

sabor saudável

Edição nº 30 - Novembro e Dezembro / 2017

Ceraflame
cookware

UM FINAL DE ANO
INESQUECÍVEL!!!

Foto: Estúdio Gastronômico



Available on the
App Store



ANDROID

EDITORIAL

Cozinhar e comer: rituais que estimulam a convivência!

Você gosta de cozinhar e comer? Acreditamos que o simples fato de podermos todos os dias desfrutar do prazer da comida é uma prova da bondade dos deuses!!! Brincadeiras à parte, comer é, além de uma atividade necessária à subsistência, um dos primeiros prazeres que descobrimos na vida, não é mesmo? Não só pelo ato de comer, mas também pelo ritual da alimentação: tanto na hora do preparo, quanto na hora do consumo é, sem sombra de dúvidas, um momento de compartilhar. Reunir os amigos ou a família

em torno da mesa é um momento de descanso da vida exterior, em que se pode desfrutar daquele tempero caseiro, convivência e troca de afeto. Os momentos à mesa tem sempre um misto de conversas triviais e assuntos importantes, tem sempre um “Q” de “como foi a escola hoje?” e de “você não sai daqui até limpar o prato”. Em algumas culturas, o hábito de fazer as refeições com os seus à mesa é tão ancestral que consegue ser anterior a própria mesa. Não é à toa que o ato de cultivar as relações familiares e a vida privada se popularizou e permeia diversas culturas pelo mundo desde o século 19. Os domingos são sinônimo de família reunida e mesa cheia. Para as crianças, os almoços em família significam pique

esconde com os primos. Para as avós a casa cheia. Para os namorados uma oportunidade de anunciar o noivado à família. Para os amigos, uma hora dedicada para rir e compartilhar. Para todos, uma forma de alimentar além do estômago, a alma. Além do ritual social implícito de reunir amigos e familiares para comer, também há o ato de saborear o alimento em cada detalhe, quase como uma meditação. De sentir o cheiro da comida, salivar com a sua aparência, se entregar na degustação, reviver lembranças da infância de uma maneira que só o cheiro e o gosto da comida da mãe são capazes. Na nossa cozinha, comer bem é uma arte! Somos apaixonados por este universo. Delicie-se com as próximas páginas!

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

Revista Sabor Saudável Especial Receitas:
Comida de Boteco

06. NOVIDADES E DICAS SÓ PARA VOCÊ!

08. GASTROMANIA

Risoto de Cogumelos com Azeite de
Trufas | POR Estúdio Gastronômico

10. ESPAÇO SABOR SAUDÁVEL

Temperos

11. VOCÊ SABIA?

Nesta edição vamos falar sobre
beringela...

12. CONVERSANDO COM

Monique Gabiatti: uma sergipana com
alma carioca

14. COMIDA BRASILEIRA

Bobó de Camarão | POR Claudio Garcia

16. COLUNA CHEF FRED TIBAU

Chocolate

18. COLUNA LUNA GARCIA

Quando a sessão de fotos é uma festa!

20. SAÚDE

Intestino preso - e agora?

23. CLIENTE DESTAQUE

Estrela 10

24. SUA CASA EM HARMONIA

Dicas para decorar a mesa para as ceias de
final de ano

26. MANIA DE BRASIL

Você já ouviu falar na Serra do Rio do
Rastro?



