

Título: GASTRONOMIA: Varie o cardápio da semana com o super nutritivo Arroz Selvagem
Veículo: O Resumo da Moda
Cidade: Nacional


Mídia: Web
Data: 20/08/2018
Jornalista: Redação

← ORESUMODAMODA
Moda | Casa/Decoração | Turismo | Gastronomia | Entretenimento | Notícias | PUBLICIDADE

EM DESTAQUE:

GASTRONOMIA: Do espaço sideral para as lojas do Brasil, Starbucks(R) apresenta Galaxy Frappuccino(R)

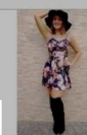


agosto 21, 2018



Com sabores de algodão doce e uva que interagem entre si, bebida muda de aparência durante o consumo e é finalizada com glitter comestível; criada no Brasil, edição limitada do Frappuccino® chega às lojas em 22 de agosto, com exclusividade para países da América Latina

Direto do espaço para as lojas da Starbucks®, chega uma novidade que vai levar os fãs da marca... —

✉


GASTRONOMIA: Varie o cardápio da semana com o super nutritivo Arroz Selvagem

←

agosto 20, 2018

Apesar de não ser muito parecido com o tradicional arroz branco, o arroz selvagem é perfeito pra quem quer experimentar novos sabores e manter uma alimentação rica em nutrientes. As vantagens são inúmeras. Esse exótico arroz, proveniente do Canadá, contribui na saúde cardíaca, na digestão, melhora o sistema imunológico, combate doenças crônicas e ainda ajuda a perder peso, já que possui menos calorias que o arroz branco ou integral.


Além de tudo, ainda é bastante proteico e livre de glúten e sódio. Contém os principais aminoácidos essenciais para o bom funcionamento do organismo, em quantidades superiores à maioria dos grãos. É um ingrediente tão versátil que pode ser consumido até na salada. Confira uma receita prática, saborosa e saudável para diversificar o cardápio do dia a dia:



RECEITA: Salada de Arroz Selvagem com Nozes e Cranberries

INGREDIENTES:

- 200g de Arroz Selvagem **Tio João** – Variedades Mundiais – Cozinha Canadense
- 150g de nozes picadas
- 2 colheres de hortelã fresca picada
- 50g de Cranberries desidratados
- Suco de 1 limão
- 2 colheres de sopa de óleo de amendoim ou girassol
- Sal e pimenta do reino à gosto



MODO DE PREPARO:

Cozinhe o Arroz Selvagem **Tio João** – Variedades Mundiais – Cozinha Canadense na água fervente com sal por cerca de 40 minutos, ou até alcançar a textura desejada. Escorra e deixe esfriar. Misture o arroz com o restante dos ingredientes e tempere com sal e pimenta do reino moída na hora.

Desenvolvido por: Arroz **Tio João**

Fotos: divulgação

Tempo de preparo: 30 minutos

Sobre a Josapar

Produzindo qualidade desde 1922 e líder nacional do mercado de arroz, possui unidades industriais em Pelotas (RS), em Recife (PE), Itaquí (RS) e Campo Largo (PR). Além do tradicional Arroz **Tio João**, a Josapar está presente no mercado com o arroz e o feijão Meu Biju, a linha de alimentos em pó à base de proteína isolada de soja - SupraSoy, entre outras marcas, como Azeite Nova Oliva, Soy+, Beleza, Exato, Tio Mingote e No Ponto. Visite o site www.josapar.com.br