi inaugurada a Pintos Magazine. Funcionando em um dos primeiros edifícios erguidos em nossa cidade, construído especialmente para a

loja, a Pintos Magazine apresentava um variado mix de produtos que incluíam móveis e eletros, além de um espaço amplo para atender aos clientes, atributos que ainda hoje fazem da loja uma referência no comércio de Teresina. Os anos seguintes foram de muito trabalho, e em 1994, mais um passo foi dado rumo ao crescimento: a Pintos Rio Branco foi criada, disponibilizando para os teresinenses mais um endereço com o padrão de qualidade Pintos. Buscando diferenciar-se cada vez mais, foi inaugurada, em 1999, a Pintos Calçados. Junto com a virada do milênio, veio um maior crescimento de Teresina, e o público ficou cada vez mais exigente. Pensando nisso, a Pintos inaugurou, no ano de 2003, mais duas filiais: a primeira na Av. Frei Serafim, com uma linha diferenciada de móveis, eletros e celulares e a segunda no Shopping Riverside, voltada especialmente ao público feminino. As duas lojas representam muito bem a Pintos no século 21: uma empresa moderna, com uma grande variedade de produtos dispostos em lojas confortáveis, com qualidade, preços baixos e condições de pagamento facilita-

das. Tudo para atender da melhor forma toda a família, conquistando não apenas clientes, mas amigos de longa data. Há famílias que fazem suas compras na Pintos há três gerações. Em 2010 a empresa inaugurou mais uma loja: a Pintos Shopping, com uma área de mais de 11.000m² e localizada na área nobre de Teresina. A loja de departamentos veio coroar os esforços e trabalho do grupo e presentear nossa capital com mais um empreendimento e geração de novos empregos. O diferencial da marca, que atualmente tem seis lojas, é oferecer produtos e serviços de qualidade, pelos menores preços, sempre norteados pelo respeito ao próximo, seja ele cliente, funcionário, fornecedor, agente público ou qualquer outro cidadão. Clientes da nossa empresa desde 2014, em uma parceria que começou na 28ª Abup Show, a Loja Pintos garante que quer ampliar os negócios com a Ceraflame para continuar surpreendendo o mercado com as peças. Para eles, os nossos grandes diferenciais estão na qualidade, na inovação, no design, segurança e praticidade no dia a dia.



COLUNA

Chef Fred Tibau



FAÇA VOCÊ MESMO!

Que a gastronomia está em alta todos nós já sabemos, mas o que me chama a atenção é a quantidade de pessoas que procuram cursos rápidos não profissionalizantes ou faculdades de gastronomia para aprender técnicas e dicas com chefs renomados ou cursos específicos tanto na área da cozinha salgada quanto na confeitaria simplesmente por hobby, ou ainda, para receber amigos em casa. Para que você mesmo faça, são necessárias algumas coisas básicas como: uma faca bem afiada, uma tábua de cortes, bons ingredientes frescos, pesquisa, conhecimento básico, umas boas panelas da Ceraflame, que são lindas e podem ir à mesa sem você precisar colocar em outro recipiente e bom gosto. Minha dica principal, em termos de produto, é a linha de caçarolas da Ceraflame e a linha de ramequins da MondoCeram Gourmet. Eu amo!

Cozinhar é uma arte que qualquer ser humano pode se habilitar a fazer e também uma necessidade. Contudo, se você tiver uma decoração harmoniosa com uma toalha ou um sousplat, um arranjo de flores mesmo que simples,

uma louça bacana, isso já será meio caminho andado. Pense sempre na harmonia dos ingredientes que serão servidos, tente não repetir ingredientes na entrada e no prato principal, pesquise se algum dos seus convidados tem alguma restrição alimentar, procure deixar toda a mise en place (pré preparo) pronto com antecedência, escolha uma bebida que se adeque ao cardápio e também ao clima de sua cidade.

