

sabor saudável

Edição nº 35 - Dezembro / 2018 e Janeiro / 2019

Ceraflame
cookware

RECEITA:
TORTA REFRESCANTE DE MORANGOS
COM CHOCOLATE BRANCO

NOVIDADES E DICAS PARA
PRESENTEAR NESTE NATAL!

Foto: Estúdio Gastronômico

Available on the
App Store



EDITORIAL

Final de ano chegando e todos nós já estamos iniciando aquele momento de reflexão, não é mesmo?

- O que realizamos durante o ano?
- Quais sonhos e objetivos alcançamos?
- Que lugares visitamos?
- Quantas vezes tivemos a família reunida ao redor da mesa?
- Fizemos tudo aquilo que queríamos ter feito?

Por aqui, a sensação é de missão cumprida. O ano de 2018 foi um ano especial, mesmo com tantos desafios do mercado, principalmente por conta da economia e da política do nosso país. Mesmo assim, lançamos novos produtos, participamos de muitos eventos e feiras, conquistamos clientes novos, estivemos em contato com você através dessa revista que tanto amamos e fazemos com muito carinho e, o mais importante: estivemos presentes na mesa dos brasileiros com muita qualidade, funcionalidade e a tradição das nossas cerâmicas, que todos já conhecem. E esse é o nosso maior desejo para 2019 – continuar marcando presença na vida da sua família, contribuindo para uma rotina mais feliz, mais saudável e cheia de sabor. Desejamos a todos um feliz Natal, recheado de presentes e de boas energias, e um feliz e próspero ano novo, com muita paz e renovações!

Aproveitem os bons momentos das férias com aqueles que mais amam!

EXPEDIENTE:

► Empresa:

Certa Cerâmica

► Departamento de Marketing:

Kilian Schroeder

Juliana Kursancew

► Empresa Responsável:

Pontuale Comunicação & Marketing

► Jornalista Responsável:

Caroline Augusta de Andrade Michel
(DRT PR 8676)

► Colaboração:

Mahayla Haddad

► Projeto Gráfico:

Fabiane Salomon

Jéssica Stiegler

► Fale conosco:

sacc@certaceramica.com.br



ÍNDICE

04. NOSSA EMPRESA

Novidades a caminho...

05. NOVIDADES E DICAS SÓ PARA VOCÊ!

10. GASTROMANIA

Sorbet de manga com cobertura durinha de chocolate

12. ESPAÇO SABOR SAUDÁVEL

Gorduras saudáveis!

13. VOCÊ SABIA?

A mandioca e seus nomes...

14. CONVERSANDO COM

Jorge Gonçalves, idealizador do Milk Creamery

16. COMIDA BRASILEIRA

Receita de Afogado

18. COLUNA CHEF FRED TIBAU

Torta refrescante de morangos com chocolate branco

20. COLUNA CHEF JOÃO MARCELO

Gastronomia: Tea somelliere

22. COLUNA LUNA GARCIA

Início!

23. SAÚDE

Especial verão para você curtir as férias!

24. SUA CASA EM HARMONIA

Pergolados para o verão!

26. CLIENTE DESTAQUE

Lojas Blumenau e Dular

27. MANIA DE BRASIL

O Rio de Janeiro continua lindo!



NOSSA EMPRESA

Novidades a caminho...

O ano de 2018 ainda nem acabou e nós já estamos super animados para 2019, afinal de contas, quem nos acompanha sabe que todo início de ano é agitado para nós da Ceraflame, não é mesmo? E quer saber? Nós adoramos que seja assim! Em fevereiro vamos participar novamente de duas feiras renomadas do mercado: uma internacional e uma nacional. Começaremos com o pé direito levando nossa marca e todo o potencial da indústria brasileira para o exterior. Vamos mais uma vez marcar presença na Feira Ambiente, na cidade de Frankfurt na Alemanha, entre os dias 8 e 12 de

fevereiro. Voltamos rapidinho de lá para montar nosso stand e deixar tudo pronto à ABUP Home & Gift, uma das feiras mais importantes do país no segmento de mesa posta, decoração e utilidades domésticas. O evento acontece entre os dias 16 e 19 de fevereiro, no São Paulo Expo (SP). Ainda é cedo para falar o que vamos levar de novo nos eventos, mas garantimos a você: teremos lançamentos! Fique ligado nas nossas redes sociais, vamos contar tudo por lá e mostrar a cobertura dessas importantes feiras que já fazem parte da história da nossa marca. Quem mais está animado?



NOVIDADES E DICAS

SÓ PARA VOCÊ

*Especial
Natal...*



► CANECAS PET:

Somos suspeitos para falar desses produtos que são perfeitos para os amantes dos bichinhos de estimação, para quem é #PetFriendly! Demonstrar o carinho aos companheirinhos de vida, nunca é demais, não é mesmo? Afinal de contas, eles não medem o amor aos donos. Então, com as Canecas de cerâmica da Linha PET, da MondoCeram, você pode beber o que mais gosta sentindo o amor de quem mais gosta de você!



