

UM COPO  
DE CERVEJA
COM SABOR
DE AMOR  



COZINHA ALEMÃ!

QUANDO OS GERMÂNICOS COLONIZARAM PETRÓPOLIS, TROUXERAM CONSIGO DIVERSAS DELÍCIAS

A fundação de **Petrópolis** é contada a partir de uma **história** muito rica. No **começo**, o município era **apenas** uma fazenda, mas um **decreto** do império **previa** um plano de **povoamento**, que iria **transformar** a Fazenda do Córrego Seco em **Cidade** Imperial. Assim **chegaram** mais dois mil **alemães** colonizadores à **Serra**.

Na **bagagem**, uma cultura **marcante**, que até hoje está **presente** no dia a dia dos **petropolitanos**. Claro, que além de **tradições** e danças folclóricas, os **germânicos** trouxeram muitas **comidas** típicas da Alemanha. "Muitos pratos foram trazidos pelos colonizadores, que adaptaram as receitas quando chegaram aqui e conheceram outros **ingredientes**", conta o Fabio **Holderbaum**, presidente do **grupo** de dança **folclórica** Blumenberg Volkstanz.

Entre os **pratos**, vieram o platz - **massa** de pão com **cobertura** de banana - **salada** de batata, o chucrute, o pão **alemão** e a carne de **porco**. Essa última, por ser mais **gordurosa**, é muito usada, principalmente, o **joelho**, a **bisteca** de porco e o pernil. **Mesmo** com toda modernidade, nas **casas** das famílias mais **tradicionalistas** da cidade a comida **ainda** é preparada **cheia** de costumes, que são **levados** de **geração** em geração.

Na casa da **estudante** petropolitana Nathália Pujol, **descendente** de alemães, a **bisavó** tem as receitas e a **avó** é que as cozinha com maestria. Tudo que ela **aprendeu** sobre doces e salgadinhos **típicos** alemães pretende passar **também** para os filhos, mas, com um toque **brasileiro**. "Eu gosto muito da cultura alemã. Junto com a culinária, ela marcava nossas festas de família. Com certeza levarei tudo isso para os meus filhos, acho tudo muito lindo e delicioso. Mas, enquanto estamos no Brasil, a vivência é outra, o que eu vejo como uma riqueza típica do nosso país tropical", explica **Nathália**.



RECEITA ESPECIAL

A SALADA DE BATATAS É UM PRATO TRADICIONAL NA CULINÁRIA ALEMÃ. QUE TAL TESTÁ-LO NA SUA CASA?

INGREDIENTES

- 600g de batatas cozidas e cortadas em cubos
- 4 salsichas cozidas e cortadas em rodelas
- 4 ovos cozidos e picados
- 4 mini pepinos em conserva picado
- 1 dente de alho picado
- 3 colheres de sopa de azeite de oliva
- 2 colheres de sopa de vinagre de maçã
- 4 colheres de iogurte natural
- 1 colher de mostarda
- Sal, pimenta e salsinha picada a gosto

PREPARO

Coloque as **batatas** e as salsichas em uma **tigela** com a salsinha, os ovos, o **pepino** e o alho. Em **outro** recipiente, **prepare** um **molho** com os outros **ingredientes** e despeje sobre a salada. **Misture** levemente e **sirva**.



Surgiu esse símbolo em outra página?

Então acesse nosso site e confira mais sobre o conteúdo da revista na versão digital.

www.armazemdograo.com.br



Filé Mignon Maturatta
R\$ 45,90 kg

Picanha Bovina Maturatta
R\$ 49,90 kg



Filé de Peito de Frango sem osso Sadia - 1kg
R\$ 9,90 und



Maionese Hellmann's Light - 500g
R\$ 7,99 und



Mostarda Hellmann's Light - 170g
R\$ 5,99 und



Ketchup Hellmann's - 380g
R\$ 8,90 und



Farinha Láctea Nestlé - 210g
R\$ 5,49 und



Iogurte Natural Batavo Integral / Desnatado 170g
R\$ 1,49 und



Schweppes Citrus 1,5L
R\$ 7,49 und



Água de Coco Kerococo - 1L
R\$ 8,49 und



Chá de Hibisco com Framboesa Pouso Alto 1L
R\$ 6,49 und



Chá Mate com Limão Pouso Alto - 1L
R\$ 6,89 und



Massa Italiana Paganini
Penne ou Spaghetti
Integrale - 500g
R\$ 8,79
und



Molho Italiano
De Cecco Pesto
Alla Genovese - 200g
R\$ 27,99
und



Geléia de Amora
Francesa Saint
Dalfour - 284g
R\$ 27,99
und



Queijo Parmesão
Ralado em Tiras
Sancor - 150g
R\$ 12,99
und



Azeite Portugal
Extra Virgem Ourogal
Prestige - 500ml
R\$ 28,99
und

NA COZINHA

KARINE CHARÃO - ENGENHEIRA DE ALIMENTOS

Os métodos de **conservação** dos alimentos têm como **objetivo** aumentar a vida **útil** dos produtos **através** de **técnicas** que evitam **alterações** microbianas, enzimáticas, **químicas** e físicas, buscando manter **sempre** seus **nutrientes** e suas **características** de aroma, sabor e **textura**.