O chique nem sempre está relacionado ao caro. Na minha opinião menos é mais, o simples agrada muito mais. Atualmente existem várias empresas de aluguel de material para festas e também locação de móveis. Há no mercado empresas especializadas em atendimento e serviço tanto para garçons quanto para limpeza. Mas não se esqueça, organizar um evento dá trabalho e necessita dedicação. Portanto, se você não está com esse tempo todo, é melhor procurar um profissional para ajudá-lo. Personal chef, chef em casa... essa vertente da gastronomia não para de crescer! Fica minha dica.

Um beijo a todos os que amam cozinhar e os apreciadores da boa comida.

Até a próxima!

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



Foto: Estúdio Gastronômico



www.ceraflame.com.br
0800 644 6444

VOCÊ SABIA?

Curiosidades sobre o vinho para você impressionar!

Fonte: Sonoma

Chega de discutir de onde vem o melhor Cabernet ou o melhor Malbec. Vamos falar de fatos interessantes sobre os vinhos. Se você gosta de ter o que falar para surpreender num jantar, vamos te dar 10 fatos sobre vinhos que você precisa saber, guardar e espalhar por aí.

1) São necessárias 300 uvas para produzir uma garrafa de vinho.

Se você procurar pela internet, vai achar várias contas cabulosas para chegar a diferentes números para responder a simples pergunta: quantas uvas são espremidas para fazer 750ml de vinho (uma garrafa)? Tem gente que fala que são em torno de 140 frutinhas, mas também há quem acredite nas pouco mais de mil! A verdade é que depende de como foi feita a fermentação - as uvas estavam grandes e cheinhas, gerando mais líquido e mais leveza ou acidez? Ou eram uvas apassitadas, quase passas, cheias de açúcar natural, mas produzindo menos vinho (um Tokaji, por exemplo, leva quilos e mais quilos de uvas). Mas vamos falar da média para um vinho tranquilo, comum, de produção mais tradicional: já é convenção dizer que um hectare de videiras tem mais ou menos 1.200.000 bagos de uvas e produz cerca de 33 barris de vinho - dividindo esse número até chegar a uma garrafa, temos o singelo valor de 300 uvinhas por garrafa!

2) Uvas tintas também produzem vinhos brancos e rosés.

Tanto é que existem raros Malbecs e Pinots Noirs brancos. Para que isso aconteça, basta fermentar a uva sem deixar as cascas em contato com o mosto, pois são elas que dão cor ao vinho. No caso dos rosés, é só manter o contato por pouco tempo, para que a coloração não chegue a ser tinta.

3) Vinho doce (de sobremesa) não tem adição de açúcar.

Um vinho de sobremesa pode ser doce por vários fatores: pela maturação em excesso da uva, pela fortificação, pelas uvas serem atingidas pelo fungo "botrytis cinerea" ou ainda por se tratar de um icewine. Mas é tudo natural, nunca por adição de açúcar (os vinhos que levam açúcar são chamados de suaves, e são mais simples).

4) Afinal, qual é a diferença entre vinho seco e suave?

O vinho suave tem adição de açúcar. É um vinho de qualidade mais baixa,

elaborado com uvas comuns de espécies americanas (de mesa, feitas para comer, e não para vinificar) - Concord, Herbermont, Niágara, Isabel, entre outras. Esses vinhos podem ser identificados no rótulo, e facilmente são encontrados em supermercados. Já os vinhos secos (também chamados de vinhos finos) são elaborados com uvas mais nobres (as de espécies "viti viníferas"), como Cabernet Sauvignon, Merlot, Chardonnay. Qualquer resíduo de açúcar nesses vinhos é produzido naturalmente pela uva durante a fermentação.

5) Vinho Verde... Não é verde!

Lá nas margens do Minho, em Portugal, está a região demarcada de Vinho Verde, ou seja, a denominação de origem (DOC) que dá nome ao vinho. Portanto, ele pode ser branco, tinto e até rosé, menos verde.

6) E vinho do Porto não é produzido no Porto!

É produzido mesmo no Douro! Passou a ser conhecido como Vinho do Porto porque era lá, na região do porto, que ficava armazenado antes de ser exportado (afinal, fica pertinho).