▶ **FORMA DE PIZZA:**

Para reunir a galera em casa e fazer aquele rodízio de pizza caseiro, a forma de pizza da Ceraflame é a opção perfeita. Quer motivos? A gente te dá! É uma peça atóxica, que preserva a temperatura da sua pizza, além de ser resistente a choques térmicos, ou seja: é só retirar do forno e colocar direto na mesa para quem já estiver com fome. Ah, não podemos deixar de falar no visual dela que é lindo, não é mesmo? Boa pedida para aquele amigo secreto que a gente nunca sabe o que comprar.



► CAÇAROLAS MARTELADAS:

Férias é estar com a família toda em casa e ter a mesa lotada na hora das refeições, não é mesmo? Para isso, linha martelada da Ceraflame conta com diversos tamanhos de caçarolas, dentre elas a Caçarola Martelada 28 cm, com capacidade para até 9.500ml é o presente ideal para satisfazer todo mundo com aquela feijoada ou aquela carne de panela. A comida vai estar tão boa que todos vão pedir mais!



▶ **MINI COCOTTE MARTELADA:**

Decoração pronta, receitas escolhidas... não esqueça também de caprichar na preparação da mesa para as ceias de Natal e Réveillon! Para isso, a Ceraflame conta com diversos modelos de mini cocottes, como o da linha martelada com capacidade de 300ml, ideais para servir porções individuais: suflês, molhos, entre outros. As peças estão disponíveis nas cores: preto, chocolate, pomodoro, cobre e rose gold!



Sorbet de manga com cobertura durinha de chocolate

Pensando no verão, estação que a gente tanto ama, a receita “Gastromania” da nossa edição é uma preparação de dar água na boca: fácil de fazer, refrescante, deliciosa e suuuuper saudável. Quem criou foi a nossa parceira Pati Bianco, do FruFruta, para a Edição Especial de Receitas da Sabor Saudável de 2018. Você e a família vão amar, pode apostar!

● PARA O SORBET DE MANGA

Ingredientes:

2 mangas (palmer) maduras
caldo de ½ limão

Modo de Preparo:

1. Descasque e corte as mangas em pedaços médios.
2. Transfira para uma assadeira e leve ao congelador – evite amontoar os pedaços, assim eles ficam soltos depois de congelados. Deixe por pelo menos 4 horas até congelar (se preferir, congele na noite anterior ao preparo).
3. Retire a manga do congelador e deixe em temperatura ambiente por 10 minutos antes de bater – assim você não quebra o processador e o sorvete atinge o ponto mais rápido.

4. Coloque os pedaços de manga congelados no processador, junte o caldo de limão e comece a bater no modo pulsar para triturar os pedaços da fruta. Continue batendo em velocidade alta até ficar bem cremoso com a consistência de sorvete, por cerca de 10 minutos – na metade do tempo, pare de bater e misture os pedaços com uma espátula para bater por igual. O processo é demorado, mas acredite, quanto mais tempo bater mais cremoso fica. Sirva a seguir.

● PARA A CALDA DE CHOCOLATE

Ingredientes:

1 xícara de chocolate 70% cacau
2 colheres (sopa) de óleo de coco

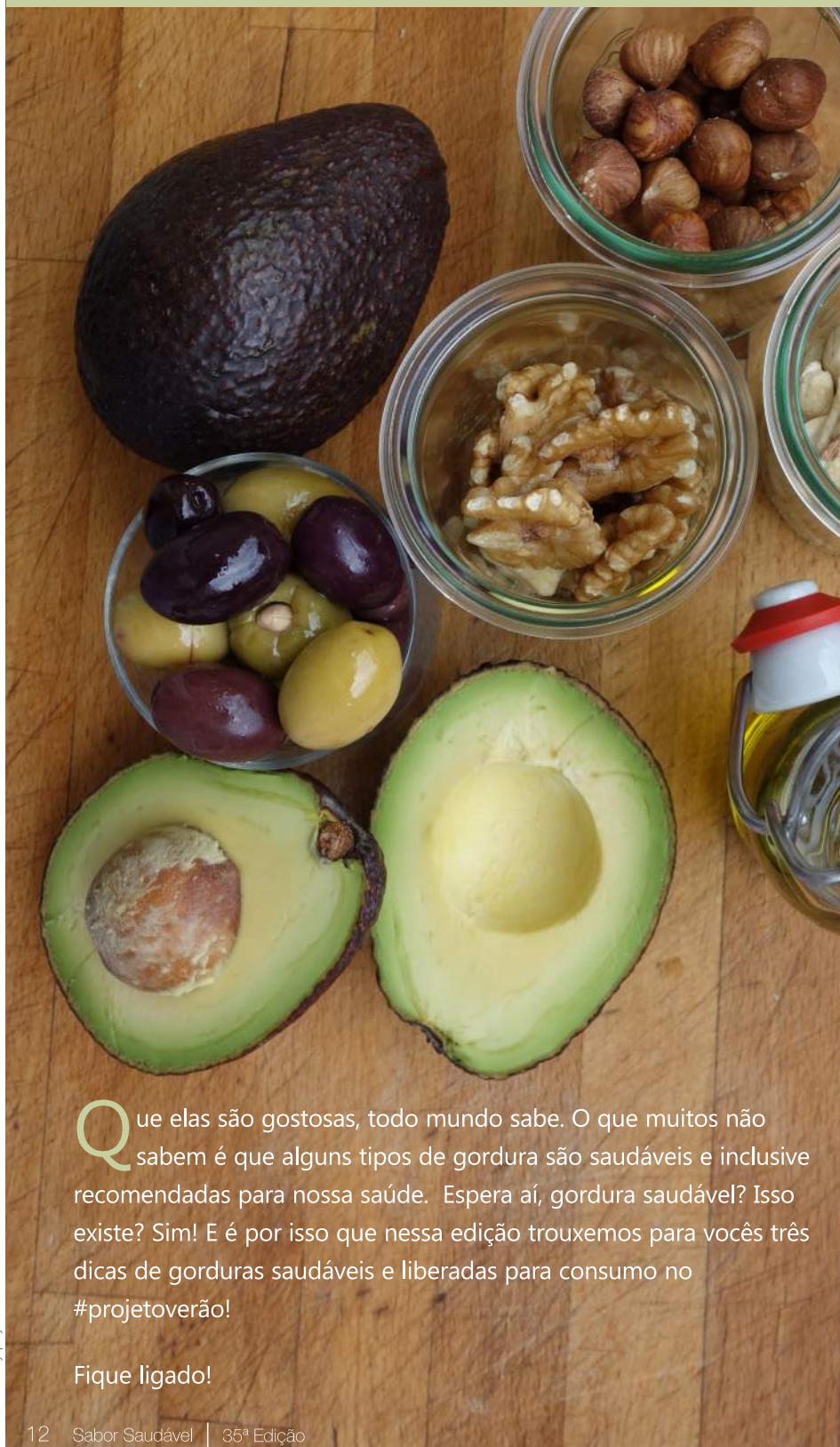
Modo de Preparo:

1. Derreta o chocolate e o óleo em banho-maria. Misture até incorporar. Sirva sobre o sorbet!



ESPAÇO SABOR SAUDÁVEL

Gorduras Saudáveis!



► **Abacate:** a maior parte da gordura do abacate é monoinsaturada. Isso quer dizer que é uma gordura boa e que o corpo necessita, além de reduzir o colesterol. Você pode substituir outros alimentos por abacate. Que tal dar uma incrementada na salada, no sanduíche ou na vitamina? Lembre-se: meio abacate por dia é suficiente!

► **Peixes:** Além dos peixes serem ricos em proteínas, iodo, fósforo, cálcio, vitaminas A, E, e do complexo B e D, peixes como o salmão, o atum e a sardinha, por exemplo, são ricos em ômega-3. Ou seja, em gorduras boas. A recomendação é de duas postas por semana!

► **Nozes:** São ricas em vitamina E, fibras, proteínas, magnésio e ômega-3. Além de ajudar na prevenção de câncer de mama, de próstata e melhorar a saúde dos ossos. Quando tiver fome fora de hora, conte com um punhadinho delas. Caso não goste de nozes, pode optar por amêndoas, castanhas de caju ou pistache.

Que elas são gostosas, todo mundo sabe. O que muitos não sabem é que alguns tipos de gordura são saudáveis e inclusive recomendadas para nossa saúde. Espera aí, gordura saudável? Isso existe? Sim! E é por isso que nessa edição trouxemos para vocês três dicas de gorduras saudáveis e liberadas para consumo no #projeto verão!

Fique ligado!

VOCÊ SABIA?

A Mandioca e seus nomes ...



Você sabia que na região Sul, onde está localizada a fábrica da Ceraflame, nós comemos mandioca enquanto no Rio de Janeiro os cariocas comem aipim? Na verdade, a planta da família das euforbiáceas que tem a casca marrom, é fibrosa e com polpa branca, recebe inúmeros nomes pelo Brasil afora, sempre dependendo da região. Esse alimento tão comum na mesa dos brasileiros pode ser chamado também de macaxeira no Norte. Já no Nordeste, tem outros nomes: Castelinha, Uaipi, Maniva,

Maniveira, Pão-de-pobre, Mandioca-brava e Mandioca-amarga. Tudo isso para designar a espécie *Manihot esculenta*, planta tuberosa da família das Euphorbiaceae.