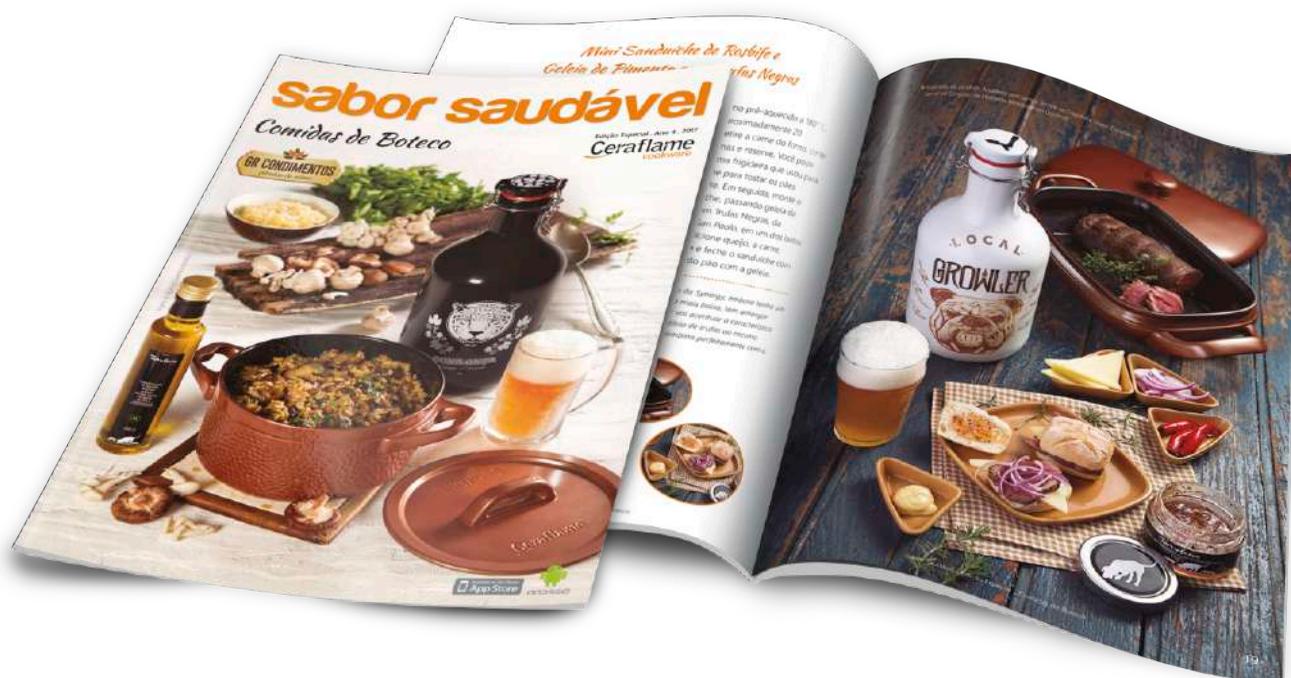
NOSSA EMPRESA

Revista Sabor Saudável Especial Receitas – Comida de Boteco

Se tem uma coisa que todo mundo ama é comida de boteco, não é mesmo? Isso porque os petiscos e porções são superdemocráticos, criados especialmente para agradar a todos os paladares. Seja você carnívoro ou vegetariano, sempre há uma opção perfeita para acompanhar aquela cerveja bem gelada. É por isso que a Ceraflame escolheu este tema para lançar a nossa quarta Sabor Saudável Especial Receitas, uma revista que vai te acompanhar nos melhores momentos, com as melhores companhias. Junto com a MondoCeram Beer e grandes cervejarias artesanais, lançamos há poucos dias este novo produto, que veio também para comemorar nosso aniversário de 61 anos.

Essa revista, que ficou linda e cheia de sabores e aromas, tem um significado muito especial para nós, pois ela une três coisas que a gente gosta de verdade: as tradicionais receitas de boteco, rótulos de cervejas artesanais e a qualidade da nossa cerâmica, que o mundo inteiro já conhece! A revista fica sempre disponível no nosso site – www.ceraflame.com.br, mas você também pode (e deve) fazer o download do nosso APP Sabor Saudável, que está disponível na APP Store e Google Play. Assim, fica mais fácil de dar aquela espiadinha na receita na hora de cozinhar.

Ficou fácil surpreender pelo paladar! Aposte em uma das criações da nossa revista e bom apetite.



MondoCeram

gourmet

Foto: Estúdio Gastronômico



www.mondoceramgourmet.com.br

0800 644 6444

NOVIDADES E DICAS

SÓ PARA VOCÊ!

• Linha Pet



As canecas são excelentes companhias para qualquer momento do dia, não é mesmo? E, quando levamos com elas todo o amor pelos nossos pets, fica melhor ainda. A MondoCeram apresenta sua mais nova "Linha Pet", com canecas de design exclusivo, registradas com a "carinha" do seu melhor AUmigo. Você também vai se apaixonar nos modelos "I love DOG" e "I love CAT"... pensamos em tudo para deixar seu dia mais feliz, assim quando você chega em casa e eles fazem aquela bagunça que você tanto ama!

• Leiteira colonial Linha Formigas



A Linha Formigas está mais completa. Acabamos de lançar uma leiteira colonial com capacidade para até 750ml. Mais uma opção para nossos consumidores aproveitarem o melhor do dia, na companhia das melhores e mais criativas cerâmicas.