7) Nem todo espumante é Champagne.

É muito comum ouvirmos algumas pessoas chamando todos os espumantes de Champagne, mas não é bem assim. Apenas o espumante produzido na província histórica de Champagne, na França, recebe esse nome. Então, anote a regrinha: nem todo espumante é Champagne, mas todo Champagne é um espumante.

8) Os chineses são os maiores consumidores de vinho tinto do mundo!

Ultrapassando a França e a Itália, os chineses se mostraram os maiores consumidores de vinho tinto do mundo. Em 2014, os chineses chegaram a consumir 1,86 bilhão de garrafas de vinho tinto, segundo pesquisas publicadas na revista Exame. Em cinco anos, a China apresentou um aumento de 136% no consumo da bebida.

9) E a Itália, a maior produtora do mundo...

Pensou que fosse a França? Muita gente pensa que sim, mas a verdade é que há aproximadamente cinco anos, a Itália tem assumido a primeira posição (na verdade, muito, mas muito à frente de qualquer outro país). O fato de os Estados Unidos (maiores consumidores desde 2002) preferirem os vinhos italianos aos franceses e as condições climáticas da França, também contribuíram para que a Itália dominasse o ranking.

10) E o Douro, é a primeira Denominação de Origem do mundo!

Produzindo vinho há mais de dois mil anos, o Douro conquistou o título de primeira DOC do mundo, e a região, inclusive, foi classificada como Patrimônio da Humanidade pela UNESCO. Ah, e foi registrada justamente pelos Vinhos do Porto.



COLUNA

Luna Garcia

Festival do Pinhão



Há três anos, a convite da chefe Monica Rangel, participo do Festival Gastronômico de Visconde de Mauá. O Evento faz parte da temporada do Pinhão que existe já há 23 anos, e acontece em maio envolvendo toda a comunidade da região. O evento tem como objetivo valorizar o ingrediente: Pinhão que é derivado da árvore de araucária uma espécie típica brasileira, rica em nutrientes. E que hoje em dia é utilizado como principal ingrediente de pratos elaborados pelos melhores chefs de todo Brasil. Anualmente os chefs locais são desafiados a apresentar receitas inusitadas e criativas utilizando como base o pinhão, além de produtos orgânicos locais. Os chefs se preparam para criar e apresentar um menu completo, considerando entrada, prato principal e sobremesa. Este ano o concurso aconteceu nos dias 16, 17 e 18 de Maio. Foram convidados chefs de todo Brasil como: Alex Atala, Flavia Quaresma, Roberto Ravioli, Olivier Anquier entre outros. Esses grandes nomes da gastronomia, participam para votar e escolher o melhor prato. O festival conta também com a participação do júri popular, onde os interessados em gastronomia também são convidados a participar. Além do Concurso gastro-

nômico, aconteceu também um Curso Social voltado para a comunidade, visando incentivo e desenvolvimento social de toda comunidade. O curso contou com a presença de chefs renomados que se mobilizaram com o objetivo de disseminar suas experiências e seus conhecimentos em gastronomia. Visconde de Mauá, além de ser um lugar lindo, um lugar onde as belezas naturais se destacam, região rodeada por montanhas e riachos, conta com uma quantidade incrível de restaurantes e pousadas, um lugar especial principalmente para visitar a dois, e aproveitar um vinho e a gastronomia local. Um dos pontos obrigatórios e que deve ser visitado, é o restaurante da Chefe Monica Rangel, Gosto com Gosto que reúne, o melhor da gastronomia, com a utilização de ingredientes locais. É um restaurante mineiro que utiliza alimentos orgânicos e que aproveita seus resíduos que são levados para uma compostagem. A temática principal desses eventos é promover a valorização da gastronomia local, assim como a movimentação de todos os setores da economia, elevando a qualidade dos serviços ofertados pela comunidade.



