

sabor saudável

Edição nº 29 - Julho e Agosto / 2017

Ceraflame
cookware

ROSE GOLD:
A NOVA COR DA CERAFLAME!



EDITORIAL

Frio e comida tem tudo a ver, não é mesmo? Esta é a Sabor Saudável que dá boas vindas ao inverno de 2017. Há quem ame, mas há também quem odeie os dias mais gelados do ano. Nós, como amantes da boa gastronomia, adoramos! Época boa para comer massas, tomar sopas e caldos, apostar em bons vinhos e fazer aquele delicioso fondue com os amigos para colocar o papo em dia e dar risada. Opções não faltam para deixar o frio pro lado de fora ... e só de pensar já dá água na boca. Nas próximas páginas você vai ler muitas novidades que vão te inspirar neste inverno. Tem desde receita de sopa para aquecer até dicas de viagem para fugir do frio. Opções para todos os gostos, preparadas por nossa equipe com muito carinho. Não deixe de ler e também de participar da nossa revista, nos enviando seus comentários! Quem sabe na próxima edição a nossa matéria de destaque possa ser exatamente a que você sugeriu. Entre em contato pelo e-mail sacc@certaceramica.com.br.

**BOA LEITURA E BOM
INVERNO A TODOS!**

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, Caio Schültz e Jéssica Stiegler

Fale conosco: sacc@certaceramica.com.br

ÍNDICE

04. NOSSA EMPRESA

Brasil Brau 2017: aí vamos nós!

05. NOVIDADES E DICAS SÓ PARA VOCÊ!

06. GASTROMANIA

Sopa de abóbora

07. ESPAÇO SABOR SAUDÁVEL

Água com gás ou sem, qual a melhor opção?

08. VOCÊ SABIA?

Universo das Trufas

09. CONVERSANDO COM

Lalo Zanini

14. COLUNA CHEF FRED TIBAU

A culinária sul-americana na mira dos aventureiros!

16. COLUNA LUNA GARCIA

Analogia I

18. SAÚDE

Vinho e saúde: qual o resultado dessa combinação?

21. CLIENTE DESTAQUE

Luxo D'Casa

22. SUA CASA EM HARMONIA

Dicas para organizar os armários da cozinha

24. MANIA DE BRASIL

Praias para surfar no Brasil



NOSSA EMPRESA

Brasil Brau 2017: aí vamos nós!

Quem sempre nos acompanha já sabe o quanto o mercado cervejeiro está em crescimento. Tanto é que a MondoCeram Beer, marca do nosso grupo que atende especialmente este segmento, não para de crescer. E, de olho em novas oportunidades, estaremos em São Paulo nos dias 26, 27 e 28 de julho para participar da Brasil Brau – XIV Feira Internacional de Tecnologia em Cerveja. O evento, que acontecerá no São Paulo Expo, um dos mais modernos espaços para feiras do país, já se firmou não só como o maior evento profissional da indústria cervejeira no Brasil, mas também como um encontro imperdível para todo o setor. A cada edição, o público pode conferir as novidades apresentadas pelos expositores de equipamentos, insumos e acessórios do segmento – assim como nós – além de provar os lançamentos das microcervejarias que participaram do Degusta Beer. Em paralelo, o Congresso Brasileiro de Ciência e Tecnologia Cervejeira reúne profissionais de renome, atuantes no mercado nacional e internacional, para a apresentação de palestras e mesas redondas com novas técnicas e soluções para diversas aplicações do processo produtivo da cerveja. Vai ser demais! Estamos ansiosos!



NOVIDADES E DICAS

SÓ PARA VOCÊ!

Conjunto Premiere 4 peças | Foto: Estúdio Gastronômico



ROSE GOLD: Conheça a nova cor da Ceraflame!

Quem conhece a nossa marca sabe o quanto prezamos por cada detalhe das nossas peças. E é por isso que, mesmo com a alta tecnologia envolvida em nossos processos de produção, muitas etapas ainda são feitas à mão: colagem de alças, aplicação de decalques, etc. Mas, inovação é uma palavra que está no nosso DNA! E, pensando em sempre trazer novidades ao nosso fiel público, apresentamos a vocês a mais nova cor da empresa: ROSE GOLD - mais um tom exclusivo, metalizado e de extremo bom gosto para quem, assim como nós, ama cozinhar com qualidade! Veja como ficou o resultado! Estamos animados e otimistas com o sucesso do novo tom da nossa paleta.