Mas, Independente do nome, quem é que não gosta de uma mandioquinha frita? Ou você prefere um purê?

Sendo boa, podemos chamar de qualquer coisa, não é mesmo?

Por aqui, ficamos com água na boca!

CONVERSANDO COM

Jorge Gonçalves - Idealizador Milk Creamery



A Milk Creamery é uma marca curitibana especializada em sobremesas à base de gelatos e tem como grande diferencial o sorvete de rolinhos. Isso mesmo! Em franca expansão, o cardápio da Milk tem deliciosos e irresistíveis gelatos, sorbets, sorvete tailandês (sorvete de rolo), milk shakes e doces acompanhados de gelatos, como churros, brownies, petit gâteau e donuts. Ficou com água na boca? Imagine a gente que já estava há dias preparando essa entrevista.

Para a última edição do ano, que tem a cara das férias e do verão, nós falamos com o Jorge Gonçalves, idealizador dessa ideia que todo mundo já ama.



Foto: Facebook | Milk Creamery

► De onde surgiu essa referência e conceito?

O "sorvete de rolinho" ganhou conhecimento mundial ao chegar em Nova Iorque. O brasileiro vem conhecendo-a desde o ano passado. Os Milk Rolls são feitos com base de gelato italiano, o que resulta em ótima cremosidade e sabor. Mas vale ressaltar que os Rolls são somente um dos nossos produtos. Temos também Gelatos Italianos Artesanais, Churros com Sorvete, Petit Gateau, Brownie e Milk Shakes.

► A forma de servir o sorvete é super diferente. Por que servir em rolinhos?

A técnica nasceu na Tailândia, na qual os sorveteiros realizam o processo todo na chapa fria e então servem o sorvete em rolinhos. Isso garante uma uniformidade na textura do sorvete, além de uma experiência de ver o sorvete sendo feito à sua frente, sem falar na apresentação diferenciada.

► E os sabores, de onde surgiram?

São uma mistura de clássicos do sorvete italiano com os favoritos dos brasileiros, além de outras delícias do resto do mundo. Buscamos ter opções para vários paladares, desde os que gostam de sobremesas mais doces até sabores mais leves e cítricos. Todos os sabores e sobremesas são receitas nossas, produzidas por nós. Estamos em constante inovação!

► **Qual é a principal proposta e diferencial?**

A proposta é oferecer experiências diferenciadas com as sobremesas. A escolha de matéria-prima, a produção e a apresentação das sobremesas são pensadas com inovação e principalmente, com a mais alta qualidade. O atendimento, a criação e a entrega da sobremesa são voltados para a entrega de momentos de felicidade. O objetivo é a Vaquinha espalhar alegria por onde ela estiver.

► **Atualmente, vocês contam com quantas lojas? Onde são localizadas?**

No momento, temos cinco lojas operando. Três em Curitiba, uma em Araucária e uma em

Maringá. Para o início de 2019, estaremos contando com mais três, uma em Joinville, uma em Itajaí – Praia Brava e mais uma em Curitiba.

► **O verão está chegando e já estamos todos animados. Qual a expectativa para essa estação?**

É a melhor estação do ano! Temos a melhor expectativa possível. Estamos animados e prontos para fazer muito sorvete. Cada vez mais percebemos o público local querendo sorvete também nas outras estações, mas o verão com certeza é a predileta! Tem novidades muito legais e promoções chegando para esse verão de 2019, então é só nos acompanhar em nossas redes sociais!



► Foto: Facebook | Milk Creamery

COMIDA BRASILEIRA

POR Claudio Garcia / Estúdio Gastronômico



Esse é um prato de origem ainda incerta que está entre a influência tropeira e a dos cozidos lusitanos. Para quem não conhece, ou nunca ouviu falar, o afogado é um ensopado feito à base de carne bovina e batata ou mandioca. Em São Luiz do Paraitinga, no Vale do Paraíba (SP), ele é sempre servido na Festa do Divino Espírito Santo e por tradição, seu preparo sempre coube aos homens que, em enormes tachos, sobre fogueiras vão jogando os cortes de carne bovina, picada grosseiramente junto com alho, cebola, cheiro verde, batata e água. O afogado deve ser servido bem quente acompanhado de farinha de mandioca, que cada um se serve no momento de comer.

Aí vai a minha receita!