Existem **alguns** tipos de **tratamento** para a **conservação** de alimentos, **como** a **conservação** pelo calor, pelo frio, **controle** da umidade, **adição** de um soluto, conservação por **defumação**, conservação pela **adição** de aditivos e conservação pelo uso da **irradiação**.

Exceto a irradiação e a **aplicação** de aditivos **químicos**, os outros **métodos** podem ser **aplicados** em casa. A **refrigeração**, congelamento e **branqueamento** são os mais **comuns** e mais **simples**. Já os demais devem **seguir** etapas muito bem **estabelecidas** e orientadas por um **profissional**.

PELO FRIO

A **refrigeração** ou o congelamento **conserva** os alimentos a **curto** e longo prazo e esse **método** é capaz de **manter** por mais **tempo** as características do alimento. Para **manter** os alimentos **refrigerados** utilizam-se **temperaturas** acima do **ponto** de congelamento entre 0°C e 7°C, não **ocorre** mudança de fase da água do **alimento**. Para o **congelamento** ser eficiente, **necessitamos** de **temperaturas** de -18°C ou inferiores. **Existem** microrganismos que ainda **crecem** a temperaturas de -10°C o que **acarreta** um perigo para o congelamento mal **monitorado**. Sabemos, porém, que a **temperatura** de -18°C ou **menos** ocorre a inibição total de **microrganismos**.

PELO CALOR

Os **métodos** são branqueamento, **pasteurização** e esterilização. Esses processos destroem **microrganismos** patogênicos e **inativam** o sistema enzimático. Isso só é possível se o alimento for submetido a uma **temperatura** de até 100°C (branqueamento e pasteurização) ou **acima** de 100°C (esterilização). Na esterilização existe a **possibilidade** da posterior **retirada** de ar do **alimento** embalado, tornando-o **embalado** a vácuo. Neste processo, a máquina que **remove** o ar, isolando e protegendo o **produto** de fatores **externos** e conservando-o por mais **tempo**.

PASTEURIZAÇÃO: é um **método** de conservação **expondo** os alimentos a temperaturas **moderadamente** elevadas. Eliminando **assim** os microrganismos **presentes** nos alimentos e tornando-se **possível** prolongar a **vida** de prateleira do **alimento**, isto é, o tempo que **decorre** entre a produção e o **consumo** do mesmo, **reduzindo** as taxas de **alterações** microbiológicas e **enzimáticas**. Na indústria este **processo** é utilizado na **fabricação** dos leites UHT (caixinha).

ESTERILIZAÇÃO: é um **processamento** térmico severo que **destrói** os microrganismos (**patogênicos** e outros) **presentes** no alimento que **seriam** capazes de se desenvolverem nas condições **esperadas** de armazenamento. A denominada "esterilização comercial" **implica** uma perda de **qualidade** para o consumidor ao **nível** nutricional e sensorial. Na **indústria** este processo é utilizado na **fabricação** de enlatados como **sardinha** e atum.

BRANQUEAMENTO: É um **tratamento** térmico suave feito em **água** ou em vapor, para **inativar** as enzimas. É muitas vezes **efetuado** antes do congelamento dos alimentos. É **muito** utilizado em frutas e **hortaliças**, para inativar as **enzimas** que poderão causar **reações** de deterioração como, por exemplo, o **escurecimento**.



SABE AQUELE
ALMOÇO
PRA COMEMORAR
MAIS
UM ANO
JUNTOS?

Momentos assim combinam
com Alemão da Serra.

O que faz uma coisa ser especial é a qualidade dela e não a quantidade. A mesma coisa acontece com as carnes e os frios. Se você não se contenta com pouco, a sua marca é o Alemão da Serra. São vários produtos para você escolher. Opções especiais para consumidores e paladares ainda mais especiais.
www.alemaodaserra.com.br **f** /AlemaoDaSerraOficial



ALEMÃO DA SERRA

Produtos especiais
para momentos especiais

VINHO, CHOCOLATE E AMOR

A RECEITA PERFEITA PARA CURTIR UM ROMÂNTICO DIA DOS NAMORADOS

Quem pensa que vinho e chocolate não dão uma boa harmonização, está enganado. O truque é saber equilibrar os dois. Apesar da doçura, sabor e textura marcantes, o doce e a bebida podem ser uma boa aposta para deixar o seu Dia dos Namorados ainda mais especial.

CHOCOLATE AO LEITE

Esse é o tipo mais tradicional de chocolate, e também é um dos que tem sabor mais doce. Para harmonizar opte por rótulos mais adocicados.

O sommelier Marcelo de Melo Castro indica um vinho do Porto Tawny, dos rótulos Sagrado, Dom José ou Royal Oporto.

CHOCOLATE BRANCO

A manteiga de cacau presente no chocolate branco, acentua a doçura.

Neste caso, o ideal é um bom vinho da uva Moscatel. Da uva Moscatel, a indicação é o Herdade Gâmbia, um vinho português.

CHOCOLATE MEIO AMARGO

Os chocolates meio amargos tem mais cacau na sua composição e um toque de amargor. Por isso, harmoniza com bom vinho tinto.

Para os meio amargos, o sommelier aconselha um vinho mais jovem. E recomenda O Atractivo ou o Finca Las Moras.

