

PÁSCOA + OUTONO

ALMOÇO DE PÁSCOA

Saiba como fazer um bacalhau saudável para o almoço de Páscoa.

CHOCOLATES

Katz: uma tradição deliciosa que nasceu aqui.

MODA

Vizoo Brasil lança sua Coleção Outono / Inverno 2018.

FESTIVAL DE OUTONO

Valparaíso Gourmet terá mais um festival gastronômico.



SEMPRE PERTO DE VOCÊ!



MOELA

RUA MOELA, 983 - MOELA
(24) 2246-0358



CORRÊAS

RUA CASTRO ALVES, 112 - CORRÊAS
(24) 2221-4509



CAPELA

RUA DR. PAULO HERVÊ, 955 - BINGEN
(24) 2220-9480



CASTRIOTO

R. SANTA RITA DE CÁSSIA, 411
BAIRRO CASTRIOTO
(24) 2231-3090



ITAIPAVA

EST. UNIÃO E INDÚSTRIA, 8455
ITAIPAVA
(24) 2221-8853



VALPARAÍSO

R. GONÇALVES DIAS, 290
VALPARAÍSO
(24) 2246-4542

EDITORIAL

**REVISTA ARMAZÉM DO GRÃO GANHA
NOVO PROJETO GRÁFICO E EDITORIAL**

Com muito mais conteúdo e com layout totalmente moderno, a revista do Armazém do Grão ganha agora uma identidade e estará nas mãos de nossos clientes/leitores a cada estação: Outono, Inverno, Primavera e Verão. Totalmente reformulada, a revista dará espaço para matérias de gastronomia, cultura, lazer, beleza, novos talentos, dicas de saúde, terá um espaço dedicado aos animais domésticos, dará dicas de passeios em Petrópolis, e muito mais...

O objetivo das mudanças é levar uma experiência ainda mais completa para o cliente/leitor do Armazém do Grão que, além de comprar seus produtos nas lojas da rede, gosta de estar sempre por dentro de tudo o que há de bom em Petrópolis! "Vamos surpreender mais, antecipar as tendências e novidades em Petrópolis, descobrir novos rostos e talentos nas mais diversas áreas. Tudo isso com o nosso jeito petropolitano de ser, porque nos orgulhamos de ser

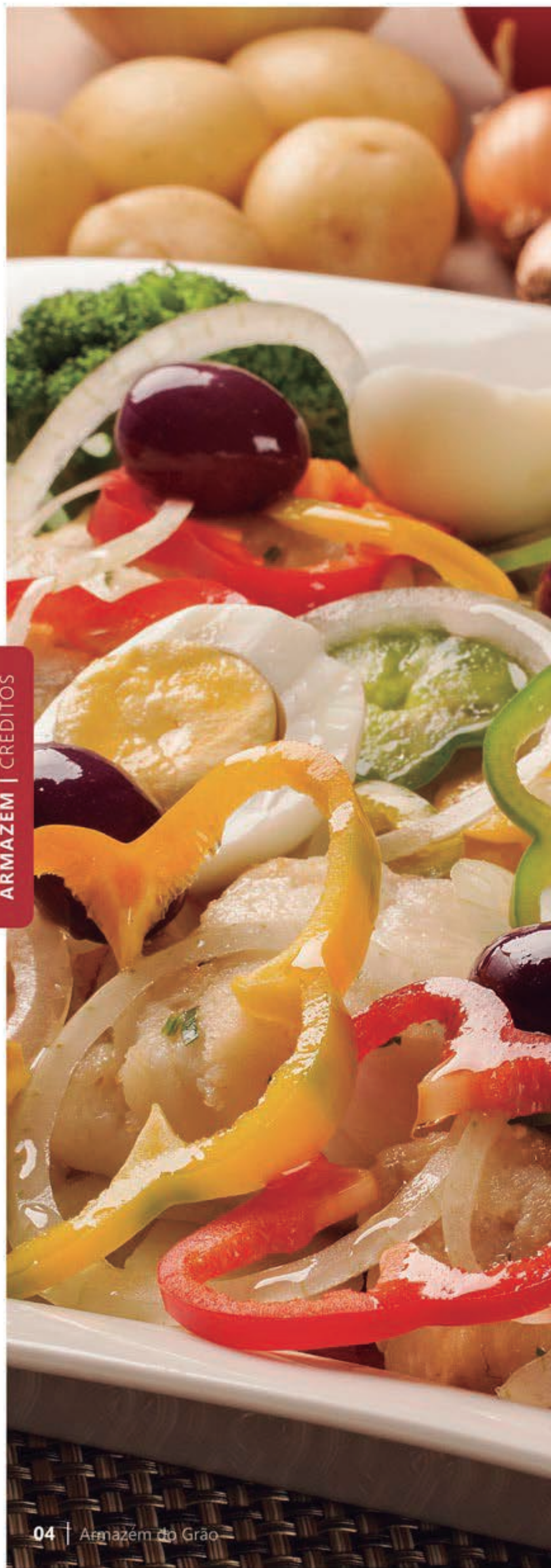
“ Já havíamos dado um passo importante com algumas modificações em nossa revista no ano passado, mas decidimos dar um salto maior e trazer para nossos clientes/leitores uma revista com mais conteúdo, moderna e bonita. ”