• Duo+ na Churrasqueira

A linha Duo+ é composta por nove modelos de caçarola, frigideira em dois tamanhos e a WOK - uma panela muito usada na cozinha oriental que permite fritar, refogar e cozinhar os alimentos. Além do design moderno, é a versatilidade destes equipamentos que mais desperta a criatividade dos melhores cozinheiros. A Duo+ é toda em cerâmica, diferente de outras linhas que têm tampa em vidro. Com este diferencial, as peças da linha são, sem dúvida, a opção mais versátil para cozinhar, pois além de passar por todos os equipamentos da cozinha, também vai à churrasqueira, garantindo receitas saborosas e diferenciadas. Inclusive, as peças estão figurando no BBQ Brasil, exibido pelo SBT. Você já viu?



• Diverticon Profissões

Essa linha conquista muita gente, não é mesmo? Afinal de contas, copos e canecas são os utensílios que a gente mais usa no dia a dia. Seja no café da manhã, na reunião, no chazinho da tarde ou antes de dormir, essas peças estão sempre conosco! E ampliando as opções de profissões, acabamos de lançar: gastronomia, enfermagem, contabilidade, moda e MKT! Peças incríveis para presentear alguém!



GASTROMANIA

Risoto de Cogumelos com Azeite de Trufas

POR Cláudio Garcia | Estúdio Gastronômico

Cerveja para harmonizar: Vienna Lager - Dona Onça Cervejaria

Tempo de preparo: 45 minutos

Rendimento 4 porções

Ingredientes:

400 g de arroz arbóreo

50 g de funghi secchi

100 g de cogumelo paris fresco

100 g de shitake fresco

100 g de shimeji fresco

150 g de queijo parmesão ralado

120 ml de cerveja tipo vienna lager

1 cebola média picada

2 colheres de sopa de salsinha picada

Sal

Pimenta do reino branca da GR condimentos

100 g de manteiga sem sal

1 litro de caldo de legumes

Azeite de trufas da Tartuferia San Paolo



Modo de preparo:

Coloque o funghi secchi de molho por 20 minutos em duas xícaras de água quente. Coe e reserve o funghi e a água. Mistura um caldo de legumes à água coada e mantenha quente. Em seguida, pique o funghi, fatie os cogumelos e o shitake e separe o shimeji em floretes. Coloque $\frac{1}{4}$ da manteiga em uma frigideira, salteie todos os cogumelos temperando com sal e pimenta do reino branca da GR condimentos e reserve. Em uma panela, refogue a cebola em $\frac{1}{4}$ da manteiga, adicione o arroz e mexa até ficar transparente. Depois, acrescente a cerveja e mexa até evaporar. Aos poucos, adicione o caldo, sempre mexendo. Quando o cozimento chegar a metade, acrescente os cogumelos e continue colocando o caldo, mexendo até que o arroz esteja al dente e cremoso. Desligue o fogo e acrescente o restante da manteiga e o queijo ralado, misturando bem e finalizando com salsa picada e azeite de trufas da Tartuferia San Paolo. Sirva imediatamente.



ESPAÇO SABOR SAUDÁVEL

Temperos!

O tipo de tempero que usamos em cada receita é algo realmente muito pessoal, não é? Tem quem não gosta de alho, tem quem tempera tudo com cheiro verde, aqueles que preferem temperos desidratados ou ainda quem morre de vontade de ter uma hortinha de temperos frescos em casa. Para quem anda balançado, mas ainda não criou coragem de dar um start na sua hortinha, separamos alguns benefícios super legais sobre os temperos fresquinhos mais utilizados na gastronomia do dia a dia.

O tempero do cheiro-verde, muito conhecido e utilizado em diversas receitas, é a mistura da salsinha e da cebolinha. Além do delicioso sabor, esse conjunto é indicado principalmente para diabéticos, pois previne doenças cardiovasculares e reduz o colesterol. A cebolinha é uma boa fonte de vitaminas A e C, sendo um bom auxílio no combate à gripe e doenças respiratórias em geral. Além disso, a hortalíça auxilia na digestão e estimula o apetite. Já a famosa salsinha é rica em

vitaminas A e C. Ela é ótima para aliviar dores no estômago e eliminar gases do estômago e intestino. Essa hortalíça atua nos distúrbios urinários por ser um diurético natural. Já o manjericão, com seu cheirinho pra lá de sedutor, conta com ativos antioxidantes, óleos essenciais contra bactérias e inflamação. Além de ser rico em vitaminas e minerais, ajuda na redução do colesterol.



“Temperos frescos - plantados em casa ou não - são uma ótima alternativa para dar mais sabor aos seus pratos e mais saúde para o seu dia a dia!”

VOCÊ SABIA?

Nesta edição vamos falar da berinjela...