AFOGADO

Rendimento: 6 porções

Ingredientes:

1 a ½ Kg de peito bovino picado em cubos pequenos
100 g de toucinho fresco picado em cubos bem pequenos
1 lata de tomate pelado
4 colheres (sopa) de azeite extra virgem
3 folhas de louro
4 dentes de alho amassados
2 cebolas picadas
2 colheres (sopa) de cheiro verde picado
4 folhas de hortelã picadas
½ Kg de mandioca em pedaços médios
2 colheres (sopa) de manjeriço picado
3 L de água
Sal QB
Pimenta do reino QB

Modo de Preparo:

Tempere a carne com sal e pimenta do reino. Frite a carne no azeite até dourar, acrescente o toucinho e doure. Coloque a cebola e o alho para refogar. Agora, você vai acrescentar o tomate pelado e seu suco, o sal, as folhas de louro, a mandioca e a água. Deixe cozinhando em fogo alto por 90 minutos ou até que a carne fique bem macia e desfiando. Se for necessário, acrescente mais água (sempre quente). Quando estiver no ponto, acertar os temperos e juntar o manjeriço, o cheiro verde e a hortelã. Mexer e servir! Lembre-se de servir acompanhado de farinha de mandioca.





COLUNA

Chef Fred Tibau

Torta refrescante de morangos com chocolate branco

Olá pessoal! Tudo bem? Já estava com saudade de escrever para essa revista, acho que vou pedir pra Ceraflame tornar ela mensal, o que acham?! Bem, minha vida profissional mudou radicalmente quando o programa Estrelas acabou. Com isso, surgiu uma oportunidade de trabalhar na Nestlé Professional, um segmento da maior empresa de Food service do mundo. Mudanças em geral, que vêm no momento certo e trazem novos desafios! Na ocasião, o meu era entrar para um novo ramo em minha vida: a confeitaria. E confesso: estou em profundo amor por ele e aprendendo muitas técnicas tanto de massas e bolos quanto de decoração de tortas. Com essa mudança, também veio o convite para eu trazer receitas de doces para essa revista. Por isso, ainda mais com o final de ano chegando, optei por compartilhar com vocês uma receita super leve e fácil de preparar: uma torta refrescante de Morangos com chocolate branco. Podem fazer em casa que dá super certo! Ah, e não esqueçam que na hora de decorar a MondoCeram tem uma linha lindíssima de boleiras em cerâmica com várias cores e pedestal que fazem toda a diferença na hora de servir suas sobremesas na mesa da ceia.

Se quiser, me segue no canal no YouTube que tem essa receita bem explicadinha lá. Follow: “Cozinhando e Confeitando com Fred Tibau”.

Ingredientes para a massa de bolo branca:

4 ovos
200 gramas de açúcar
200 gramas de farinha de trigo
1 ml de baunilha líquida
150 ml de óleo
150 ml de leite
10 gramas de fermento

Modo de preparo:

Bata na batedeira os ovos com o açúcar e a baunilha até dobrar de volume. Adicione o leite e o óleo, misture e adicione a farinha de trigo peneirada. Continue mexendo suavemente para não perder volume e finalize com o fermento. Asse por 45 minutos a 180 graus.

Calda para molhar:

100 ml de leite
50 gramas de leite condensado.

Ingredientes do recheio:

400 gramas de leite condensado
200 gramas de creme de leite
Gotas de baunilha.

Modo de preparo:

Leve todos os ingredientes ao fogo em uma panela média da Ceraflame. Mexa sem parar até que comece a soltar da panela. Desligue e deixe esfriar. Se ficar muito grosso, adicione um pouco mais de creme de leite.

Ingredientes da cobertura de Ganache de chocolate branco:

300 Gramas de chocolate branco
200 gramas de creme de leite.

Modo de preparo:

Pique o chocolate e derreta no micro-ondas de 30 em 30 segundos até que derreta por completo. Adicione o creme de leite e deixe esfriar.

Para essa receita vamos precisar de:

400 gramas de morangos picados.

Montagem da torta:

Corte o bolo em três partes iguais, molhe com a calda, aplique metade do recheio em uma das camadas com metade dos morangos picados, repita esse procedimento e cubra com a última fatia do bolo. Aplique a ganache por toda a torta cobrindo inclusive as laterais e finalize o topo com morangos inteiros, raspas de chocolate branco. Se quiser, você pode dar um toque final com leite em pó peneirado para dar um charme.

Espero que vocês gostem dessa receita. Vou ficando por aqui e até a próxima coluna com uma deliciosa receita de torta de limão.

Até 2019 =)



► Foto: Arquivo Fred Tibau



COLUNA

Chef João Marcelo

GASTRONOMIA: Tea Somelliere

Há alguns dias eu recebi um grupo de amigos e estávamos na varanda jogando papo fora. Entre os diversos assuntos veio algo que me chamou atenção: o tema CHÁ! Discutíamos sobre a cultura e o conhecimento, principalmente dos brasileiros. Falamos sobre o quanto essa bebida é especial em diversos países, sobre seus princípios ativos e o momento para este ritual. Quando tive a

oportunidade de conhecer Raquel Magalhaes (@raquelmagalhaes), conhecida como uma das maiores “Tea Sommelière” do Brasil - profissional que foca sua pesquisa e estudos na arte de conhecer técnicas a preparar e consumir chás e infusões - viajada e muito engajada e conhecedora na causa, comecei a acompanhá-la por meio de suas postagens e mensagens interessantes sobre o tema, fotos que nos orienta, com toda explicação necessária para aqueles que tem o interesse em aprofundar seus conhecimentos.