ESPAÇO DO PARCEIRO

POR Monica Rangel



Foto: arquivo Mônica Rangel

Contar minha história não é uma tarefa fácil porque são muitos anos de estrada e muita coisa para contar. Nasci em Juiz de Fora, mas moro há anos fora de Minas e nunca perdi minha veia mineira. Quando criança queria ser veterinária, pois sempre adorei bichos, mas acabei fazendo fonoaudiologia, pois meu pai morreu muito cedo. Fui criada na beira do fogão com minha avó e mãe. Sempre adorei ajudar a enrolar biscoitos, pães, enfim ajudar no que pudesse na confecção dos quitutes mineiros. Acho que cozinho desde sempre, afinal minha mãe me deixava fazer bolos para as visitas que chegavam, assim como geléias e outros quitutes. Lembro muito bem que minha mãe sempre adorou esta minha veia de cozinha, mas quando resolvi abrir o Gosto com Gosto há 21 anos atrás ela ficou decepcionada pois na época não era nem um pouco glamoroso ser cozinheira. Existiam poucos chefs famosos no Brasil e todos praticavam uma cozinha internacional e a maioria homem e eu resolvi abrir um restaurante de cozinha mineira, o que era minha raiz.

Quando ainda morava em Niterói, trabalhava no Rio, na Souza Cruz como Secretária Executiva Bilingue na área de

exportação, o que me tornava uma escrava do trabalho e da falta de horário, já que se exportavam cigarros para o mundo todo, com todos os fusos horários. Tinha 2 filhos hiperativos que necessitavam muito da minha presença e nem sempre eu conseguia dar a qualidade de atenção que queria a eles. Nas férias fui a Visconde de Mauá e me apaixonei pela possibilidade de criar os filhos junto comigo, assim como fui criada. Há 24 anos, abrimos o primeiro café expresso de Visconde de Mauá, pois sempre busquei o diferente, o que ninguém tinha para surpreender. Pensar que nessa época para chegar a Visconde de Mauá precisávamos percorrer 30km de estrada de chão e só existia 1 telefone na região!!!

Toda essa dificuldade de acesso e distância da maior cidade da região que é Resende me levou a plantar a maior quantidade de verduras que podia para serem usadas no restaurante, como couve, salsa, cebolinha e todas as ervas e pimentas. As frutas dos doces feitos aqui também saem do meu quintal. Para adubar utilizo o sistema de compostagem, com as cascas das verduras do restaurante, ou seja, tudo é orgânico.

A preocupação com a excelência vive dentro de mim e percebo isso na Ceraflame também. Fiquei muito feliz em receber os produtos para desenvolver uma receita. Unir empresas preocupadas com excelência é maravilhoso.

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

Gramado e Canela: cidades gaúchas são charmosas para o inverno

Viajar para o Rio Grande do Sul no inverno é sempre uma boa pedida. A Serra Gaúcha, os vinhos, as lareiras, o fondue e até mesmo a expectativa da neve caindo tornam o estado mágico, um dos destinos mais disputados nessa época do ano.

Viajar para o Rio Grande do Sul no inverno é sempre uma boa pedida. A Serra Gaúcha, os vinhos, as lareiras, o fondue e até mesmo a expectativa da neve caindo tornam o estado mágico, um dos destinos mais disputados nessa época do ano.

A cidade de Gramado é o principal destino de inverno do país. E quem pensa que a cidade é pequena e tem pouco a oferecer, está completamente enganado.

Por lá existem muitos parques, museus, rotas e restaurantes que fazem de Gramado não só um recanto de paz, mas o lugar ideal para famílias ou casais.

E a elegância, é claro, fica por conta do frio, que deixa tudo mais charmoso, desde os turistas aos lugares a serem visitados.

Gramado está a apenas 115km de Porto Alegre... e para quem está programando essa viagem, não pode deixar de ir até



Canela, apenas 7km distante de Gramado. Na verdade as duas funcionam como uma só cidade. A proximidade permite que os turistas vão de uma para outra como se fossem bairros vizinhos. Quem vai pra lá fica maravilhado, principalmente com a arquitetura própria da colonização europeia. Viajar para esses lugares é como estar numa cidade de interior, mas com toda a estrutura de cidade grande: eventos culturais, banco, lojas e restaurantes da melhor qualidade. Isso sem falar no ar europeu e na culinária, que encanta visitantes de todo o Brasil.