Conjunto Duo+ 5 peças:
Caçarolas Ø16, Ø18, Ø20 e Ø22cm
e frigideira Ø22cm sem tampa

ROSE GOLD:
acabamento
metalizado



Chaleira Colonial
1700ml

GASTROMANIA

Sopa de abóbora
POR Chef Roberta Spinola

Ingredientes:

1 abóbora cabotchan em pedaços e sem casca
2 cebolas grandes
4 litros de água
4 cubos de caldo de legumes
sal se necessário
couve picada para decorar

Modo de preparo:

Cozinhe todos os ingredientes numa caçarola alta da Ceraflame. Assim que cozidos, e quando a água estiver reduzida pela metade, bata tudo no liquidificador, formando assim um creme. Volte à panela, aqueça e decore com couve.



Rendimento: 04 pessoas
Tempo de preparo: 10 minutos

ESPAÇO SABOR SAUDÁVEL

Água com gás ou sem gás, qual é melhor a melhor opção?

A água é indispensável para manter o corpo saudável e hidratado, mas muitas pessoas acabam ficando na dúvida sobre qual escolher...

Optar pela água com gás é uma alternativa menos saudável?

Segundo a nutricionista Carolina Arbache, em entrevista ao site Natue, a água com gás - mesmo sendo gaseificada artificialmente - não tem mais calorias que a água comum, sendo considerada uma boa opção de bebida principalmente para quem tem dificuldade em diminuir o refrigerante. Ao contrário do que muita gente pensa, a água com gás não tem mais sódio e nem causa celulite. Notícia boa para as mulheres, não é mesmo? Os nutrientes presentes na água mineral - com e sem gás - são basicamente os mesmos, inclusive na quantidade de sódio, podendo variar pouco de marca para marca. Vale lembrar que a água tem um papel muito importante para manter o pH do sangue levemente alcalino em nome da boa saúde. Por isso, é preferível optar pela boa e velha água comum, pois a água com gás tem pH mais ácido, o que pode causar irritações no estômago e doenças relacionadas à acidificação do pH do nosso sangue. Ah, e não esqueça: tente consumir, diariamente, pelo menos dois litros de água.



VOCÊ SABIA?

Universo das Trufas

A photograph showing several truffles on a dark wooden surface. There are three dark, bumpy truffles and one light-colored, smooth truffle that has been sliced in half, revealing its marbled interior. A large, rustic knife with a metal blade and handle is positioned on the right side of the frame. The background is a textured, dark surface.

O riginárias da Europa, as trufas são fungos que nascem e crescem naturalmente nos pés de árvores como o carvalho e as castanheiras. Diferente do que muitos pensam, não existem plantações de trufas e, para “caçá-las” é preciso da ajuda de cães farejadores. Dizem que antigamente eram usados porcos na caça pela iguaria. No entanto, os “gulosos” as achavam e as comiam. Por isso, foram trocados pelos cães: mais ágeis e menos famintos! Apesar de terem sido descobertas há muitos anos, essa rara iguaria é cada dia mais desejada pelos amantes da boa gastronomia. Cor, aroma e sabor são características que fazem das trufas um produto ímpar.

Existem dois tipos de trufa: a negra e branca, sendo a segunda mais rara e mais cara, pois nasce apenas entre os meses de outubro e dezembro. Cidades italianas de Alba, na região do Piemonte, e San Miniato, na Toscana, por exemplo, são as mais famosas por suas trufas brancas, cujo quilo pode custar entre R\$ 6 e 8 mil reais. Já a trufa negra custa cerca de R\$ 3.4 mil o quilo. As informações são de uma matéria publicada pela Revista Food Service News. Na gastronomia, é um ingrediente cobiçado e atraente, servido em sua forma crua, laminado, por cima das receitas já empratadas. Ficou curioso? Então não deixe de ter essa experiência. Aqui no Brasil a Tartuferia San Paolo é referência na gastronomia com trufas e já conta com unidades em São Paulo e Curitiba. O empresário Lalo Zanini é o responsável por trazer essas iguarias da Europa e criar receitas incríveis com elas, que vão desde o pão de queijo ao polvo grelhado, com preços super acessíveis aos consumidores. E é com ele que conversamos na entrevista da edição. Não deixe de ler também para conhecer ainda mais deste universo das trufas.