desta cidade”, comentou Luciana Gall, sócia-diretora do Armazém do Grão e coordenadora do novo projeto editorial da revista.

A partir deste mês de Abril, não deixe de acompanhar a cada estação nossa revista do Armazém do Grão. Vamos sempre buscar surpreendê-los a cada edição!

Equipe Armazém do Grão





*Revista da Rede Armazém do Grão
Ano 03 - Edição nº21
Abril de 2018
Edição de Outono

DIRETOR

Antoane Correa

COORDENAÇÃO

Luciana Gall

CONTEÚDO

AC Assessoria de Imprensa Ltda.

ARTE E DIAGRAMAÇÃO

Webra Creative Lab

FOTOGRAFIA

Andreia Constâncio e Divulgação

PUBLICIDADE

Dep. Comercial Armazém do Grão

TIRAGEM

5 mil exemplares

GRÁFICA

Rua Alencar Lima, 26 - Petrópolis
CEP. 25.620-050
(24) 2244 2410 / 2244 2430 - Fax: 2244 2447
CNPJ: 04.489.601/0001-60
Insc. Est.: 77.198.580



A SEARA FAZ
QUESTÃO DE
COLOCAR UM



DE QUALIDADE
EM TUDO
QUE FAZ



www.seara.com.br



PÁSCOA

UMA CELEBRAÇÃO CHEIA DE SIGNIFICADOS

A Páscoa está chegando e a celebração tem significados diferentes para muitas pessoas. De festa religiosa à troca de doces e chocolates, todos têm um motivo especial para comemorar a data. É um momento cheio de tradições, símbolos e mensagens, presente em muitos países ao redor do mundo. Cada cultura tem sua maneira específica de comemorar a Páscoa, com rituais bem diferentes uns dos outros, mas com um detalhe bastante parecido em comum: a união das pessoas.

Para toda equipe do Armazém do Grão, o que realmente importa na Páscoa é estar perto daqueles que se ama e se quer bem. Ao redor de uma mesa farta, comendo chocolates, procurando ovos de galinha, participando de celebrações religiosas, o importante mesmo é compartilhar momentos de felicidade. Afinal de contas, a Páscoa é o renascimento e a crença numa vida melhor!

Mas o que é a Páscoa?

A Páscoa é uma das mais importantes celebrações da igreja cristã em homenagem a ressurreição de Jesus Cristo. O dia de Páscoa foi estabelecido por decreto do Primeiro Concílio de Niceia (ano de 325 d.C), devendo ser celebrado sempre ao domingo após a primeira lua cheia do equinócio da primavera (no Hemisfério Norte) e outono (no Hemisfério Sul).

De acordo com o calendário cristão, a Páscoa consiste no encerramento da chamada Semana Santa - última semana da Quaresma, período em que os fiéis cristãos devem permanecer por 40 dias em constante jejum e penitências.

As celebrações referentes à Páscoa começam na "Sexta Feira Santa", onde é celebrada a crucificação de Jesus, terminando no "Domingo de Páscoa", que celebra a sua ressurreição e o primeiro aparecimento aos seus discípulos.