Foto: Pixabay | Larissa-K

Não é de hoje que a berinjela faz sucesso entre aqueles que buscam mais saúde. Afinal de contas, contribuir com o funcionamento do intestino e com a prevenção de doenças cardiovasculares, são apenas alguns dos benefícios que este legume tão poderoso pode trazer. A berinjela é fonte de manganês, cobre, antioxidantes, vitaminas B1 e

B6, fibras, água, vitaminas e sais minerais. Na hora de comprar, o ideal é escolher as de casca lisa e brilhante. De preferência para guardar as berinjelas inteiras em lugares frescos e arejados, mas fora da geladeira. Na hora de preparar, nossa dica para reduzir o amargor da berinjela e fazer com que ela absorva menos óleo durante o preparo culinário, é polvilhar a berinjela

já cortada em fatias ou rodelas com sal, deixando descansar por cerca de 30 minutos. Enxague para retirar o sal, escorra e prepare conforme a receita escolhida. Seja ela caponata italiana, babaganuche, ratatouille francês ou cortada e empanada em farinha de rosca. O importante é desfrutar do sabor e dos benefícios que esta delícia traz para nossa saúde.

CONVERSANDO COM

Monique Gabiatti: uma sergipana de alma carioca!

Ela é natural de Aracaju, morou em Salvador e Maceió, mas atualmente está no Rio de Janeiro. Monique, que está integrando o time de participantes do atual MasterChef Profissionais, exibido pela BAND, começou a cozinhar aos 12 anos, por influência das avós, com quem sempre dividia a cozinha. Simpática, linda e muito talentosa, Monique já cozinhou para Ivete Sangalo, Claudia Raia e muitos outros famosos. Conhecida como “Chef das Estrelas”, ela deu uma entrevista exclusiva para nossa equipe. A gente adorou este bate papo. **Vamos lá?**

• Como iniciou na gastronomia?

Comecei muito nova, mais ou menos com 12 anos. Minhas avós gostavam muito de cozinhar e foi com elas que aprendi muitas coisas, iniciando ali neste universo de sabores e aromas.

• Qual é sua maior referência na gastronomia nacional? E na internacional?

Gosto muito do trabalho das Chefs Roberta Sudbrack e Helena Rizzo. Já na gastronomia internacional, são muitos. É uma mistura de influências: Jamie Oliver, Nigella, Alain Ducasse. Todos fazem trabalhos impecáveis e inspiradores.

• O que não falta na sua comida?

Sal! (risos). Brincadeiras à parte, eu adoro comidas bem temperadas: alho, cebola. Sou muito adepta do confort Food, aquela comida que abraça, sabe? Então, não pode faltar tempero!



Foto: Divulgação

• O que mais gosta de comer?

Essa é a pergunta mais difícil, rs. Eu gosto de comida boa, feita com amor!

• O que não come de jeito nenhum?

Eu tinha pavor de pimentão verde, acredita? Mas estou começando a comer... afinal de contas nós cozinheiros precisamos experimentar de tudo, conhecer os sabores.

• Como está sendo a experiência de participar do MasterChef?

Totalmente diferente de tudo o que eu já vivi. É uma experiência única que vai me ajudar a ser uma pessoa/profissional ainda melhor.

• Na sua opinião, qual a importância de um bom equipamento para preparar e servir receitas?

Fundamental! Apenas o dom e a técnica não são suficientes para cozinhar. A gente precisa de um tripé, formado pelo dom, pela técnica e pelo bom equipamento.

• Você já cozinha com Ceraflame. Para você, quais os nossos maiores diferenciais?



Conheci a marca há pouco tempo, mas estou apaixonada pelos produtos da Ceraflame. Impossível deixar de falar da praticidade das

peças, que vão do forno/fogão direto à mesa, com muito estilo e qualidade. **Eu amo as peças!**



COMIDA BRASILEIRA

POR Claudio Garcia / Estúdio Gastronômico



Introduzido na culinária brasileira no Século XVII, o Bobó de Camarão é de origem africana, com influência indígena, mas cresceu na Bahia, onde tornou-se prato típico. Originalmente preparado com inhame, o prato foi adaptado de acordo com a produção agrícola local. Hoje o Bobó de Camarão recebeu alguns ingredientes bem brasileiros, como a mandioca (ou aipim, ou macaxeira), camarão, coentro, dendê e leite de coco (opcional). O Bobó é, em sua grande maioria, um creme pouco consistente, preparado com a mandioca amassada ou liquidificada, somado à vários ingredientes. Aí vai a minha receita...