Foto: Tartuferia San Paolo



Foto: Tartuferia San Paolo



CONVERSANDO COM

Lalo Zanini



Nesta edição da Sabor Saudável nossa equipe teve a oportunidade de conhecer e conversar com o empresário Lalo Zanini, um verdadeiro apaixonado por trufas - um tipo de fungo raro que pode ser usado em diversas preparações gastronômicas. Lalo viajou, estudou, pesquisou e trouxe-as para o Brasil com preço acessível, criando receitas com trufas que vão desde o pão de queijo às mais nobres preparações como o polvo grelhado, por exemplo. Ele é o fundador da Tartuferia San Paolo, badalado restaurante que já tem três unidades em São Paulo (SP) e que recentemente abriu sua primeira casa fora do estado, chegando à capital paranaense.

Vamos lá?

Como foi seu primeiro contato com as trufas?

Eu conheço trufas desde muito pequeno. Meus pais são grandes apreciadores da boa gastronomia e um grande amigo deles é o Fabrício Fasano. Então, desde novo, eu comia no Fasano. Foi quando conheci a iguaria e me apaixonei por ela.

Como surgiu a ideia de abrir a Tartuferia?

Eu percebi que ninguém estava olhando para a viabilização deste mercado. E como minha carreira é marcada pela viabilização de produtos, assim como o absinto e o sushi, por exemplo, resolvi fazer o mesmo com as trufas.

Quais são os maiores desafios para se trabalhar com trufas?

Hoje em dia, na verdade, o cenário é muito favorável. No entanto, quando eu iniciei, ninguém acreditava que eu iria convencer o Brasil a comer trufas. E isso tornou-se uma realidade crescente. Temos clientes em todo o Brasil justamente porque conseguimos trazer este raro ingrediente com preços muito acessíveis. Nos nossos restaurantes o almoço executivo (com salada, prato do dia e sobremesa) custa R\$ 49. Uma receita clássica, como o Linguine Al Tartufaio, custa R\$ 68. Já conseguimos trazer e implantar este conceito entre os brasileiros. Agora é só focar no crescimento, sempre mantendo a qualidade já conhecida.

Conte um pouco mais sobre as características deste raro ingrediente...

As trufas duram em média duas semanas quando estão frescas. Cerca de 80% das trufas de todo o mundo vêm da Itália. As trufas que usamos em nossos restaurantes são as italianas. Mas fomos nós, por exemplo, que fizemos o lançamento das trufas chilenas aqui no país. O nosso DNA é italiano, mas como somos uma empresa internacional, podemos vender trufas de qualidade do mundo inteiro. Para caçá-las, contamos com a ajuda de cães farejadores especialistas em procurar trufas.

Quantos tipos de trufas são utilizados nas receitas do restaurante?

A trufa é de acordo com a temporada. Mas a nossa base é de trufas negras e brancas.

Qual foi a primeira receita que você criou com trufas?

Foi o requeijão de corte com trufas negras. Um produto exclusivo que somente a Tartuferia produz no mundo e que hoje é comercializado no empório do nosso restaurante, sendo sucesso absoluto entre os clientes. A receita também

aparece no nosso cardápio e está entre uma das mais pedidas. O pão de queijo com requeijão de corte com trufas negras maçaricado é um grande sucesso!



Pão de queijo com requeijão de corte com trufas negras maçaricado | Foto: Tartuferia San Paolo

aparece no nosso cardápio e está entre uma das mais pedidas. O pão de queijo com requeijão de corte com trufas negras maçaricado é um grande sucesso!

Quantos produtos o empório tem?

Temos mais de 15 produtos diferenciados e todos são criações minhas, assim como as receitas do nosso menu. Alguns deles, os mais clássicos, são feitos na Itália. Os produtos com DNA Brasileiro são feitos aqui. Temos alho negro com mel de trufas brancas, molho de tomate com funghi e trufas negras, polenta al tartufo, geleia de pimenta com trufas negras e muitas outras opções.



Polvo grelhado com purê rústico | Foto: Tartuferia San Paolo



Pudim de caneca com caramelo de trufas negras | Foto: Tartuferia San Paolo



Brie empanado com mel de trufas brancas e torradas | Foto: Tartuferia San Paolo

No que se refere à manipulação das trufas, quais os principais cuidados?

Sem dúvida o armazenamento. As trufas devem ser guardadas sempre em papel toalha, numa embalagem fechada, seca e refrigerada.

