

MALU

NOVA DIETA DO CHÁ GELADO

5 ELIMINA Misture com GENGIBRE
kg por mês!

Parto em casa

Quem passou por essa experiência conta os benefícios para as crianças

Marina
Ruy
BarbosaGisele
Itié

VESTIDOS LONGOS E CURTOS

12 opções para brilhar nas festas de fim de ano

Venda de usados

Saiba como se destacar nesse tipo de comércio e ganhar uma grana extra

CARNES PARA A CEIA

Edu Guedes preparou 3 receitas pra você!

Pernil à
pururucaLombo
com queijo

NESTA EDIÇÃO



MENSAGENS
DE VERA LÚCIA
MARINZECK

HORÓSCOPO
DE JOÃO BIDU

TRUQUES DE
MODA COM
GUSTAVO SARTI

26 de Novembro de 2015 - Ano 12, nº 700



JULIANA PAES,
36 anos: 40 minutos de
exercícios todos os dias!

TIREOIDE

TRATAMENTO
SINTOMAS
ALIMENTAÇÃO

10 respostas
para as dúvidas
mais comuns!

GUIA DE BELEZA



Ticiane Pinheiro



Giovanna Antonelli

PENTEADOS DE
FESTAS + SEGREDOS
DAS FAMOSAS

Anote aí!

Tipos de feijão

FEIJÃO CARIOCA

Formato arredondado, bege com listras marrons. Para dar mais sabor, experimente trocar metade da água do cozimento por um caldo saboroso de carne ou legumes.

FEIJÃO PRETO

Possui grãos pequenos e de cor preta. Para dar um toque cítrico, despeje sobre o refogado 1/2 xícara (chá) de suco de laranja e misture ao feijão cozido.

FEIJÃO BRANCO

São grãos alongados e de cor branca, ideais para a preparação de sopas, saladas e cassoulets. Se quiser uma textura mais grossa, bata parte do feijão cozido no liquidificador, volte para a panela e cozinhe em fogo brando, até o caldo engrossar.

FEIJÃO MACASSAR

Conhecido também como feijão de corda e feijão fradinho, possui formato arredondado de cor clara e com "olho" preto. Muito utilizado na culinária baiana. Para temperar, refogue alho e cebola na manteiga de garrafa, adicione o feijão já cozido e finalize com coentro picado.

FEIJÃO RAJADO

Possui grãos graúdos e de cor rosada com listras avermelhadas. Tem sabor adocicado e é um ótimo ingrediente para o preparo de saladas, acompanhamento de peixes e sopas. Para dar um sabor extra, cozinhe o feijão com carne seca dessalgada.

Consultoria: Josapar. Site www.josapar.com.br



Malu indica



Linha Pullman e Plus Vita, do Grupo Bimbo: Bolinhos Madalenas, Pão Sem Casca (tradicional e integral) e Bisnaguito Integral. 0800 7024626



Biscoito Salpet sabor Tradicional, da Arcor: textura crocante e polvilhado com sal. www.arcor.com.br



Biscoitos Recheados (versões Chocolate, Morango e Dark Vanilla (biscoito de chocolate e recheio de baunilha) e **Panettones** (versões Frutas Cristalizadas e Gotas de Chocolate), da Lowçucar. www.lightsweet.com.br



Linha Mamma D'oro, da Cepêra: versões Manjerição, Tradicional, Bacon, Pepperoni, Parmegiana, Sabores do Nordeste, Ervas Finas, Azeitona e Bolonhesa. www.cepera.com.br

Compre seus PRODUTOS DE BELEZA ~ sem sair ~ DE CASA!

+ DE 500
PRODUTOS!

Maquiagens, esmaltes, acessórios,
depilação e muito mais!

www.donnacor.com.br

- ✓ Segurança
- ✓ Agilidade
- ✓ Garantia de entrega

DESCONTO ESPECIAL
para profissionais da beleza!
Cadastre-se no site.

**GANHE 10% DE
DESCONTO!**
Utilize o cupom: FEASTRAL 10

@donnacoroficial

@donnacoroficial

(11) 3976 8523

atendimento@donnacor.com.br