Bobó de Camarão

Ingredientes:

- 1 Kg de camarão médio com casca
- 1 Kg de mandioca, sem casca, cortada em toletes
- 50 ml de azeite de oliva
- 100 ml de azeite de dendê
- 6 dentes de alho picados
- 400 ml de leite de coco
- 2 tomates sem pele e sementes picados em cubos pequenos
- 2 cebolas picadas em cubos pequenos
- ½ pimentão vermelho picado em cubos pequenos
- ½ pimentão verde picado em cubos pequenos
- 1 pimenta de cheiro picada finamente
- 6 ramos de coentro picado
- Sal a gosto
- Cominho a gosto

Modo de Preparo:

Descascar e limpar os camarões, reservar. Fazer um caldo com as cascas e cabeças dos camarões,

coar e reservar. Retirar o fio central dos toletes de mandioca e cozinhar com o caldo de camarão até ficar bem macia. Liquidificar a mandioca com parte do caldo do cozimento. Refogar o alho no azeite, juntar a cebola e puxar os camarões até ficarem rosados. Reservar. Na mesma panela, refogar os pimentões e os tomates, acrescentar o coentro, a pimenta de cheiro e cozinhar até os ingredientes ficarem macios. Liquidificar essa mistura, retornar ao fogo, acrescentar o leite de coco, o azeite de dendê, o creme de mandioca, sal e cominho. Cozinhar mexendo sempre, até dar o ponto. Juntar os camarões e cozinhar por 1 minuto.

Dica: Servir com arroz branco e batata palha ou arroz de coco e farofa de dendê.





Foto: Arquivo Pessoal Fred Tibau

CHOCOLATE!

Nesta edição da Sabor Saudável resolvi falar sobre uma paixão mundial. Muitos utilizam como remédio, outros para trazer prazer. Vamos falar de cacau, pessoal! Sua origem é de 1500 A.C e tem histórias incríveis na civilização Olmeca. Cristóvão Colombo trouxe as sementes à Europa em 1502, sendo que os espanhóis foram os primeiros a introduzir o açúcar na iguaria para diminuir seu amargor.

Para quem não sabe, uma barra de chocolate ao leite contém, em média, cerca de 30% de cacau e os restantes 70% são açúcares, manteiga de cacau, leite, soro lácteo, emulsionante e aromas.

Naquela época, o produto era consumido na forma de bebida quente. Por muito tempo os espanhóis cultivaram cacau na América Central, por meio da mão de obra escrava africana. Com o aumento do consumo, e também pelo grande valor do produto, logo a França, Inglaterra e Holanda estavam cultivando cacau nas suas colônias caribenhas. Com o fortalecimento da produção os preços caíram e a bebida tornou-se ainda mais popular.



O chocolate no Brasil

Apesar de ter sua origem na América, a produção e consumo aqui no Brasil foram introduzidos pela colonização dos europeus que já haviam aprimorado suas formas de consumo. A cultura cacauera foi iniciada por aqui no século XVII, através portugueses. Já o cultivo brasileiro em larga escala teve início no século XIX, na região de Ilhéus, no sul da Bahia. Foram as condições climáticas adequadas que fizeram com que nosso país liderasse a produção mundial entre os anos de 1905 e 1910. Atualmente, somos o quarto maior produtor do mundo!

Um teste realizado pela Proteste, em novembro de 2010, com algumas marcas brasileiras de chocolate, revelou que o chocolate produzido no Brasil tem qualidade nutricional, boa higiene além de um bom sabor. E, para quem não sabe, o processamento das sementes de cacau passa por três etapas: colheita, fermentação e secagem. A melhor maneira de secar os grãos é colocá-los ao sol. Com os grãos secos, eles já estão prontos para serem levados à indústria. Nessa fase todos os grãos passam obrigatoriamente por uma limpeza, torrefação, descasque e moagem.

Variedades:

- **CHOCOLATE AMARGO:**

Feito com os grãos de cacau torrados sem adição de leite. Por isso é chamado de puro. Leva entre 50% a 75% de cacau, já o extra amargo tem de 75% a 85% e o meio amargo de 35% a 50%.

- **CHOCOLATE AO LEITE:**

Leva na composição leite em pó ou leite condensado, a maior parte dos fabricantes europeus usa o leite condensado na composição, que vai ainda 30% a 40% de cacau.

- **CHOCOLATE BRANCO:**

Feito com manteiga de cacau, leite, açúcar e lecitina, pode ser acrescido de baunilha.

- **HIDROGENADO:**

A manteiga de cacau é substituída por óleo vegetal hidrogenado. É uma opção mais barata e mais fácil de trabalhar.