E quais são os planos de expansão da marca?

São ousados. Queremos ir para todo o Brasil e abrir uma média de seis lojas por ano. Neste ano já inauguramos em Curitiba e está sendo um grande sucesso. Até 2018 pretendemos iniciar o processo de internacionalização da marca, expandindo os negócios para os EUA. Inclusive, já estamos em negociação e, muito em breve, teremos novidades.

Vale lembrar que a Tartuferia é o primeiro restaurante das Américas onde todos os pratos são feitos com trufas, desde os drinks às sobremesas. E você, ficou com água na boca? Não deixe de conhecer, vale muito a pena!!!

MondoCeram

gourmet

Foto: Laysa Dusky



www.mondoceramgourmet.com.br
0800 644 6444



Foto: Arquivo Pessoal | Fred Tibau

A culinária sul-americana na mira dos aventureiros!

Durante muitos séculos da História Latino Americana nós insistimos em menosprezar a culinária nativa, aplaudindo - e muito - os sabores dos países dominantes (Europa ocidental, principalmente) e dando pouquíssimo valor ao que, de fato, concerne as nossas origens. Acontece, entretanto, que nessa interminável ladainha de adorar ao europeu, acabamos por não perceber que as nossas especiarias começaram a ser constantemente agregadas à cultura gastronômica deles, a ponto de se tornarem alimentos básicos na cesta de alguns países. E nós, como sempre, louvamos o toque e o trato dado aos nossos alimentos pelos europeus, rejeitando a nossa cultura, mais uma vez! Porém, com o nascimento de um sentimento de pertencimento à terra, aliado ao crescimento do pan-americanismo, a partir das últimas décadas do século XX, as coisas começaram a mudar. E é sobre isso que pretendo falar na coluna desta edição!



Ceviche | Foto: Divulgação



Sopaipilla con pebre | Foto: Divulgação

Há pouco tempo eu fui convidado para o delicioso evento de lançamento do livro “América do Sul sobre rodas”, obra do querido Max Fercondini e da querida Amanda Richter. O livro retrata, basicamente, a saga dos escritores em uma longa viagem pela América do Sul, contando as características culturais marcantes de cada país por onde passaram, numa deliciosa narrativa. E onde há cultura, há, na certa, comida. Sendo assim, eu e minha grande amiga Chef Alejandra Faúndez – que também já participou desta incrível revista da Ceraflame, tivemos a honra de fazer o coquetel do lançamento, inspirado absolutamente nos quitutes típicos citados na obra. Começamos com a degustação de ceviche, empanada, sopaipilla con pebre e prosseguimos servindo um belo lomo saltado acompanhado de Pastéis de choclo. Obviamente, não podíamos encerrar a noite sem servirmos mini alfajores e um delicioso tres leches. Tudo isso harmonizado com espumante Rose e vinho tinto, ambos do Sul do Brasil. Nada poderia ser mais maravilhoso:

além da excelente companhia, pude aprofundar meus conhecimentos culinários acerca da cultura sul-americana, explorando novos sabores e novas sensações. Sem dúvidas, a experiência - tanto da elaboração do livro, por parte dos autores, quanto a do coquetel- mostraram-se, para mim, exemplos claros da valorização da nossa própria cultura gastronômica, algo que julgo muito importante, no sentido cultural e político. O solo fértil que cobre boa parte do continente, a riquíssima essência indígena – e negra - e as condições climáticas da região desenharam, no âmago do consciente e do inconsciente coletivos das populações locais, um belíssimo cenário de gostos e sabores, que, agora, finalmente, começa a ser bem visto por nós mesmos, os sul-americanos. Como um conselho de avó ou mãe, é possível perceber que é muito importante dar valor ao que nós temos. E assim espero que façamos!

Mini alfajores | Foto: Divulgação



Tres leches | Foto: Divulgação



Max Ferocandini, Alejandra Faúndez, Fred Tibau e Amanda Richter | Foto: Divulgação