CHOCOLATE COM CASTANHAS

A presença das castanhas no doce pede que a harmonização seja feita com uma bebida de paladar aveludado e macio.

Já a dica do Marcelo para harmonizar com o chocolate com castanhas são o argentino Trapiche e o brasileiro Éden, da Casa Perini.

CHOCOLATE AMARGO

Aqui o amargor é ainda mais presente. Para harmonizar, escolha um vinho potente e equilibrado, com paladar aveludado, como um do Porto.

A sugestão para saborear com os chocolates amargos é o do Porto Taylor's – Fine Ruby Port.



Com um leitor de **QR CODE** instalado em seu smartphone, aproxime a **câmera** e veja mais **informações**.



DELICIOSO FONDUE

APOSTE NESSA RECEITA PARA AQUECER O CLIMA DE ROMANCE



INGREDIENTES

- 200g de chocolate meio amargo
- 1 lata de creme de leite sem soro
- ½ copo de vinho branco suave

MODO DE PREPARO

Pique o chocolate e derreta em banho-maria. Depois, acrescente o creme de leite e misture bem, até incorporar ao chocolate. Adicione o vinho, misture e mantenha o creme na panela de fondue, para ficar aquecido. Sirva com frutas picadas, como morangos, bananas e uvas.



Vinho Tinto CHL Atractivo Cab Sauv / Carm / Pinot Noir Syrah - 750ml

R\$ 19,99 und



Vinho Tinto CHL Atractivo G-Reserve / Cab Sauv Carm - 750ml

R\$ 69,99 und



Vinho Tinto CHL Atractivo Barrel Selection / Cab Sauv Carm / Pinot Noir - 750ml

R\$ 24,99 und



Vinho Tinto CHL Atractivo Sup Prem / Cab Sauv 750ml

R\$ 99,00 und



Vinho Tinto CHL Puerto Viejo / Cab Sauv / Carm Pinot Noir - 750ml

R\$ 49,90 und



Vinho Tinto CHL Toro de Piedra G-Reserve / Cab Sauv Carm / Petit Verdot - 750ml

R\$ 69,90 und



Vinho Tinto CHL Atractivo Reserve / Cab Sauv / Carm Pinot - 750ml

R\$ 49,90 und



Espumante BRA Branco Locanda Della Mimosa Brut / Brut Rosé - 750ml

R\$ 64,99 und



Kit Vinho Nederburg Adega Mad / Cab Sauv / Blanc ou Pinotage / Sauv Blanc - 750ml

R\$ 67,99 und



Espumante FRA Branco Joseph Salasar Extra Brut 750ml

R\$ 79,90 und



Vodka BLR Bulbash Premium - 700ml

R\$ 49,90 und

ANARRIÊ!

CONHEÇA A HISTÓRIA POR TRÁS DAS COMIDINHAS TÍPICAS DAS FESTAS JUNINAS

Cápsulas Caffè.com Baggio - 12und

R\$ 14,99 und



Café Gourmet Baggio Espresso - 250g

R\$ 20,99 und



Requeijão Elegê Cremoso - 200g

R\$ 4,59 und



Torrada Matinal Melpão Sabores - 150g

R\$ 2,49 und

Patê de Fígado de Aves Petrogood - 200g

R\$ 13,99 und



Torradas Graça's Sabores - 100g

R\$ 3,69 und

Orazidas da **Europa**, as Festas Juninas **chegaram** ao **Brasil** em meados do séc. XVII. Na **época**, a **comemoração** foi adaptada aos **costumes** brasileiros e **absorveram** diversos **costumes** culinários das terras **tupiniquins**.

Como é o caso do **milho**, alimento base de **várias** receitas **típicas** da festa. O país **sempre** foi um grande **produtor** do grão, vem daí o seu uso no **preparo** de pipoca, curau, bolo de milho, pamonha e cuscuz, além do milho **cozido**.



O **amendoim** é outro ingrediente que **não** pode faltar na mesa da Festa Junina. O **estado** de São Paulo é o maior **produtor** do país e o amendoim pode ser **servido** torrado, com sal ou açúcar, ou **utilizado** para preparar **paçocas** e pés-de-moleque.



Os bolos também são **tradição** nas festas e, normalmente, são **preparados** com alimentos de **produção** típica **brasileira**, como o coco e a mandioca. Para beber, não pode faltar o clássico **quentão**. A bebida, que tem origem na Região Sul do país, é **preparada** com gengibre, vinho ou **cachaça** e canela e é responsável por **aquecer** a festa.



EM BUSCA DA VISTA PERFEITA!

ESTÁ ABERTA A TEMPORADA DE TRILHAS NA SERRA

Petrópolis está **repleta** de belezas **naturais**. A partir do mês de maio, a **vista** da cidade fica ainda mais **bonita** com a abertura da **temporada** de trilhas. Todos os anos, de maio a **setembro**, turistas e **moradores** se preparam para se **aventurar** pela natureza petropolitana. A **escolha** do período se dá pela **baixa** incidência de chuvas, que torna o **caminho** mais **seguro**.