Aliás, se a pretensão é fazer regime, não é uma boa ideia passar muito tempo por lá. Sequências de fondue são uma característica marcante da gastronomia local, assim como os chocolates das mais diversas qualidades.

A grande expectativa para quem visita a Serra Gaúcha no inverno é que caia um pouquinho de neve. O fato é que, apesar de ser difícil, esse evento realmente pode acontecer quando as temperaturas estão baixas, mas é difícil prever. Viajando para lá, esteja preparado para passar frio e sentir de perto a beleza que a Região das Hortênsias pode proporcionar!



Foto: Estúdio Gastronômico



Labirintite, alimentação e estresse!

Fonte: Uol Saúde

Você acorda cedinho e parece que tudo está girando. Aí, você sente tontura, enjoo, perde o equilíbrio e sente mal-estar. Cuidado, pode ser labirintite! Para quem não sabe, labirintite é um termo usado para descrever quadros de tontura e vertigem. Mas, na verdade, é uma doença pouco frequente, caracterizada por uma infecção ou inflamação no labirinto, uma estrutura do ouvido interno constituída pela cóclea, responsável pela audição, e pelo vestibulo, responsável pelo equilíbrio. Essas alterações vestibulares – que podem ser desencadeadas pela má alimentação e estresse – são muito comuns, e atingem cerca de 33% das pessoas em algum período da vida, de acordo com uma pesquisa realizada pela Unifesp (Universidade Federal de São Paulo).

Equilíbrio corporal

O equilíbrio corporal é algo complexo e depende das respostas dos dois labirintos (direito e esquerdo, que devem estar em sintonia), do sistema musculoesquelético, que envolve a coluna e nos mantém ereto; e do sistema visual, que tem uma atuação no sistema modulador e transmissor dos impulsos nervosos responsáveis pelo equilíbrio, dadas pelo sistema nervoso central. Quando qualquer doença causa um distúrbio nesse sistema, podem ser desencadeadas tonturas, instabilidades ou até vertigens fortes com náuseas e vômitos. Isso é a labirintite, termo genérico para as doenças do labirinto. Como o labirinto é parte do sistema do ouvido, a labirintite é relacionada à diminuição auditiva, zumbido ou sensação de "ouvido cheio".

São inúmeras as causas das chamadas

labirintites. O labirinto pode ser afetado por alterações inflamatórias, infecciosas, traumáticas, metabólicas, vasculares, degenerativas, neurológicas, endócrinas, tumorais, por medicações ou abuso de drogas entre outras. Já a labirintite real (a infecção ou inflamação do labirinto) pode ser causada por vírus, bactérias, lesão na cabeça, alergia ou ser uma reação a um determinado medicamento. A recomendação é sempre procurar auxílio médico quando houver uma crise de tontura, para que seja investigada sua causa e afastada a suspeita de doenças graves.

Alimentação

Os alimentos também podem interferir nas crises de labirintite. Os três principais inimigos do ouvido interno são o açúcar, o sal e a cafeína. A ingestão de açúcar em excesso pode interferir nas estruturas do



labirinto, fazendo com que ele mande mensagens erradas ao cérebro. O sal está relacionado ao aumento da pressão nos vasos, o que também pode perturbar o labirinto. E a cafeína pode estimular demais o labirinto, também causando perturbações. É preciso prestar atenção não apenas no que se come, mas também em como se come. Comer sentado à mesa, sem pressa e tranquilamente, diminui o estresse, ajuda a digestão e faz



bem para todo o corpo – até mesmo para o equilíbrio. Outra atitude que ajuda é comer a cada três horas, pois o labirinto precisa de um aporte constante de glicose e oxigênio para exercer suas funções. Ficar em jejum, portanto, não é uma boa ideia. Hidratar-se também é essencial. Beber aproximadamente dois litros de água por dia é fundamental para que todas as reações biológicas do corpo ocorram adequadamente.



