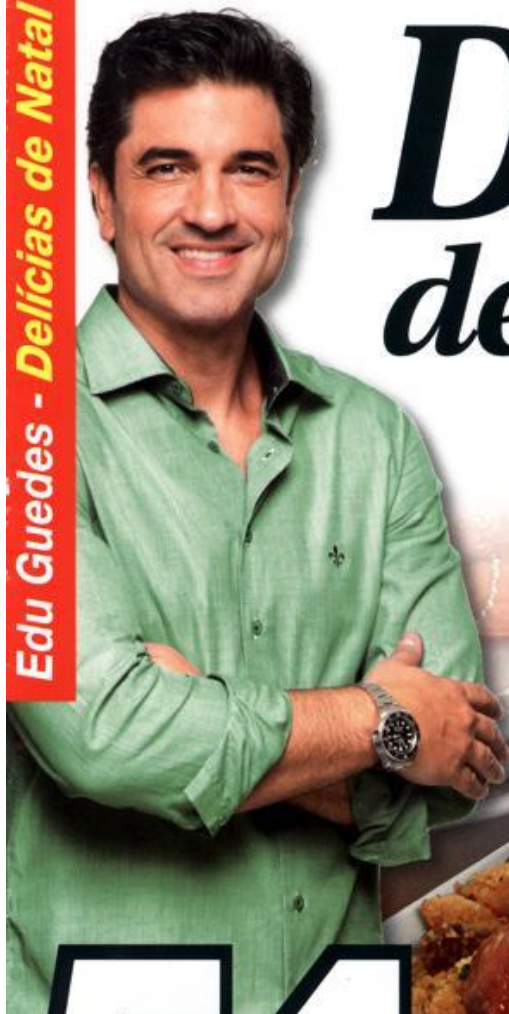


Delícias de Natal

Na cozinha com
edu
guedes



54

RECEITAS ESPECIAIS

TODAS COM FOTO



**PERU
ASSADO
COM FAROFA**

**Fica suculento
e molhadinho!**

Na Cozinha Com Edu
Guedes - Ano 8, nº 40 - 2015
ISSN 2318-3012
9 772318 301001 40

alto astral
R\$ 9,90



Quiche de bacalhau
Muito fácil de fazer!



**Para decorar
sua mesa!**

Brownie de Natal
E+ 19 sobremesas de festa!

Aprenda com o Edu: Chocotone recheado passo a passo • Calcule as quantidades para a Ceia

Novidades no mercado

Produtos novos para sua saúde e utensílios para a sua cozinha



ALIMENTAÇÃO MAIS SAUDÁVEL

Uma opção para aqueles que têm a necessidade de substituir a lactose ou que são adeptos de uma alimentação nutritiva e equilibrada, o **SupraSoy Sem Lactose Sabor Chocolate** é produzido à base de proteína isolada de soja e é rico em fósforo, vitaminas B12, D, A, B2 e ácido fólico. Além de ser também uma ótima fonte de cálcio, ajudando na manutenção dos ossos e no processo de coagulação sanguínea.

Da SupraSoy.

AJUDA NOS PREPAROS

A **Spicy** traz ao mercado a novidade **Hand Mixer da Cuisinart**, em aço escovado. Além da função mixer, que prepara sucos, molhos e batidas, também conta com outros dois acessórios: o batedor para massas leves e o minipicador com lâmina em aço inox para frutas e verduras. Funciona com 2 velocidades para oferecer muito mais precisão e sua voltagem é de 127 volts.

Da Cuisinart.



SABOR APIMENTADO

Para completar a sua ampla família de molhos, a **Cepêra** apresenta o **Molho de Pimenta Caseirinho**, uma deliciosa receita que alia pimenta e temperos bem brasileiros para oferecer um sabor diferenciado e com consistência firme. O **Molho de Pimenta Caseirinho** é a opção ideal para quem não aprecia o gosto de molhos importados, que geralmente apresentam sabor amadeirado e alcoólico, e se junta aos já conhecidos **Molho de Pimenta Vermelha Extra Forte**, **Molho de Pimenta Verde Extra Forte**, **Molho de Pimenta Chipotle** e o **Molho de Pimenta Mexicano**. Todos em embalagens de 60ml.

Da Cepêra.



TABELA DE MEDIDAS



XÍCARAS (CHÁ)	MILILITROS	COLHERES (SOPA)
Cheia	240ml	12 colheres
3/4	180ml	9 colheres
1/2	120ml	6 colheres
1/4	60ml	3 colheres

COLABORADORES

Nutricionista Responsável
Daniela Bastos Pozada
(CRN 13063)

Denise Bologna Amantini
Gustavo Gutierrez
Mariana Maluf Boszczowski
Mirian Soro
Sueli Cristina Brock Mednis
Vanessa Figueiredo

Objetos
Arango (11) 3081-7210
GEA Design (11) 3085-7167
Oxford 0800-476500
Tramontina
(11) 4197-1266

Agradecimentos
Cepêra
www.cepêra.com.br
Spicy 0800-168388
SupraSoy
(53) 3284-1000

Na cozinha com

**edu
guedes**

ISSN 2318-3012 - ANO 8, Nº 40 - 2015

Editora-Chefe Melanie Rietz. Editora Paula Brait. Redação Júlia Prado, Karen Barbarini e Sheila Junqueira. Design Jamile Cury Gandara, Vladimir Campos Jr. e Isabela Neves (Estagiária) Técnicos em Qualidade de Recetas: Ângela Cardoso e Fernando Santos. Colaboradores Daniella Yamauti (Tratamento de Imagem), Impressão EDIGRÁFICA Gráfica. Distribuição Dinap.