"Essa época do ano é ideal para fazer trilhas, especialmente na parte alta de Petrópolis, porque não tem o risco de chuvas típicas do verão, com raios e possibilidade de os rios encherem, o que dificultaria a travessia. Nessa época do ano o céu também fica mais azul, não tem tanta nuvem. Então, fica mais bonito para foto e para caminhar", conta o **turismólogo** e profissional de **Ecoturismo**, **Leonardo Silva Holderbaum**. Antes de **partir** para a trilha, são **necessários** alguns cuidados. O **primeiro** passo é consultar um **profissional** de saúde para saber se você está **apto** fisicamente para concluir o **percurso**. Depois, procure um profissional **qualificado** para acompanhar a **caminhada**. A hidratação e **alimentação** também são muito **importantes**. Leve água e **comida** suficientes para as **caminhadas** mais longas.

Na Cidade **Imperial**, o que **não** faltam são **opções** de locais para explorar. "Muitas trilhas são de fácil acesso, de nível fácil, como o Castelinho, que fica na região do Morin, a Pedra do Retiro, que apesar de ficar no bairro Retiro, tem entrada pela Mosela, pela Toca do Coelho e a pedra do Cortiço, que fica no São Sebastião. O Pico do Cobiçado também não é muito difícil, e fica da região do Caxambu", **indica** o profissional.

LEONARDO HOLDERBAUM

f LH Eventos Esportivos & Ecoturismo

e lheventosesportivos@gmail.com

☎ 24 9 9988-6880

iogurte Pense Zero Batavo Sabores - 170g

R\$ 2,29 und



Pão de Forma Melpão Integral 5 Cereais - 350g

R\$ 5,39 und



Salgado Arabinho Kibe de Soja Congelado - 360g

R\$ 8,99 und



Pasta de Soja Gaiatri Sabores - 150g

R\$ 6,89 und



Granola Mãe Terra Diet Frutas e Mel - 250g

R\$ 9,49 und

Snack Mãe Terra Sabores - 50g

R\$ 3,29 und



ROTA CERVEJEIRA!

UMA VIAGEM PELO UNIVERSO DA CERVEJA

A Região **Serrana** do Rio de Janeiro é formada por diversas **idades** turísticas. Além das **belas** paisagens, os **municípios** de Petrópolis, Teresópolis, Nova Friburgo e **Guapimirim** tem outra **característica** marcante: um **polo cervejeiro** de dar água na **boca**.

Para unir os **produtores** da bebida em prol do **turismo** em suas **idades**, a Associação das Cervejarias e Cervejeiros do Rio de Janeiro (ACCERJ-TUR), **criou** a Rota Cervejeira. O projeto reuniu 18 **cervejarias**: Bohemia, Saint Gallen (The-rezópolis), Grupo Petrópolis, Cidade Imperial, Brewpoint, Duzé, Imperatriz, Da Corte, Cazzera, Condessa, Dr Duranz, Guappa, Vila de Secretario, Ranz Bier, Buda Beer, Born2brew, Real e Rustika.

"O principal objetivo (da Rota) é o fomento do turismo na região. Conseqüentemente, traremos maior visibilidade para as cidades que fazem parte e para as cervejarias, que vem crescendo, e com isso atrair novas cervejas e fábricas para os municípios. Além de elevar o patamar do nome Região Serrana e com isso atrair olhares diversos para as cervejas produzidas aqui", conta a **coordenadora** executiva da Accerj, **Ana Cláudia Pampillón**.

Para **atingir** esse objetivo, todas as **cervejarias** participantes e as que **desejam** participar da Rota Cervejeira, precisam **promover** atrações para **moradores** e turistas. "Para fazer parte da associação você deve proporcionar experiências para o público. A visita da Bohemia e conversa com sommeliers, são exemplos", comenta Ana Cláudia. Com essas **ações**, o público poderá **desenvolver** novos **olhares** para a Serra e, **principalmente**, para as **cervejas** da Região.

Para ficar por dentro de todos os eventos da Rota Cervejeira acesse o site: rotacervejeirarj.com.br



Cerveja Artesanal
Queque Kopite
300ml
R\$11,79
und



Cerveja Artesanal
Buda Musa Paradisiaca
Weiss - 600ml
R\$16,99
und



Cerveja Artesanal
Dr Duranz Obra Prima
Ipa - 500ml
R\$18,99
und



Cerveja de Trigo
Hoegaarden
330ml
R\$11,99
und



Cerveja Artesanal
Colarinho Branco
500ml
R\$18,69
und



Cerveja Artesanal
Brewpoint German
Pilsner - 500ml
R\$14,99
und



ANIMAÇÃO ALEMÃ

A BAUERNFEST PROMETE AGITAR A PROGRAMAÇÃO DA CIDADE

Quando a **metade** do ano se **aproxima**, todo petropolitano só pensa em um **evento**: a **Bauernfest** – Festa do Colono Alemão, que **desta** vez acontece entre os **dias** 23 de junho e 02 de julho, no **Palácio** de Cristal. Essa é a **principal** festa do calendário da **cidade** e a **segunda** maior do gênero em todo o **país**.

Em 2016, os **organizadores** estimam que um **público** de mais de 300 mil **pessoas** circulou pelo evento, que **neste** ano chega à sua 28ª edição. A **expectativa** é que ainda mais **moradores** e turistas **aproveitem** a culinária típica, **atividades** culturais e apresentações de danças folclóricas que **acontecem** durante os dez dias de Bauer.