A partir desse encontro comecei a me interessar e passei a buscar mais conhecimentos sobre como harmonizar as ervas e criar esse hábito para tornar a minha saúde mais equilibrada e saudável, o que tem sido fantástico! Essa experiência multissensorial ativa os cinco sentidos por meio de degustações de sabores e aromas dos chás e

infusões, que podem ser servidos quente e gelado. Quando percebemos que degustar um chá de qualidade vai além de aquecer uma água e fazer uma infusão qualquer, tornamos essa prática uma rotina diária para garantirmos momentos de bem-estar!

Gosto muito de preparar uma receita especial, que faço com frequência: trata-se um blend, de carqueja, boldo e maça, que me auxilia na digestão e, além do sabor que particularmente é delicioso, (sugiro que tome bem gelado), a sensação de bem-estar é algo indescritível! Segundo Rachel, o chá tinha várias categorias e um protocolo que, para muitos (inclusive eu) é uma surpresa agradável! O interessante em ampliar nossos conhecimentos em diversas áreas é entender que essa experiência de sabores, aromas e temperaturas se aplica em diversas áreas, seja em bebidas ou na elaboração de pratos especiais do nosso dia-a-dia!

Como eu tenho oportunidade de estar próximo a praia, tenho preferência em tomar os chás sempre gelados. Como de costume degustamos muito a erva mate, muito tradicional aqui no Rio de Janeiro. Mas quando viajo para cidades de clima mais frios o chá quente, na temperatura correta, é sensacional! Todos os dias quando acordo a primeira coisa que faço é beber um copo de água. É um hábito que auxilia no controle do fluxo de sódio e potássio, auxilia o intestino, melhora a função cardiovascular e a absorção dos nutrientes que virão com o café da manhã. Gosto de fazer uma infusão de folhas e flores, aqueço a água - sem deixar ferver - apago o fogo, coloco as ervas e abafa, deixando assim que a infusão aconteça, cerca de 10 a 15 minutos. Uso uma medida de colher de sobremesa para cada 100 ml de água. Gosto de utilizar diversas ervas, de acordo com o dia e a ocasião, procuro sempre focar no benefício!

Veja algumas dicas!

- ▶ **Hortelã:** Quando febre ou dor de cabeça ou quando quero tornar meu chá gelado mais refrescante;
- ▶ **Camomila:** Melhora o sono e me ajuda a perder a vontade de doce, principalmente durante a noite. Ajuda diretamente na digestão.
- ▶ **Hibisco:** Levo sempre no caminho à academia, no meu pré-treino. Além do sabor incrível, é termogênico.
- ▶ **Espinheira Santa:** Dores de estômago e cicatrização.
- ▶ **Boldo:** Auxilia quando exageramos em comer ou beber.
- ▶ **Carqueja:** Ajuda o estômago, reduz absorção de açúcar e, segundo a lenda, emagrece!

Já fez seu chá hoje?

Confira minha dica =)

Chá digestivo ...

- 4 rodela de gengibre
- 1 canela em pau
- 3 folhas de boldo
- 2 folhas de hortelã
- 3 unidades de cardamomo

Ferva 500 ml de água e apague o fogo. Acrescente os ingredientes e abafe por 10 minutos. Sirva quente ou, se quiser, leve à geladeira e sirva gelado. Particularmente, gosto muito de degustar meus chás nas canecas com os Emojis da MondoCeram (Linha Diverticon) no meu dia a dia. Além de lindas, são peças divertidas e confortáveis para este momento especial!

Minha predileta é do sorriso, tenho um carinho especial por ela ser divertida! Aliás todas elas são lindas e têm muito humor =)

Nos vemos em breve! Abraços e um final de ano maravilhoso para você e sua família!

Chef João Marcelo @joaomarcelo

COLUNA

Luna Garcia



Foto: Arquivo Pessoal Luna Garcia

Dou início a uma nova fase da minha coluna aqui na Revista Sabor Saudável. A partir de agora, minha ideia é trazer para vocês, a cada nova edição, uma foto de gastronomia – sempre contando como ela foi feita. Quero fazer uma sequência de cases que possam ajudar os leitores a fotografar cada vez melhor seus pratos. Espero que gostem e que sempre me acompanhem por aqui.

Vamos sempre olhar para os três pontos da fotografia, que são o tripé da fotografia de comida: a técnica fotográfica, a produção de objetos e o foodstyling.