COLUNA

Luna Garcia



Foto: Arquivo Pessoal Luna Garcia

ANALOGIA I

Trabalhar com gastronomia te abre um universo completamente novo e intenso. O metier, as novas palavras, as degustações sem fim... começo essa coluna dizendo que se não gostar de comer, dificilmente será um bom fotógrafo de gastronomia. Faz parte do job, dos relacionamentos e até do olhar que se tem pela comida. Costumo dizer que a comida me sustenta em todos os sentidos. Faço uma analogia ao crescimento de uma árvore, pois acredito que todas as etapas de uma carreira são importantes para que a árvore dê belos e saborosos frutos. Os frutos em nossas carreiras

são nossas fotos, expressivas, com consistência, estilo e sabor. Sim, sabor! Uma foto de gastronomia, acima de tudo, tem que passar uma mensagem visual que provoca os prazeres degustativos no leitor. O famoso "apetite appeal" ou o fenômeno da sinestesia. Há várias maneiras de desenvolver seu próprio estilo fotográfico, mas uma coisa é certa na fotografia gourmet: ela precisa parecer deliciosa! Pra começar a carreira, plantamos as sementes. Através do estudo, do amor pela carreira e da compra de alguns equipamentos (acredite, são mais simples que imaginam para produzirmos fotos incríveis).

Depois vem as raízes que começam a dar firmeza para que nossa carreira siga em frente. É a hora de nutrir, de absorver através do aprendizado de técnicas valiosas, de aprofundar o conhecimento específico da nossa área, de criar confiança em nós mesmos. O crescimento do caule é a meta bem traçada, o foco e a ética. O céu é o limite aqui. Podemos crescer o quanto desejamos e acreditamos. As folhas são todo o cenário que envolve a fotografia. É a produção da cena gastronômica. Aqui, temos que entender qual a folha que mais se encaixa com o objetivo da foto, sem ficar faltando e nem sobrando. Assim como Deus criou milhares de tipos de árvores, podemos criar uma imensidão de cenários para nossas fotos. Finalmente chegamos a flor: o food styling do alimento que será fotografado. A parte da foto que tem que ser ressaltada, linda, a flor de uma árvore... depois disso tudo, só colher sua obra de arte... o fruto do seu trabalho!!!!

Boa colheita pra nós.

Foto: Luna Garcia



Foto: Luna Garcia



Foto: Luna Garcia



Vinho e saúde: qual o resultado dessa combinação?

Acredita-se que o consumo moderado da bebida reduz os riscos de desenvolvimento de doenças cardiovasculares. Conheça mitos e verdades sobre a bebida!



O vinho é uma das bebidas mais apreciadas do mundo e, nessa época de frio, a bebida ganha ainda mais amantes. Há algum tempo se discute que uma dose diária e moderada de vinho faz bem à saúde. A chamada bebida dos deuses tem benefícios que ajudam a reduzir o câncer, colesterol, artrite, doenças cardiovasculares, além de evitar coágulos nos vasos sanguíneos. Embora não existam divergências sobre a eficiência de alguns destes benefícios, há divergências sobre o que está por trás deles. Segundo a BBC Brasil, benefícios como ação anti-inflamatória, controle de colesterol ruim e prevenção de enfartes e derrames, por exemplo, são atribuídos ao resveratrol e polifenol, substâncias encontradas na casca da uva. Enquanto isso, a polpa da fruta é quem carrega o néctar da longevidade, com benefícios antioxidantes que combatem o envelhecimento celular, retardando o envelhecimento e combatendo a obesidade.

Falar sobre câncer, uma doença multifatorial, traz à tona o benefício do vinho como um fator ainda muito controverso entre os profissionais. Um estudo do Centro Médico Cedars-Sinai, nos Estados Unidos, detectou que substâncias presentes nas cascas e sementes das uvas tintas reduzem os níveis de estrogênio e elevam a testosterona. O estudo foi realizado durante um mês com em mulheres pré-menopausa, reduzindo as chances de

desenvolver câncer de mama, uma das doenças que mais acomete as mulheres em todo o mundo. Na dúvida, e em meio a tantas polêmicas, o ideal é desfrutar desta bebida com moderação e não depender dela para prevenir

doenças. Mas sem dúvidas, uma noite romântica ou uma reunião de amigos regadas a um bom vinho vão te fazer muito bem!

Ainda mais neste friozinho...