Para **deixar** a festa ainda mais **especial**, no dia 29 de junho, quando é **comemorado** o Dia do Colono Alemão no **município**, as ruas de Petrópolis **receberão** um Desfile de Luzes. A **ideia** foi inspirada no Desfile das Lanternas, uma **tradição** alemã que acontece há séculos, e **sairá** da Igreja Luterana, na Avenida Ipiranga, às 19h. O **trajeto** será **encerrado** no Palácio de Cristal, onde o **público** poderá consumir bom **chope**, para **brindar** a data.

Deguste – Feira de Cerveja Artesanal
Dia 09, de 18h às 22h e dia 10, de 11h às 22h – Praça da Águia

Espetáculo Som e Luz
Toda quinta, sexta e sábado – 20h – Museu Imperial, Centro

Paladar – Feira Gourmet
Toda sexta, de 17h às 22h e sábado, de 10h às 22h – Shopping Badiá, Bingen



Cacau em pó
Gaiatri - 200g
R\$6,69
und



Levedo de Cerveja
Gaiatri - 100g
R\$3,69
und



Massa de Pastel Carneiro
Discão P e G - 500g
R\$5,29
und



Biscoito Goiabinha
Art Cookies - 200g
R\$3,99
und

Biscoito de Queijo
Art Cookies - 100g
R\$3,49
und



Esfiha Pronto Arabinho
Congelada Sabores - 290g
R\$9,99
und

CHEF DO GRÃO

A chegada do mês de **julho** traz também a estação mais **fria** do ano! Sabe o que **combina** muito bem com o **inverno**? Uma **deliciosa** raclette! Se você tem **uma** receita **deliciosa** desse prato, envie para a **gente**, através da página do Armazém no Facebook, e seja o chef da **próxima** edição da nossa **Revista**! O Chef do Grão **ensinará** a preparar o prato no **quadro** Memórias com Sabor, do Programa Viver Bem (TV Vila Imperial – canal 19), **apresentado** pela jornalista **Silvana Coelho**.

Chef do mês: **João Foster**



ACOMPANHAMENTOS

Tem receita mais tradicional que um delicioso salsichão alemão? Para acompanhá-lo, experimente preparar um saboroso molho de mostarda!

- 1kg de salsichão
- 100g de requeijão
- 150g de mostarda
- Sal, azeite e ervas finas

Em uma tigela, misture bem o requeijão, a mostarda, o azeite e os temperos, lembrando de picar as ervas finas. Grelhe bem o salsichão e sirva com o molho.



MOUSSELINE DE QUEIJO COM LINGUIÇA E TOMATE SECO

Linguiça de Frango

- Linguiça de frango e azeitona Alemão da Serra

Fatie a linguiça ou grelhe-a inteira, em frigideira quente sem adicionar óleo ou qualquer gordura.



Mousseline

- 400g de batata Asterix
- 150g de muçarela
- 50g de manteiga
- Sal



Descasque e cozinhe as batatas. Assim que cozidas, escorra a água e amasse-as, com um pouco de manteiga. Na hora de servir, es quente o purê e misture o queijo. Mexa até estar homogênea e sirva em seguida enquanto quente.

Tomate Seco

- 5 tomates
- 300ml de azeite
- 200g de açúcar
- 30g de sal
- Alecrim, ervas secas e tomilho



Lave e abra os tomates ao meio, retire as sementes e coloque-os em uma forma com a parte de dentro virada para cima. Adicione um punhado de açúcar em cada um e uma pitada de sal e azeite. Asse por 30 minutos, retire do forno, coloque mais um punhado de açúcar e uma pitada de sal em cada um, as ervas e o restante o azeite. Asse por mais 30 minutos, retire do forno, vire-os na forma e volte para o forno por mais 40 minutos. Conserve-os no azeite restante da forma para durarem mais tempo.

Crocante de Parmesão

- 200g parmesão ralado

Rale o parmesão em tiras finas e longas disponha-os na forma, em papel manteiga ou tapete de silicone, no formato que desejar. Asse até estar dourado, retire com cuidado pois ao esfriar.

DICA DO BEER SOMMELIER

A harmonização do prato ficou por conta do beer sommelier Pedro Foster, que indica a cerveja **Buda Weiss Musa Paradisiaca** para acompanhar a receita.



QUER SER O PRÓXIMO CHEF DO GRÃO?

É muito fácil participar da nossa próxima edição! Basta enviar, através da página do Armazém do Grão no Facebook, aquela sua receita especial, com um toque de Chef e você já estará concorrendo. Aproveite!



TURISTANDO

POR BRUNA FERNANDES - JORNALISTA E APAIXONADA POR PETRÓPOLIS



A dica desse mês vai para aqueles que não têm muita **experiência** em trilha, mas desejam um **passeio** desafiador. O **Morro do Bonet** é uma subida **relativamente** fácil, mas que demanda um **bom** esforço físico, com **alguns** trechos **bastante** íngremes. Como **recompensa**, o pico tem uma vista **linda** de Petrópolis e de outras **montanhas** conhecidas da **região**.