Essas colunas descrevem o meu trabalho como fotógrafa e diretora de arte do meu estúdio, o Estúdio Gastronômico, que fica aqui em SP. Inclusive, essa nova linha editorial me deixou muito feliz, pois ela começa no mesmo momento em que nosso estúdio comemora 10 anos – uma década de um trabalho feito com muito amor, seriedade, responsabilidade! É muita alegria! Com tanta experiência e desafios da profissão, hoje me sinto muito apta para poder desvendar todos os segredos da fotografia de comida e compartilhar de uma forma clara e objetiva com todos que, assim como eu, amam esse universo!

A fotografia de comida não é um tabu como a maioria das pessoas pensam. Mas também é um trabalho que envolve mais de um profissional e muita técnica. Fiquem à vontade para contatarem a revista pedindo o que vocês querem ver fotografado na próxima edição, será um prazer fazer a foto para os leitores da revista da Ceraflame.

Vamos seguir sempre um padrão para que as técnicas fiquem cada vez mais claras e que o leitor possa ir guardando as dicas para seu aprimoramento. Espero que gostem dessa nova fase e aprendam a tirar fotos deliciosas.

**Ah, nos vemos em 2019!
Feliz Natal e próspero Ano Novo para todos vocês!**





SAÚDE

Especial verão para você curtir as férias!

Até agora, nessa última edição da Sabor Saudável de 2018, falamos de muitas coisas boas para o verão, mas infelizmente essa estação traz com ela algumas doenças comuns. Fique de olho, ninguém merece ter as férias estragadas e precisar ir para o hospital em vez de ir à praia.

FITOFOTODERMATOSE:

O nome é meio complicado, mas nada mais é do que as queimaduras na pele. Sim, aquelas causadas pela exposição ao sol com o contato de frutas cítricas. Quem é que nunca ficou com a pele manchada depois de manusear o limão? Muitas pessoas, inclusive, ganham a companhia das indesejáveis bolhas na pele. E, como essas manchas/bolhas costumam não arder, achamos que são meramente estéticas, no entanto, levam mais de 4 semanas para sumirem. Além disso, elas incomodam, prejudicam a pele e aceleram o envelhecimento. Para evitar é simples: lavar bem as mãos após contato com frutas cítricas.

INTOXICAÇÃO ALIMENTAR

O nome por si só já explica, não é mesmo? Ela acontece quando comemos alimentos contaminados. E, no verão, os cuidados devem ser ainda maiores. Com as altas temperaturas, os alimentos precisam estar conservados de forma adequada, principalmente os frutos do mar que amamos consumir nessa época do ano. Verifique sempre as condições dos peixes frescos ou ainda a condição dos locais em que vai fazer suas refeições. Está na beira da praia? Evite frituras e sanduíches com molhos, principalmente com maionese e ovos. Comeu e passou mal? Fique atento aos sintomas comuns de náusea, febre, vômitos, diarreia e desidratação. Vá ao médico e faça repouso!

INSOLAÇÃO:

Que todo mundo ama praia e piscina a gente nem precisa dizer. Mas o sol, mesmo que sendo delicioso, é perigoso. Em curto prazo as queimaduras podem causar insolação e, a longo prazo, podem inclusive desencadear doenças como o câncer de pele. Portanto, evite o sol entre 10h e 16h, use muito protetor solar e mantenha seu corpo hidratado com água, sucos naturais e água de coco – as bebidas queridinhas da estação. Se abusou e percebeu mal-estar generalizado, febre alta, pulsação acelerada, falta de ar, enjoo, vômitos, tonturas e até mesmo desmaios, procure ajuda.

SUA CASA EM HARMONIA

Pergolados para o verão!



1 Medir o espaço onde deseja colocá-lo e escolher muito bem o tipo de madeira. Lembre-se que o material vai ficar exposto ao sol e chuvas. Você pode usar madeira rústica, bambu, madeira reaproveitada, entre outros materiais.

2 Pensar no ambiente onde quer colocá-lo: churrasqueira, ofurô, beira do mar, entrada da casa, piscina, fazenda...

3 Ter atenção em fixar muito bem as bases verticais com uma ripa transversal, repetindo o mesmo processo com as outras duas bases. E utilizar parafusos grossos!

4 Deixar um espaço de sobra entre as vigas de madeira caso queira cobri-lo ou deixe as madeiras bem juntas para ter uma sombra.

5 Pensar na decoração de baixo do pergolado, como por exemplo, um lugar

Quem é que não adora uma decoração diferente em casa? É sempre bom mudar ou dar uma repaginada, não é mesmo? Por isso, fique de olhos nas dicas de como pensar no seu próprio pergolado ... é um ambiente descontraído que toda a família vai adorar, principalmente agora no verão. Mas peraí, você nunca ouviu falar em pergolado?