Ceraflame

cookware

LINHA
MARTELADA

Foto: Estúdio Gastronômico



www.ceraflame.com.br
0800 644 6444

CLIENTE DESTAQUE

LUXO D'CASA

Neste mês nossa revista aterrissou na cidade de Campo Grande, no Mato Grosso do Sul, para mostrar a vocês um pouco da história do nosso cliente Luxo D'Casa. A empresa começou em 2008, ocupando um espaço de apenas 100 metros quadrados na avenida Rodolfo José Pinho, localizada no jardim São Bento, em Campo Grande/MS. Hoje, a loja ocupa toda a galeria! O crescimento foi dos bons! São mais de 500 metros quadrados e cerca de 10 mil itens entre cristais, prataria, aparelhos de jantar, jogos de panela, eletro portáteis, utilidades domésticas, mesa posta, além da linha de cama e banho. Segundo a diretora Ana Luisa Mesquita da Costa e Sá, a loja trabalha com mais de 50 fornecedores, entre eles a Ceraflame. Lá, nossa empresa está desde 2015! "A Ceraflame tem muitos diferenciais, mas eu sempre gosto de

salientar a qualidade das peças 100% cerâmicas, a variedade das cores brilhantes e vivas, além da durabilidade dos produtos", destaca Ana Luisa. E, para o futuro da nossa parceria, boas expectativas. "A Ceraflame ocupa um lugar de destaque dentro da Luxo d'casa. A marca tem uma gôndola própria com todos os produtos expostos juntos, dividido por categorias e cores. Isso chama muito a atenção dos consumidores e das noivas que fazem suas listas aqui", complementa a diretora. Na Luxo d'Casa a Ceraflame não compete com nenhum outro fabricante do seu segmento. "Optamos e apostamos na Ceraflame e o retorno tem nos deixado muito contente. A ideia é ampliar o mix e o espaço dela tão logo isso seja possível", finaliza Ana.



SUA CASA EM HARMONIA

Dica para organizar os armários da cozinha



Chega de potes despencando e tampas de panelas desaparecendo. Separamos algumas dicas para você ganhar tempo e manter os armários da cozinha sempre em ordem!

Para dar conta da correria rotineira você normalmente precisa se virar nos trinta, certo? E, quando não há ordem nos armários da cozinha, as tarefas simples podem virar um caos, além de causar muita irritação e atraso no cronograma do dia. É importante deixar a cozinha organizada para não perder tempo juntando tampas de panela que despencam do armário. Tem coisa pior quando a gaveta trava ou quando os utensílios que você mais precisa simplesmente somem? Não tem, né? Por isso, a Sabor Saudável separou algumas dicas para te ajudar a ganhar tempo com uma arrumação impecável.

Você pode começar desapegando dos utensílios que não usa mais e já aproveitar para fazer uma limpeza nos armários com um pano umedecido com vinagre ou água e sabão de coco para tirar aquele conhecido “ar de guardado”. Uma dica para revitalizar ou preservar o interior do seu armário novo ou antigo e revestir o mesmo com tecido emborrachado. Isso vai facilitar, inclusive, na hora de empilhar as louças e demais equipamentos. Agora vamos à organização: se

você não tiver cristaleiras e balcões tipo buffet, reserve os lugares mais altos, onde os braços não alcançam, para utensílios que serão usados eventualmente. Os utensílios que você usa com mais frequência precisam estar sempre à mão. Você pode separá-los por utilidade em um armário na altura das mãos. Outra dica super bacana é guardar as assadeiras e tábuas na vertical para ganhar espaço. Intercalar tábuas de corte e assadeiras ajudam a proteger a louça.

MondoCeram

Copos, taças e xícaras podem ser categorizados também e guardados enfileirados (nunca empilhados) em uma prateleira de fácil acesso. Para manter a organização é bom separar as panelas por tamanho e utilidade, geralmente em balcões próprios para armazená-las embaixo da pia ou em paineleiros. Se seus armários forem pequenos, você ainda pode optar por prateleiras ou nichos organizadores que podem trazer personalidade para sua cozinha.

Mantenha os mantimentos sempre organizados, em potes separados e identificados, bem fechados para evitar que estraguem. Não deixe de verificar se o ingrediente precisa ficar na geladeira ou fora! Faça rolinhos com seus panos de prato, além de ficarem mais bonitos, ocupam menos espaço. Ah, e organize as sacolas: geralmente são elas que começam a tocar "o horror" nas cozinhas.

Lembre-se: organização requer paciência e cuidado. Um pouquinho de dedicação diária fará toda a diferença!

A gente já deu as dicas!
Vamos organizar?



Foto: Arquivo Certa Cerâmica



www.mondoceram.com.br
0800 644 6444

MANIA DE BRASIL



Praias para surfar no Brasil

Onde há praias maravilhosas, há sempre um talento natural disposto para dominar o surf.
Fonte: Catraca Livre

Com um litoral de mais de 7 mil km, palco de pelo menos 20 Campeonatos Mundiais, o Brasil está entre os sete melhores países do mundo para pegar onda.