A **trilha** para o Bonet fica no **Rocio**, numa região chamada **Estrada Vargem Grande**. Em **ritmo** bom, são cerca de **40** minutos de **caminhada** até o topo. Todo o **caminho** é composto por **muitas** subidas e alguns trechos **erodidos**, por isso é **preciso** ter bastante **atenção**. No mais, o trajeto não é **complicado** e pode ser feito por **pessoas** de todas as **idades**, incluindo **crianças**.

O topo é **lindo**, perfeito para **passar** à tarde! Lá de cima, é **possível** ver os castelos do **Açú**, o Alcobaça e também as **torres** do CINDACTA, no Pico do Couto. Quem tem **experiência** pode levar corda, pois há **espaço** para praticar rapel. Se **estiver** com tempo na **volta**, uma dica é um **mergulho** para se **refrescar** nas cachoeiras do **Rocio**!

É **sempre** bom lembrar que a **consciência** ambiental é **fundamental**. **Leve** seu lixo **sempre** com você!



Visite nossas lojas: Armazém do Grão Corréas e Mosela.

[/vizooBrasil.medias](#) [@vizooBrasil](#)

CONHEÇA A TRUTA

ALÉM DE SABOROSO, O PEIXE É MUITO NUTRITIVO

Originária da América do **Norte**, a truta é um peixe **muito** sofisticado. Normalmente, o **pescado** é usado no **preparo** de **pratos** com um toque mais requintado, com **molhos** que levam **oleaginosas** e ervas **finas**.

Entre outras **características**, a truta tem o formato **alongado** e uma cor que **varia** do castanho ao **esverdeado**, com as **laterais** acinzentadas. A **parte** inferior das **escamas** é esbranquiçada e o **peixe** tem pintas mais **escuras** nas nadadeiras e no **corpo**.

Seus **pontos** positivos não **ficam** apenas no sabor! O **peixe**, que **pertence** à **família** do **salmão**, possui ácidos **graxos** e ômega-3, além de **baixo** teor de calorias. Por isso, o **produto** é uma boa **opção** na redução do **colesterol** ruim (LDL), que é **nocivo** ao coração.

Outro **benefício** é o seu alto valor **nutritivo**. O **pescado** tem um teor **elevado** de proteína, cálcio, **fósforo**, selênio, sais minerais e vitaminas. Somada à uma dieta **balanceada**, acompanhada por um **profissional**, a **truta** pode ser uma **grande** aliada da vida **saudável**!



File de Abadejo
Frescatto - 500g
R\$26,99
und



File de Congro Rosa
Frescatto - 500g
R\$28,99
und



File de Linguado
Frescatto - 500g
R\$29,99
und



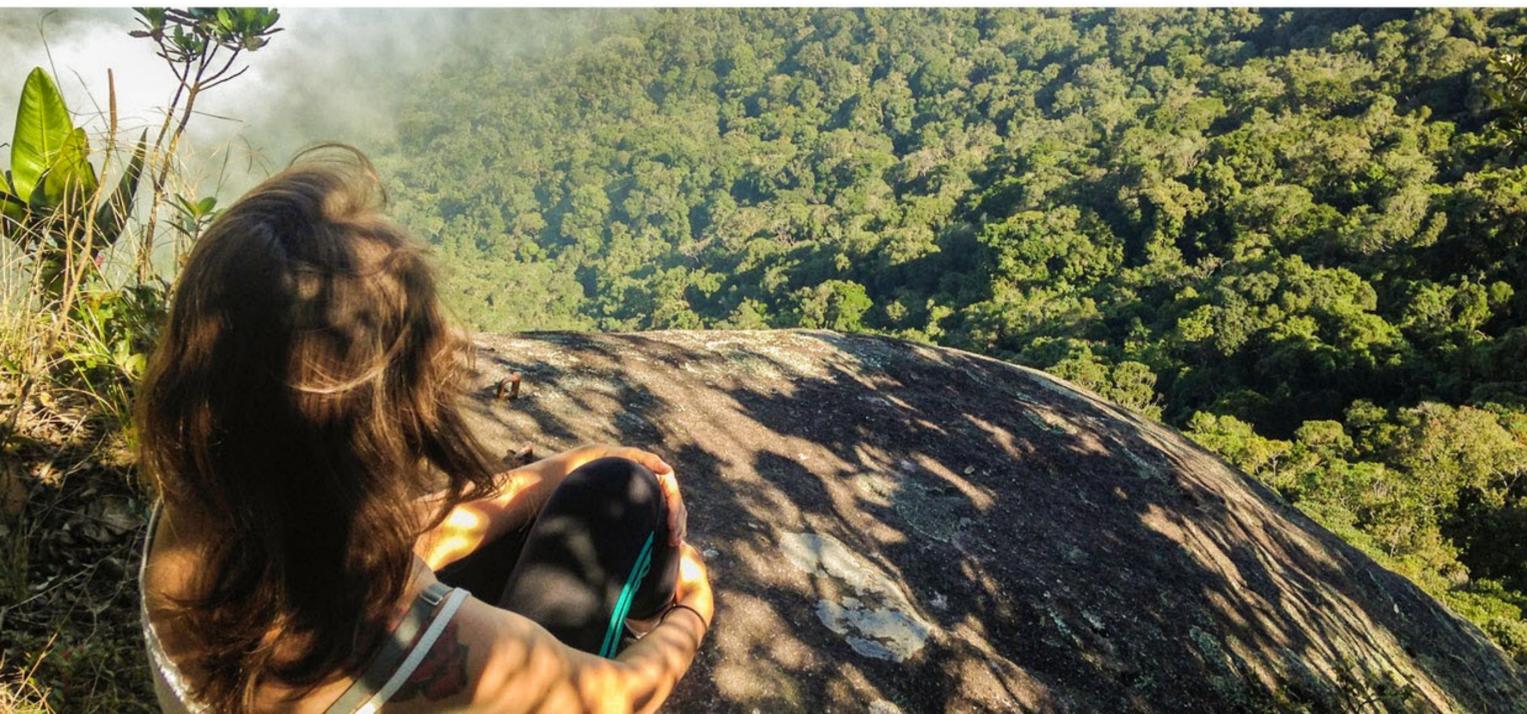
File de Tilápia
Frescatto - 500g
R\$19,99
und