Agora, que tal comer um chocolatinho?

Até 2018!!!





Quando a sessão de fotos é uma festa!

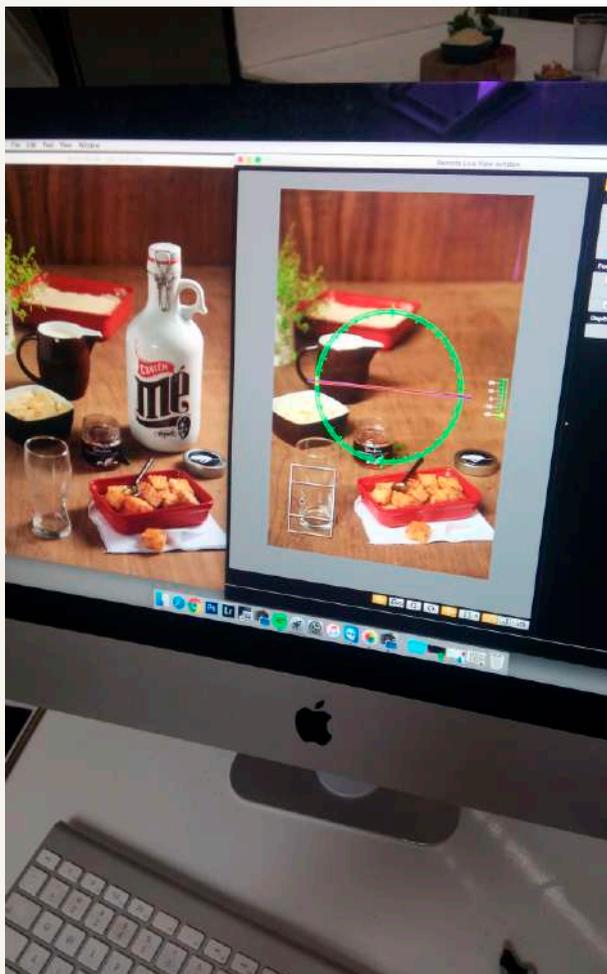


Foto: Divulgação

Me relaciono bem com os clientes. Apesar de me considerar muito profissional, às vezes tenho um afeto especial por um ou outro projeto. A edição da Sabor Saudável Especial Receitas, da Ceraflame, que neste ano teve como Tema Comida de Boteco, comemorando os 25 anos da empresa, foi um desses. Esse projeto veio já desde o começo do ano, quando aproveitando a feira Gift Fair, Carol e Juliana (da equipe de Imprensa e MKT da empresa) foram até o estúdio conversar sobre o especial desse ano. Isso aconteceu em meados de março. Infelizmente eu não estava. Mas na ocasião, elas expuseram as ideias pro meu braço direito no estúdio, o Evandro. Quando cheguei, e infelizmente elas já haviam ido embora, ele me contou dos growlers e a ideia de fazer uma revista harmonizada com cerveja artesanal, eu adorei! Os Growlers são peças especiais feitas para manter a temperatura das cervejas e são feitos exclusivos para cada cervejaria, com sua linguagem visual e logos.



Peças lindas, verdadeiras obras de arte da equipe da Ceraflame. Depois de algum tempo, a Ju entrou em contato novamente e sugeri que fizéssemos comidinhas de boteco para harmonizar com as diferentes cervejas dos clientes deles. Fiquei bem animada com a ideia, afinal, uma revista contemplando comidas de boteco com cerveja é um trabalho muito inspirador. Logo contei pra minha equipe e todos já se puseram a ter ideias de receitas. A logística não era das mais fáceis já que as cervejarias estavam no Brasil inteiro e teriam que mandar suas cervejas para o estúdio. Ainda tínhamos que fazer a degustação para dar veracidade às harmonizações e ainda entender qual seriam os copos corretos para cada tipo de cerveja que iríamos precisar. Quando falo que nada é tão simples quanto parece... Às vezes, as pessoas veem uma foto e não imaginam o trabalho que está por detrás dela. Quantas pessoas envolvidas para fazermos um trabalho bem feito. Foram meses nos preparando, vendo objetos de cena, testes de receitas, recebendo os growlers e as cervejas. Seriam 18 receitas criadas exclusivamente para a revista

e para sua respectiva cerveja. Nossos Chefs, Cláudio e Candida, estavam animados e cheio de trabalho. Dobramos o time na semana do preparo pois teríamos apenas dois dias para os cliques, então Daniela e Danilo se juntaram a equipe para que tudo saísse como planejado. A equipe da Ceraflame veio pra São Paulo para acompanhar tudo de perto e foram dois dias bem intensos e muito bacanas! Todos envolvidos estavam muito sintonizados e as fotos fluíram muito bem. As comidas todas foram feitas ao pé da letra e degustadas novamente para que não houvesse erro. O trabalho final vocês acompanharam no lindo especial que saiu mês atrás e que agora conto um pouco de como tudo aconteceu. Confesso que se todo trabalho fosse assim, a vida seria uma festa todos os dias!!!