Fica proibida a reprodução parcial ou total de qualquer texto ou imagem deste produto sem autorização prévia dos responsáveis pela publicação.

ESTA É UMA PUBLICAÇÃO DA



alto astral
editora

©2015 EDITORA ALTO ASTRAL LTDA. TODOS OS DIREITOS RESERVADOS

PRESIDENTE João Carlos de Almeida
DIRETOR EXECUTIVO Pedro José Chiquito
DIRETOR COMERCIAL Sílvia Brasolotto Junior
DIRETOR DE REDAÇÃO Sandro Paveloski

EDITORIAL Gerentes Mara De Santi e Gustavo Cândido
Editores Ianara Althoff, Raquel Luciano Assistente editorial Fernanda Vilas Bôas Editores de arte Zu Fernandes (Editora-chefe), Alexandre M. Carro Tratamento de Imagem Edson Lukawa (Editor), Karina Norimoto e Livia Bergamo Ilustração Eugênio Tonon, Ricardo Avancini Digital Patricia Sanches (Editora-chefe), Paulo Paixão (Desenvolvimento), Júlia Dantas (Editora assistente), Lucas Silva (Arte), Carlos Cubas (Analista de Desenvolvimento Pleno)

Desenvolvimento de Produto Otávio Mattiazzi Neto (Coordenação)
Produção/Documentação Mirian Izabel (Coordenação)

PUBLICIDADE Gerente Celso Rodrigues
Segmento Alto Consumo e Culinárias: Supervisor Artur Lellis Executivos de Negócios Amanda Vieira e Sílvia Barberi Contato de Publicidade José Raimundo Segmento Segmentadas: Supervisor Marcelo Cervantes Executiva de Negócios Danielle Laureano Executiva de Contas André Oliveira e Denise Abo Contato de Publicidade Marcio Costa Mercado Regional: Supervisor Sergio Dantas (BA) Aura Bahia (71) 3345-5600 (DF) ARMAZÉM DE COMUNICAÇÃO (61) 3321-3440 (ES) MIX MÍDIA VIX (27) 3026-1083 (PR) LINS COMUNICAÇÃO (41) 3265-2814 (RJ) PLUS REPRESENTAÇÃO (21) 2240-9273 (RS) BINOTTO COMUNICAÇÃO (51) 3209-2041 (MG) NS&A (31) 25357333 (SC) ALVARO IAHNIG COMUNICAÇÃO (48) 3204-8316 (INT. SP) PARLARE (16) 3236-0016 Digital Jessica Ruffo Classificados Joëlia Chagas Marketing Publicitário Helen Bassi, Eduardo Rodrigues e Natalia Ottoni Opex Waleissa Girmenes e Dalaine Santos. Fone (11) 3048-2900 E-mail publicidade@astral.com.br

MARKETING Gerente Flávia Castro
Supervisor Fabiano Flaminio (Licenciamento e Novos Negócios). Fone: (14) 3235-3878 E-mail: marketing@astral.com.br

SERVIÇOS GRÁFICOS Gerente José Antonio Rodrigues

CIRCULAÇÃO
Coordenadores André Goulart e Lissandra Mahnis Assistente de Circulação Carolina Dario Supervisora Sílvia Vieira

ADMINISTRATIVO/FINANCEIRO Gerente Jason Pereira

BAURUR Rua Gustavo Maciel, 19-26, CEP 17012-110, Baurur, SP.
CORRESPONDÊNCIA Caixa Postal 471, CEP 17001-970, Baurur, SP. Fone: (14) 3235-3878, Fax (14) 3235-3879.
SÃO PAULO Alameda Vicente Pinzon, 173, 4º andar - Conjunto 41. CEP 04547-130, Vila Olímpia, São Paulo, SP. Fone/Fax (11) 3048-2900.

ATENDIMENTO AO LEITOR (14) 3235-3885
De segunda a sexta, das 8h às 18h. E-mail: atendimento@astral.com.br
Caixa Postal 471, CEP 17001-970, Baurur, SP

Loja www.loja.editora astral.com.br
E-mail loja.lojaonline@astral.com.br

2mb
AGENCIAMENTO
ARTÍSTICO
www.2mb.com.br
11.2501.1988
Rua James Watt, 142 - conj. 101 - Brooklin Novo - São Paulo/SP