Posta de Cação
Frescatto - 500g
R\$12,49
und



File de Merluza
Buonapesca - 800g
R\$15,99
und



O AMOR ESTÁ NO AR

SURPREENDA O SEU AMOR COM UM JANTAR ROMÂNTICO

O Dia dos **Namorados** pede uma **comemoração** especial a dois. O **primeiro** passo para preparar um jantar **romântico** para o casal, é **escolher** um local **onde** eles possam ter **privacidade**. Arrume o ambiente e **aposte** em velas aromáticas na **decoreção**. Além de **intensificarem** o clima de **romance** à meia luz, elas vão deixar o espaço **ainda** mais cheiroso. Compre um **lindo** presente, **selecione** uma playlist **exclusiva**, com músicas que **marquem** a história do casal e **garanta** um bom vinho. Feito isso, **mãos** à obra para **preparar** o **cardápio!**

NINHO DE SALADA

- Alface americana
- 10 tomates cereja
- 3 palmitos
- 2 camarões grandes

Forme um círculo com a salada, e preencha com os tomates e palmitos picados e o camarão cozido. Tempere com sal, limão e azeite.

ESPAGUETE CALIENTE

- Manteiga
- 500g de macarrão cozido
- 1 rodela de gengibre
- ½ xícara de champignon picado
- ¼ de xícara de azeitonas pretas
- 2 colheres de sopa de cheiro verde picado
- 1 pedaço pequeno de pimenta dedo de moça

Em uma panela, doure na manteiga o gengibre, a pimenta e o cheiro verde. Adicione o champignon e as azeitonas pretas picadas. Misture o macarrão e tempere, com sal e azeite.

MOUSSE DE CHOCOLATE

- 1 lata de leite condensado
- 1 colher de manteiga
- 4 colheres de achocolatado em pó
- 1 caixa de creme de leite
- ½ xícara de chocolate granulado

Misture o chocolate em pó, o leite condensado e a manteiga em uma panela, até desprender do fundo. Deixe esfriar e acrescente o creme de leite. Misture bem, distribua em taça e deixe gelar por quatro horas. Decore com o granulado.



FAÇA VOCÊ MESMO

UMA LINDA FOGUEIRA!

Uma boa Festa Junina precisa de uma **bela** fogueira para **decorar** o ambiente e ainda **ajudar** a aquecer os **convidados**. Mas, **lembre-se**: todo cuidado é **pouco**. Por isso, **mantenha** as crianças afastadas, **apague** o fogo **jogando** terra ou areia, não use **água**, e deixe que as **cinzas** esfriem antes de **limpar** o local.

- Pedras
- Álcool e Óleo
- Troncos, lenha, pequenos ramos e madeira seca

Certifique-se de que o **local** onde vai colocar a **fogueira** é seguro. Limpe bem o **ambiente** e faça um **cercado** com as pedras. **Depois**, junte os materiais **inflamáveis** no meio e reserve alguns **deles** para "alimentar" o fogo **durante** a festa. Com **bastante** cuidado, **umedeça** um pano com **álcool** e óleo, coloque na **ponta** de um galho **grande**, acenda e **passe** o fogo para a **fogueira**.



Lasanha Sadia Sabores - 600g
R\$ 9,99 und



Linguica Calabresa Defumada Sadia
R\$ 13,99 kg



Margarina Quality Cremosa com Sal - 1kg
R\$ 8,99 und



Seara

Peito de Peru Defumado Seara
R\$ 3,99 100g



Tekitos de Frango Tradicional - 300g
R\$ 5,29 und



Costela Suína Barbecue Seara Gourmet - 1kg
R\$ 39,99 und



Azeite Extra Virgem Andorinha - 500ml
R\$ 17,99 und



Palmito Gini Inteiro em Conserva - 300g
R\$ 13,90 und



Massa Com Ovos Barilla Espaguete 8 - 500g
R\$ 2,99 und



Leite Condensado Moça Lata - 395g
R\$ 2,99 und



Creme de Leite Itambé - 300g
R\$ 4,39 und



Achocolatado Nescau 2.0 - 400g
R\$ 6,69 und



Creme Dental Colgate
Total 12 - 70g
R\$ 5,49
und



Escova Oral-B Indicator
Leve 2 Pague 1
R\$ 9,99
und

Sabonete líquido
Infantil Dove - 200ml
R\$ 11,99
und



Kit Head & Shoulders
Sh + Cond - 200ml
R\$ 15,99
und

Sabonete Palmolive
Naturals - 90g
R\$ 1,29
und



Hidratante Dove
Romã - 200ml
R\$ 8,99
und

HORA DO BANHO!