E a parceria continua...

Intestino preso – e agora?

POR Dafini Brigido - Nutricionista do Programa de Saúde Alimentar Viva Melhor

A constipação intestinal (mais conhecida como intestino preso ou prisão de ventre) é uma das principais queixas, principalmente em mulheres. Cerca de 20% da população mundial sofre deste mal que causa sintomas como inchaço, mau humor e barriga saliente. Em alguns casos, a constipação pode ser severa, estando associada a outros problemas mais sérios de saúde. Porém, o que muita gente não sabe é que ela pode ser ocasionada também por uma alimentação não apropriada. Ou seja: pequenas mudanças de hábito e a inclusão de alguns alimentos no dia a dia podem melhorar muito esse desconforto.

Confira algumas dicas!

► **Feijão:** Cada porção tem em média 10g de fibras solúveis e insolúveis. As fibras solúveis contribuem para a captação de água e as insolúveis, por sua vez, aumentam o bolo fecal, acelerando o trânsito intestinal e a frequência de evacuações.

► **Kiwi:** Um estudo realizado em Taiwan mostrou que com o consumo de 2 kiwis por dia, a população estudada aumentou a frequência de evacuações consideravelmente. O Kiwi é fonte de fibras e nutrientes que auxiliam no bom funcionamento intestinal.

► **Alimentos integrais:** Os pães, tipos de arroz, macarrões ou biscoitos integrais têm alto teor de fibras graças à utilização dos ingredientes em sua forma integral. Além disso, alguns pães integrais costumam vir com castanhas e grãos que também ajudam na regulação do intestino.



- ▶ **Pera:** É uma fruta de baixa caloria, mas com alto teor de fibras (cerca de 6 g). O importante para aproveitar seus benefícios é comer com a casca.
- ▶ **Brócolis:** Meia xícara de brócolis tem em média 3 g de fibras. É um alimento rico em vitamina C e antioxidantes, excelentes para nossa pele.
- ▶ **Ameixa:** É a número um dos medicamentos naturais para constipação. Além de serem ricas em fibras insolúveis, elas têm em sua composição o sorbitol, um tipo de laxante natural.

É importante lembrarmos também da hidratação quando estamos consumindo alimentos ricos em fibras. Caso nosso corpo esteja desidratado, o efeito será o contrário ao desejado. Ingerir em média 2.5 litros de água por dia é essencial! Além destes alimentos, outros como a quinoa, alguns tipos de iogurtes, lentilha e o mamão papaia, também são indicados para amenizar o problema.



Ceraflame
cookware



Foto: Estudo Gastronômico



www.mondoceram.com.br
0800 644 6444

MondoCeram



www.mondoceram.com.br
0800 644 6444

CLIENTE DESTAQUE

Estrela 10

A Estrela10 foi criada em 2008 e, desde então, não para de crescer no conceito de fornecedores e clientes. Especializada na revenda de produtos das mais diversas categorias, nosso cliente desde março deste ano é referência de qualidade, respeito e confiança. Hoje é listado como uma das 150 maiores lojas virtuais do Brasil. Atualmente, são mais de 30 mil produtos organizados em 24 departamentos. Com mais de 100 colaboradores diretos, a Estrela10 vem se consolidando a cada dia mais, para proporcionar aos clientes tranquilidade na compra e agilidade na entrega. São mais 8.000 produtos, entre eles as cerâmicas da Ceraflame, em uma plataforma de alta tecnologia, fácil navegabilidade e segurança. Sua estrutura física é composta por 650m², com um escritório em Marechal Cândido Rondon (PR) e o Centro de Distribuição em Itajaí (SC) com 15.000m². Para Bianca Arantes, analista

comercial e responsável pelos departamentos de utilidades domésticas, móveis e cama mesa e banho, a Ceraflame se destaca por ser uma marca que cresce no mercado a cada dia e que possui um amplo conhecimento na fabricação dos seus produtos. “Sua linha de produtos tem alto patamar de qualidade, que sempre embelezam o ambiente com um toque decorativo, já que existem modelos e cores que combinam com a atualidade”, diz Bianca. Na Estrela10, os jogos de panelas são os itens mais vendidos, sendo o conjunto premiere de 5 peças chocolate o campeão de vendas. “A nossa surpresa é um fervedor de 1 litro, que também está entre os itens mais vendidos. Trabalhamos juntos desde março de 2017 e estamos muito otimistas”, complementa a analista.

