

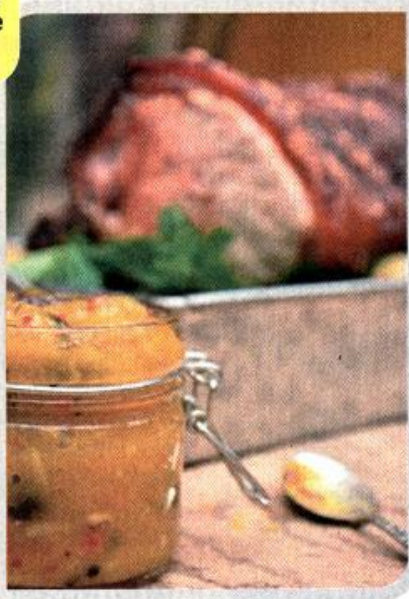
Molho refrescante

Chutney de manga

Apresenta um sabor agridoce que é a cara da estação.

Ingredientes: 2 mangas (palmer ou Haden) picadas • 2 dentes de alho picados • 1/4 de xícara de açúcar mascavo • 6 bagas de cardamomo • 1 colher (sopa) de gengibre ralado • 1 pimenta dedo-de-moça sem semente e picada • 1/2 colher (chá) de cravo em pó • 1/2 colher (chá) de canela em pó • 1 colher (sopa) de semente de coentro • 2 colheres de pimenta rosa • 1 pitada de sal • pimenta do reino a gosto • 1/2 xícara (chá) de vinagre de vinho branco

Preparo: aqueça uma panela de fundo grosso. Coloque o açúcar, a manga e todos os ingredientes, menos a pimenta rosa. Cozinhe por 10 minutos em fogo baixo até que esteja um aspecto de compota e acrescente o vinagre. Adicione as pimentas e finalize colocando sal e a pimenta-do-reino. Se preferir, acrescente um pouco mais de açúcar. Deixe esfriar e guarde em potes limpos.



Consultoria: Walner Sovi, chef de cozinha

Malu indica



Grings Alimentos Saudáveis: novo Trio Quinoa que contribui para a perda de peso e o funcionamento intestinal. www.grings.com.br

Novo Patê de Atum Light da Coqueiro: 27% menos de calorias. www.coqueiro.com.br



Linha 7 Grãos Integrais Arroz Tio João: três versões – Quinoa, Passas de Uva e Cereais + Soja. www.tiojoao.com.br

Linha Folhas de Oliva: primeiro azeite extravirgem de oliva com tomate do mundo. <http://folhasdeoliva.com.br>



OFERTAS INCRÍVEIS PARA VOCÊ FICAR LINDA!

www.donnacor.com.br



Esmaltes a partir de } 1,99



Maquiagem a partir de } 5,99



Acessórios a partir de } 1,99

GANHE 10% DE DESCONTO

Finalize sua compra com o código: FEASTRAL10



FALE CONOSCO:



(11) 3976 8523



LOJA 100% SEGURA



+ DE 1500 ITENS



FRETE FIXO

R\$ 11,90 nas compras acima R\$69,90

Formas de pagamento:

KOIN X

Compro. Chegou. Pagou.



BOLETO



VISA



DOR NAS COSTAS

Pequenas mudanças no dia a dia podem acabar com esse mal



QUEIMA GORDURA!

SUCO VERDE DETOX

VOCÊ EMAGRECE 3KG EM 3 DIAS!!!

JARDIM SUSPENSO



Valorize os espaços e deixe sua casa mais colorida!

ACABOU O AMOR?

Aprenda a superar o fim de um relacionamento

CACHOS PERFEITOS

Guia completo para CUIDAR DOS FIOS do jeito certo + CORTE DAS FAMOSAS para se inspirar



Maju



ELIANE GIARDINI:
maquiagem natural aos 63 anos

CASA ARRUMADA

TRUQUES PARA DEIXAR TODOS OS CÔMODOS MAIS ORGANIZADOS!

MAKE PARA TODAS AS IDADES



Marina Ruy Barbosa



Susana Vieira

Linda aos 20, 30, 40, 50 anos...



19 de Fevereiro de 2016 - Ano 18, nº 712

ISSN 1516-3512

9 771516 351009 00712