

Malu

+ CONTEÚDO
PELO MENOR
PREÇO!

2 Revistas
APENAS R\$ 2,50

PROMOÇÃO DE
ANIVERSÁRIO

CONCORRA A R\$ 8 MIL
EM PRÊMIOS E
AINDA PRESENTEIE
UMA AMIGA!

Mês de
Aniversário 17
anos

www.revistamalu.com.br • SMS: Envie MALU para 1315*

NOVA DIETA DA TAPIOCA

Com
panqueca
fácil de
fazer!

5 ELIMINA
5 KG POR MÊS!

Recém-casados

Lições para manter
o clima de romance

MODA PLUS SIZE

Outono-
inverno

As novidades da
passarela para o
seu guarda-roupa!



Truques infalíveis para retirar
o mofo, remover ferrugem...



FAÇA SUA FESTA

Comemore o aniversário do
seu filho gastando pouco

CHÁS PARA TUDO

Acabe com
cólicas,
estresse,
insônia...



Saúde protegida!

Técnicas simples
para deixar sua
sobrancelha perfeita!

Salão
em casa
HIDRATAÇÕES PARA
TER OS CABELOS
DAS ESTRELAS!



11 de Março de 2016 - Ano 18, nº 715
ISSN 1516-3512
9 771516 351009 00715

Rápida e barata!

Carne moída

Fácil de preparar, a carne moída é a campeã de vendas para a dona de casa. Sua versatilidade é incrível podendo incluí-la em panquecas, molhos, tortas, hambúrgueres, almôndegas, quibes e outras receitas, basta usar a criatividade. Confira abaixo algumas dicas para deixar o seu prato ainda mais gostoso.

QUAL CARNE ESCOLHER?

Segundo o diretor da CampCarne, Pedro Toledo, não há segredos para a escolha da carne. "Pode-se moer qualquer tipo de carne, mas a carne moída clássica é o patinho. Por ser uma carne magra e de sabor agradável, é uma das mais versáteis para os pratos com carne moída". Outras carnes também podem ser usadas: "é uma simples questão de gosto, mas fundamentalmente o que impacta é o teor de gordura que a carne moída terá dependendo do corte escolhido. Hambúrguer de picanha, geralmente tem teor de gordura maior que de fraldinha, explica. Porém, vale alertar que o consumidor deve verificar o que foi moído para não comprar algo que não queira. O ideal é comprar a carne resfriada ou fresca para se certificar do teor de gordura que é mais fácil de ser visualizado quando a carne não está congelada. Outro ponto importante é a maneira que a carne foi moída. "Na moagem correta a carne não fica esmagada, e sim cortada em pedacinhos muito pequenos. Isso ajuda para que ela não empelote durante o preparo já que a carne moída não deve ter aspecto de pasta".

DICAS DE PREPARO

"Não tem erro. Uma base de refogada clássica (alho e cebola), com um pouco de azeite, sal e pimenta do reino são suficientes, mas vale usar a criatividade a elaboração de receitas". Outra dica que vai deixar a carne moída bem soltinha é usar um fouet (batedor), ao invés de uma colher de pau, para prepará-la na panela.

Malu indica



Arroz 7 grãos Integrais com Quinoa, da Tio João: não contém glúten e é composto por arroz integral, lentilha, semente de girassol, arroz vermelho, linhaça, gergelim e quinoa, mix que oferece uma série de benefícios ao organismo, como auxílio no combate aos radicais livres e ao colesterol, manutenção do peso corporal e funcionamento metabólico. www.tiojoao.com.br



Leite em Pó NOLAC Zero Lactose, da Itambé: leva apenas leite em sua composição, garantindo ao consumidor os altos teores de proteínas e cálcio. Comercializado em embalagem stand pouch (300g). www.itambe.com.br

Guaraná Antarctica em cápsulas: para ser usada na máquina B.blend, da Brastemp, que cria novas bebidas através de cápsulas. loja.bblend.com.br/



Jarra Elétrica, da Electrolux: ideal para o preparo de chás ou outras bebidas quentes, como sopas e até mamadeiras. Possui capacidade total de 1,7 litro e desligamento automático. www.electrolux.com.br

Waffers Lowçucar Zero Açúcares: nos sabores Chocolate com avelã, limão, baunilha, morango e chocolate, são ricos em fibra, não contém gordura trans e possuem baixo teor de sódio. Oferecidos em embalagens de 115 gramas.



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

Comprou. Chegou. Pagou.



BOLETO