Para se evitar uma crise de ou labirintite é possível adotar uma série de atitudes. A primeira delas é tomar cuidado especial com a alimentação, tendo uma dieta balanceada. Cafeína e álcool também devem ser evitados. Ficar longe do cigarro também ajuda muito. A prática de exercícios físicos também pode ajudar, pois estimula a circulação e o bem-estar de todo organismo. Enfim, um estilo de vida saudável, que une alimentação equilibrada e prática regular de exercícios físicos, além de evitar situações de estresse, pode ajudar a impedir a deflagração de uma crise.

NO STRESS!



O estresse também pode levar a tonturas, pois é uma alteração do estado normal do organismo, com mudanças na liberação de hormônios, das funções cardiovasculares e digestivas, do sistema nervoso e psicológicas que podem afetar secundariamente o labirinto. O estresse influencia no desencadeamento da sensação de tontura, o que, muitas vezes, acaba confundindo o diagnóstico da labirintite. Mas ainda não se sabe com certeza se o estresse poderia causar a labirintite. No entanto, sabe-se que ele pode desencadear uma crise, assim como agravar seus sintomas.

Nem toda tontura é labirintite!



Tontura não é doença, mas, sim, um sintoma que pode surgir em numerosas doenças. É um sinal de alerta de que algo não vai bem no organismo. As tonturas estão entre os sintomas mais frequentes em todo o mundo e são de origem labiríntica em 85% dos casos. Mas elas podem estar relacionadas a outros problemas também. Investigue sempre!

SUA CASA EM HARMONIA

PISOS: Porcelanato ou Laminado?

Fonte: Blog Minha Casa Organizada

É hora da reforma... e uma das escolhas mais difíceis fica por conta do piso que você vai colocar na sua casa ou apartamento. A escolha depende do tipo de uso, tamanho da área, custo e estilo de vida. O que pode dar certo para uns, não vai funcionar para outros. Por isso, leve em conta:

Tamanho da casa/apartamento: Se você tiver muito espaço pode optar por colocar diferentes tipos de pisos que vão demarcar ambientes e definir áreas privadas e sociais. Em um ambiente pequeno já é indicado ter o mesmo tipo de piso para aumentar o ambiente, dando a sensação de continuidade.

Nível do piso acabado: É importante verificar o piso acabado do corredor ou área comum e do piso que você deseja instalar para que não existam degraus na entrada da casa, ou que seja necessário cortar as portas.

A região que você mora: Se você mora em um lugar muito quente, com muita incidência de sol, sem dúvida um piso frio (porcelanato) é mais indicado. Já em cidades de clima frio, com pouco sol, ou em casas e apartamentos com pouca incidência de sol os pisos quentes (laminados) são mais indicados. Os tipos mais comuns são o porcelanato e o piso laminado. Vamos ver algumas diferenças?

PORCELANATO

Vantagens: Bonito, durável, elegante e praticamente impermeável, por ter uma baixa absorção de água e é difícil de manchar. As peças maiores fazem o ambiente parecer maior e são de fácil limpeza. Existem diversas opções no mercado imitando outros materiais também (pedra, madeira, fibra natural, etc) e vários tipos de acabamento, como liso, brilhante, fosco, com esmalte, etc. Pode ser usado em ambientes externos e internos.

Desvantagens: Cuidado na colocação do piso, as peças grandes são facilmente quebráveis e a colocação deve ser feita por alguém experiente para deixar a medida certa de rejunte e sem desníveis. O ambiente deve estar totalmente nivelado para a colocação desse piso. Prefira comprar o revestimento já com a mão de obra inclusa, para ter garantia de serviço bem feito.

qualquer fio de cabelo salta aos olhos no porcelanato. É necessário fazer uma limpeza diária pra não ficar com cara de casa abandonada

LAMINADO

Vantagens: Assemelha-se muito a madeira maciça, mas é bem mais barato. É uma junção de lâminas de fibras de madeira de reflorestamento. É de fácil colocação, pode ser colocado em cima de outros pisos já existentes, é mais resistente a riscos que a madeira natural, é durável. A limpeza é rápida e simples: aspirador de pó (ou vassoura) e um pano úmido. Esse piso traz conforto ao ambiente, e cria um clima mais aconchegante.