“Em novembro a Estrela10 terá o Black Friday, que é o maior evento do ano para o e-commerce. Certamente a Ceraflame terá uma boa representatividade nas vendas desse período conosco, já que buscamos produtos de qualidade e a melhor oferta para nosso cliente.”

- Bianca Arantes

www.estrela10.com.br

ESTRELA 10



SUA CASA EM HARMONIA

Dicas para decorar a mesa para as ceias de final de ano

A época mais gostosa do ano está chegando! As ceias de Natal e Ano Novo são os jantares mais esperados pelos apaixonados por gastronomia e também por decoração. Isso mesmo! Afinal de contas, de nada adianta servir um super jantar numa mesa desarrumada, concorda? Seja qual for o seu estilo, o importante é seguir algumas regrinhas básicas que vão te ajudar a surpreender seus convidados.

Vamos conferir algumas?

1 O primeiro passo é escolher os tons da sua decoração. A gente gosta muito de branco, bege, marrom e tons de dourado, pois trazem a serenidade dessa época tão especial do ano.

2 Escolha uma toalha grande para ser a base da decoração, ela pode ser branca, bege claro ou ainda seguir os tons fendi e, preferencialmente, deve esconder os pés da mesa;

3 Aposte em um trilho mais escuro ou uma sobre toalha para contrastar com a toalha base. Se você seguir nossas sugestões, apostar na cor marrom pode ser uma ótima escolha.

4 Arranjos são incríveis para decorar o centro da mesa. Aqui você pode usar flores, galhos, folhagens ou o que sua imaginação permitir, o importante é não pecar pelo excesso! Escolha algo neutro e nada tão alto, para não atrapalhar as conversas tradicionais que tanto gostamos na hora das refeições. Folhagens verdes com galhos secos vão cair super bem nessa paleta de cores que estamos sugerindo para você!

5 Guardanapos de tecido são uma opção barata e trazem um toque de sofisticação

para o jantar. Ah, e a gente nem precisa falar: branco é sempre branco. Traz elegância e ainda significa higiene!

6 Se não tiver uma champanheira, use um baldinho de inox para decorar o ambiente e manter as bebidas que estão sendo servidas sempre geladas.

7 Na hora de dispor os talheres, não esqueça: eles devem estar geometricamente bem espaçados, criando harmonia e organização. E, na hora de usar, aquela regrinha básica de etiqueta que você certamente já sabe: sempre comece de fora para dentro!

8 Caso sua mesa não seja tão espaçosa, faça uma mesa de apoio como "buffet" para a sua ceia. Mesas cheias e apertadas são desconfortáveis. Ok?

São apenas algumas dicas básicas para suas comemorações ficarem ainda mais especiais! Faça do seu jeito! Seu evento tem que ter a sua cara. O mais importante, é sempre fazer com amor!!!

Boas Festas!





MANIA DE BRASIL

Você já ouviu falar na Serra do Rio do Rastro?

Santa Catarina é uma caixa de surpresas. Superando as expectativas de gringos e até de brasileiros, o estado é cheio de paisagens que são verdadeiros cartões postais. Um desses cartões postais é a Serra do Rio do Rastro que fica encravada na montanha entre Lauro Müller e Bom Jardim da Serra. Dos 35 quilômetros da SC-438, que ligam os dois municípios, 15 quilômetros foram construídos em concreto armado e colocam em cheque a paciência e a habilidade dos motoristas, já que têm dezenas de curvas fechadas e pequenas retas pelo caminho.

No topo da serra - a quase 1500 metros de altitude - a pacata cidade de Bom Jardim da Serra é a cidade-base para quem quer desfrutar desse roteiro. Essa famosa região turística conta com 35 cachoeiras, 14 rios e 9 cânions, atrações que lhe renderam o título de "Capital das Águas". Alguns pontos que merecem destaque na Serra do Rio do Rastro são o mirante da serra, a usina eólica, o canion funil e o conjuntos de quedas d'água salto do passo velho. Se você tá pensando em viajar, a Serra do Rio do Rastro pode ser um ótimo destino nesses dias mais quentes do ano.

Ceraflame

cookware

Foto: Estúdio Gastronômico



www.ceraflame.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