Para quem não sabe, nada mais é do que uma estrutura decorativa que costuma ser construída em jardins, varandas ou pátios. Com essa dica de hoje e algumas fotos de referência, você vai entender e se apaixonar.

Vamos lá?

Para criar sombra ou um ambiente diferente em casa não precisa de muito, mas é necessária atenção para algumas coisas!



para relaxar, para leitura, para comer, entre outras opções de decoração.

6 Pensar em decorar o próprio pergolado com cortinas, pintura, luzes penduradas, flores e plantas, além de móveis de fibra que resistem ao tempo.

E agora que demos algumas dicas, mão na massa, ops ... nas madeiras! Pense e crie seu próprio pergolado, para a família toda ou para seu bem-estar.



CLIENTE DESTAQUE

LOJAS BLUMENAU E DULAR

De Brasília, duas lojas, dois clientes e duas parcerias que nós adoramos... preparados para conhecer os clientes da edição?



Foto: Instagram | @lojasblumenau

BLUMENAU

A loja Blumenau foi fundada em 1974 e é referência em presentes finos e objetos para todos os ambientes da casa. Entre os produtos vendidos estão pratas, cristais, porcelanas e a cerâmica, é claro! A grande tradição são os presentes para casamento, chá de panela, casas novas, trazendo a felicidade para as novas fases da vida dos clientes. É reconhecida até mesmo internacionalmente, premiada por excelência dos seus serviços no GIA - Global Innovator Award - National Housewares Manufacturers Association.



Foto: Instagram | @dularweb

Dular

A Dular surgiu no mercado em 1982, oito anos depois da Blumenau. É uma rede de franquias de produtos de cozinha, lar e decoração, se destacando no comércio do centro-oeste do país. Também segue a tradição dos eventos que juntam a família e os amigos nas comemorações das casas novas. É uma empresa moderna, que conta com plataformas digitais para as listas de presentes e que traz sempre as mais novas tendências aos clientes e às suas lojas.



MANIA DE BRASIL

O Rio de Janeiro continua lindo!

Que atire a primeira pedra quem não pensa nesse destino quando o assunto são férias? Pois é... impossível não amar o Rio, mesmo sabendo dos inúmeros casos de violência que tanto nos entristece. Mas, infelizmente, a violência está por todos os lugares, não é mesmo? Precisamos tomar cuidado e torcer por melhorias na nossa segurança pública. Mas, vamos ao que de fato interessa: você sabia que a cidade maravilhosa recebe no turismo doméstico mais de 5 milhões de visitantes por ano?! É muita coisa, não é mesmo? E quem sabe você não faz parte das estatísticas neste verão?

Os ingressos para o carnaval já estão sendo vendidos ;) #FicaADica

A partir do dia primeiro de março começam os desfiles na Sapucaí, um dos espetáculos mais belos do nosso país e do mundo! Como sempre, vai ter muito samba, fantasias, sorrisos e alegrias... o que contagia e atrai turistas de todos os cantos desse planeta. Além do carnaval, o sol vai estar fervendo, a praia estará deliciosa, o caldo de cana geladinho e o biscoito Globo esperando para ser comprado nas areias de Copacabana. Quer mais motivos para conhecer o Rio? Fique de olho nessas nove curiosidades que pesquisamos para você se encantar ainda mais!

1º A cidade recebeu o seu nome de um rio que não existe;

2º O Rio já fez parte de uma colônia francesa;

3º Foi a capital de um dos maiores impérios do mundo - quando a Família Real portuguesa e a sua corte se mudaram para o Brasil, em 1808, fugindo das tropas de Napoleão, a cidade foi transformada em capital do Reino de Portugal e de seu vasto império ultramarino.

4º O Cristo Redentor é uma das sete maravilhas do mundo;

5º Existem 4 favelas para cada bairro residencial;

6º Foi um navegador holandês que deu nome a dois bairros cariocas;

7º O Rio é o berço do Frescobol;

8º Mais de 100 ilhas acompanham o seu litoral;

9º O Rio tem o recorde mundial de público em uma partida de futebol, com quase 200 mil pessoas, na partida que decidiu o final da Copa do Mundo de 1950. O recorde foi registrado pelo Guinness.

The background of the advertisement is a high-quality photograph of a kitchen scene. In the center, a wooden cutting board holds a whole green zucchini, a whole orange carrot, and several slices of both vegetables. A large kitchen knife with a silver blade and a dark handle rests on the board. To the left, a brown ceramic pot sits on a gas stove, with a spoon resting inside it. To the right, another brown ceramic pot is visible, partially filled with green vegetables. In the foreground, a glass of red wine and a plate with three spoons are partially visible. The overall aesthetic is warm and inviting, emphasizing the use of the cookware in a home setting.

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