Desvantagens: Apesar de ser mais resistente a riscos do que a madeira natural, ainda é suscetível a riscos, e todos os móveis devem ter uma proteção de feltro para não riscar. Não reage nada bem com a água, ou seja, não molhe o seu piso laminado! Se você tem crianças em casa, que podem derrubar líquidos, ou tem animais em casa, é melhor escolher outro tipo de piso. O laminado não é indicado para ambientes com muita incidência solar e também não é indicado para áreas molhadas, como cozinhas, banheiros e áreas de serviço.



Foto: Estúdio Gastronômico



COLUNA DO CHEF

Paulo Hruschka | paulo@certaceramica.com.br



Olá pessoal! Tudo bem? Por aqui tudo certo, com muito trabalho... do jeito que todos nós gostamos. Meio ano já se passou e cá estamos nós falando sobre gastronomia! Uma das melhores artes que eu já experimentei.

Hoje escrevo com muita satisfação para todos vocês e comemoro por poder rever amigos por onde passei tempos atrás. Aproveito este espaço da nossa querida Sabor Saudável, que é um grande sucesso em todo o país, para mandar um grande abraço para a Maísa da Fabricio Utensílios e também para a Nilse da Mundo Verde, ambas de Jundiaí/SP. Por lá, fui muito bem recebido e nossos workshops foram excelentes.

Gente, o inverno chegou. Oficialmente ele começou dia 21 de junho. E nessa época é mais do que bom, é delicioso, comer! E

para a estação mais fria do ano... pratos super especiais: vinho, fondue, ou aquela deliciosa sopa ou creme para esquentar. Como não adorar? Aqui no sul, onde moro, também temos como companheiro um bom pinhão, sendo na forma de paçoca de pinhão, entreveiro, cozido, na chapa ou até mesmo sapecado, todos tem o seu valor e seu sabor.

O pinhão, na verdade, é a semente da araucária. É interessante dizer que para cada 100 gramas de pinhão ingeridos, você consome uma média de 200 calorias. Então, recomenda-se o consumo



Foto: divulgação

com moderação, entre 6 e 8 unidades dia. O que se consome realmente é a sua polpa e, depois de cozida, pode ser utilizada tanto em doces como em salgados.

Os mais fanáticos pela semente sempre tem um saco de pinhão no freezer para matar a vontade nas épocas onde é difícil de se encontrar o pinhão. Também é interessante comentar que o pinhão, nesta época do ano, ajuda muitas famílias com a venda do mesmo em beiras de estrada e bancas das cidades.

Além das combinações citadas acima, também temos o quentão, ou vinho quente como alguns falam. São essas deliciosas iguarias que muitas vezes embalam boas conversas nas noites longas e frias, sempre acompanhados de bons amigos.

Para aqueles que ainda não provaram esta delícia fica a dica: cozinhe o pinhão em água, depois que começar a abrir a ponta e a polpa começar a aparecer, coloque sal, pimenta e um pouco de orégano para saborizar. Fica uma delícia! Usando uma caçarola Duo+ de 28 cm de diâmetro, na cor de sua preferência, lhe garanto que a sua noite será saudável e saborosa!

Grande abraço, curtam o inverno em grande estilo!



Foto: Estúdio Gastronômico



Ceraflame cookware
Rua Adolfo Konder, 70
CEP: 89295-000 | Rio Negrinho – SC
SACC: 0800 644 6444 – Fone: 47 3203-5000
sacc@certaceramica.com.br

Ceraflame
cookware

O sabor de uma vida saudável

Acompanhe-nos pelas redes sociais:



www.certaceramica.com.br