Conheça a lista de destinos perfeitos para surfar no Brasil !!!

Cacimba do Padre (Fernando de Noronha, Pernambuco)

O lugar oferece aos amantes do surfe um pico excelente para a prática do esporte. A melhor época para surfar em Cacimba do Padre é o verão, quando as ondas estão maiores e formam-se “tubos cilíndricos”.

Pico das Almas (Caucaia, Ceará)

A Praia das Cristalinas ou Pico das Almas, como é conhecida pelos surfistas, tem ondas altas e é um pico mais deserto, o que proporciona maior tranquilidade aos surfistas. É uma das melhores praias para surfar no Ceará.

Itamambuca (Ubatuba, São Paulo)

Uma das praias mais procuradas por surfistas do mundo todo, por conta da suas ondas perfeitas e longas. A Itamambuca já foi palco de campeonatos nacionais e internacionais épicos e até hoje recebe etapas de importantes competições. A praia também é indicada para quem deseja iniciar na modalidade, principalmente no verão.

Praia da Carnaubinha (Paracaru, Ceará)

A Praia da Carnaubinha é chamada de Hawaizinho por conta das suas ondas altas e de qualidade. Para quem gostaria de surfar nesse paraíso conhecido pela areia clara e fofa, falésias e um riacho de água doce, a melhor época é o inverno.

Macumba (Rio de Janeiro)

A praia da Macumba tem ondulações constantes, cheias e compridas, sendo adequada a prática do surfe durante o ano todo. Apresenta condições favoráveis para iniciantes, apesar de ter dias em que é mais indicada para os mais experientes.



Cacimba do Padre | Foto: www.rotanoronha.com.br



Pico das Almas | Foto: viagem.catracalivre.com.br



Praia de Itamambuca | Foto: viagem.catracalivre.com.br



Praia da Carnaubinha | Foto: viagem.catracalivre.com.br



Macumba | Foto: viagem.catracalivre.com.br

Baía Formosa (Rio Grande do Norte)

Um dos lugares mais procurados da Baía Formosa, localizada no litoral sul do Rio Grande do Norte, é o Pontal, principalmente no inverno brasileiro, quando as ondulações são perfeitas. Eleito na revista "Fluir" pelo surfista Fábio Gouveia como a sétima melhor onda do Brasil.



Baía Formosa | Foto: www.baiaformosa.com.br

Maresias e Praia da Baleia (São Paulo)

Conhecida pelas ondas de excelente qualidade, Maresias é indicada para surfistas experientes. A praia tem uma onda mais rápida e exige maior habilidade. Mas se você é um iniciante tudo bem! O litoral norte paulista também tem boas opções na praia da Baleia.



Maresias e Praia da Baleia | Foto: viagem.catracalivre.com.br

Praia da Regência (Linhares, Espírito Santo)

A Praia da Regência é considerada uma das melhores do país para a prática do surf pelos ventos fortes e três tipos de boas ondas (longas, lisas e tubulares). O período entre os meses de março e outubro é o ideal para o surfar na região.



Praia da Regência | Foto: viagem.catracalivre.com.br

Praia do Forte (Mata de São João, Bahia)

A Praia do Forte dispensa apresentações. É conhecida internacionalmente pela alta qualidade das ondas que se formam graças ao fundo de coral do mar.



Praia do Forte | Foto: blogdapraiaodoforte.com.br

Boca da Barra (Itacaré, Bahia)

Conhecida por ter uma das ondas mais longas do Brasil, a Boca da Barra é mais procurada por surfistas que adoram ondas para a direita, em geral os mais experientes, por conta da correnteza forte que pode jogar o surfista em mar aberto.



Boca da Barra | Foto: www.boipebatur.com.br

MondoCeram

gourmet

Foto: Laysa Dusky



www.mondoceramgourmet.com.br
0800 644 6444

Ceraflame cookware

O sabor de uma vida saudável

Ceraflame cookware

Rua Adolfo Konder, 35

CEP: 89295-000 | Rio Negrinho – SC

SACC: 0800 644 6444 – Fone: 47 3203-5000

sacc@certaceramica.com.br

Acompanhe-nos pelas redes sociais:



www.certaceramica.com.br