DESCUBRA OS MALEFÍCIOS DA ÁGUA QUENTE PARA A PELE

Nessa época do ano, as **temperaturas** começam a **cair** e a chegada do **frio** faz com que os banhos **quentes** se tornem cada vez mais **comuns**. Apesar de **relaxante** e reconfortante, principalmente se o **banho** for tomado depois de um dia **cansativo** de trabalho, a água **quente** colabora para o **ressecamento** da **pele**.

Isso **acontece** porque a **mistura** da água muito **quente**, banho prolongado e **sabonete** faz com que a **derme** perca **gordura** com mais **facilidade**. Exagerar na **dose** vai, além de **ressecar** a pele, deixá-la sujeita a **inflamações**, **vermelhidão** e **coceiras**. Até a toalha deve ser **usada** com cuidado. **Friccionar** demais o tecido **contra** a pele também pode **causar** danos.

Por isso, a **recomendação** da Sociedade Brasileira de Dermatologia são **banhos** mornos, com a **água** chegando até no **máximo** 35°C, não muito demorados e sem **usar** buchas ou **esfregar** o sabonete com muita intensidade. **Aliás**, o ideal são os **glicerinados**, que **limpam** sem retirar a **camada** protetora da pele.

Para finalizar o **banho** perfeito, aposte em um bom **hidratante**. O produto vai **cuidar** da manutenção do viço e da **beleza** da pele e manterá a superfície **protegida**, evitando **irritações**, infecções, descamações e o **famoso** ressecamento. Vale **lembrar**, que a **hidratação** só é eficaz se feita por **dentro** e por fora. Então, além do **hidratante**, beba **bastante** água.



FACILITE SUA FAXINA

O PANO IDEAL PARA LIMPAR CADA SUPERFÍCIE DA CASA

Com a **quantidade** de produtos **disponíveis** no mercado, a **hora** da faxina pode acabar se **tornando** uma grande **confusão**. Os panos de **limpeza**, por exemplo, se **forem** usados na **superfície** certa, vão minimizar o **esforço** e o tempo gasto nas **tarefas**!

Microfibras: Os **pisos** de madeira, laminados e **porcelanatos** brilhantes não podem **receber** muita água. Neste caso, **aposte** na microfibras para **absorver** bem os **líquidos** e não soltar fiapos no **chão**.

Viscose e Poliéster: Os **famosos** "panos multiuso", feitos de **viscose** ou **poliéster**, são **perfeitos** para limpar os azulejos. Sua **textura** mais grossa, semelhante ao **velcro**, não **risca** a **superfície** e o lado mais **liso** vai secar o azulejo e dar o **toque** final na **limpeza**.

Flanela: A boa e **velha** flanela será a **escolha** perfeita para **polir** os móveis. **Invista** em um polidor de **qualidade** e a maciez do **tecido** irá ajudar a garantir o **efeito** brilhante.

Algodão: O **algodão** ideal para a **limpeza** de pisos frios, como **cerâmicas**, porcelanatos rústicos e **pedras** polidas. Normalmente, esse **tipo** de acabamento é **usado** na cozinha e no **banheiro**. O material, além de **absorver** a sujeira, vai **enxugar** bem o chão, evitando **acidentes**. O algodão ainda é capaz de **suportar** o uso de **produtos** mais abrasivos, como o **cloro**.



Papel Higiênico Neve
Compacto Neutro
Leve 12 Pague 11
R\$ 13,99
und



Pano Multiuso
Limppano Expert
R\$ 9,99
und



Panos Scott
Duramax
R\$ 10,99
und



Lava Roupas Omo
Multiação - 2kg
R\$ 16,99
und



Amaciante Ypê
2L
R\$ 5,99
und



Lava Louça
Ypê - 500ml
R\$ 1,69
und

Só Cliente
Armazém+

CONCORRE A
12 IDAS
AO CINEMA
GRÁTIS



Promoção
Dia dos
namorados

 **cine**
maxx

Mercado Estação - Petrópolis

TOP
CINE
HIPERSHOPPING ABC

Mala Direta
Domiciliária

Armazém do Grão Ltda.
(093369890001/83) /2014-DR/RJ



Distribuição Lei 6.538/78, Art. 40, § 1º

Capela

R. Dr. Paulo Hervê, 955
24 2220-9480

Valparaíso

R. Gonçalves Dias, 290
24 2237-3078 | 24 2246-4542

Corrêas

R. Castro Alves, 112 e 134
24 2221-2244 | 2221-4509

Itaipava

Est. União e Ind., 8455 e 8461
24 2221-8954 | 24 2221-8853

Mosela

Rua Mosela, 983
24 2246-0358 | 24 2237-2973

Ofertas válidas de: 02/05/2017 a 31/05/2017

Alguma ideia de conteúdo que gostaria de ver na próxima edição?



Mande sua sugestão em
nosso facebook.