A Páscoa é celebrada em vários países, principalmente aqueles com fortes influências do cristianismo. Os espanhóis chamam a data de Pascua, os italianos de Pasqua e os franceses de Pâques.

Etimologicamente, o termo Páscoa se originou a partir do latim Pascha, que por sua vez, deriva do hebraico Pessach / Pesach, que significa "a passagem".

SAIBA
MAIS

POSICIONE O LECTOR DE QR CODE
DE SEU CELULAR AQUI



KATZ

UMA TRADIÇÃO MAIS DO QUE DELICIOSA, QUE NASCEU AQUI EM PETRÓPOLIS

Famosa pelas deliciosas Línguas de Katz, Pés de Moleque, Caixas de bombons, o Katz Chocolates há mais de 60 anos encanta uma legião de fiéis consumidores e é referência em chocolate, biscoitaria e pâtisserie gourmet. Criada pelas amigas Ruth Bucky, austríaca, e Anne Katz, alemã, aqui em Petrópolis em 1953, o Katz já ultrapassou as fronteiras da cidade com receitas originais de doces, biscoitos amanteigados, salgados e tortas europeias.

Em 2016, o Katz foi adquirido pela empresária Peka Tonjes com o objetivo de levá-la para outras praças, mantendo a qualidade, a matéria prima – entre eles o chocolate amargo Callebaut da Bélgica – e as receitas que marcaram gerações.

A nova fase foi marcada pela construção da fábrica - com 800 metros quadrados -, a mudança da logomarca, a abertura da primeira loja-conceito no Leblon, no Rio de Janeiro, e a formatação para o projeto de franquia da Katz.

Hoje a marca possui oito lojas, duas em Petrópolis, uma em Teresópolis, uma em Juiz de Fora e quatro no Rio de Janeiro. Além disso, vários de seus produtos são vendidos em gôndolas de lojas e também na rede Armazém do Grão em Petrópolis.

VÁRIAS DELÍCIAS

Entre os carros-chefe da marca as deliciosas línguas de Katz (80 gramas do melhor chocolate ao leite) e o biscoito tubinho (120 gramas), cobertos nas pontas com chocolates ao leite ou com chocolates brancos. Existem também diversos sabores de trufa, como amêndoas, avelã e nozes, laranja, cereja, licor de cereja, Amarula, coco e champanhe. Os bombons ganham recheios de Ovomaltine, chocolate meio amargo e limão-siciliano, Nutella, gianduia, menta, entre outras pedidas.

Nas lojas, a variedade em doces e salgados servidos na hora é o que mais chama atenção. Torradas preparadas do pão Petrópolis, croissants e pasteis de forno nos sabores tradicionais e também com opções integrais, deixam o lanche da tarde ainda mais recheado, principalmente se o mesmo vier acompanhado do chocolate quente mais cremoso da cidade. Uma fatia da torta alemã é uma excelente pedida para os fãs das opções doces, tendo como parceiros a torta alemã crocante, mil folhas, bombas, tarteletes, entre tantos outros produtos com sabores marcantes.



CHOCOLATE

FAZ BEM PARA A SAÚDE

O chocolate não é só uma delícia. Segundo médicos e nutricionistas, seu consumo moderado também oferece uma lista de benefícios à saúde. E quanto mais cacau na fórmula, melhor. Às vésperas da Páscoa, confira abaixo os pontos positivos relacionados a esta delícia chamada chocolate, segundo estudos recentes.

CÂNCER DE INTESTINO 01

Pesquisadores da Universidade de Georgetown, nos Estados Unidos, divulgaram em 2008 que o chocolate pode ajudar a combater o câncer de intestino. Isso porque algumas moléculas presentes no cacau, chamadas de procianidinas, possuem propriedades antioxidantes, que serviriam para proteger as células das degenerações do tumor.

BEM-ESTAR 03

A sensação de bem-estar causada pelo chocolate encontra respaldo na ação da endorfina e da dopamina, relacionadas ao relaxamento. Alguns cientistas afirmam que a delícia é capaz de aumentar a produção dessas substâncias.

FLUXO ARTERIAL 05

Estudos mostram que o consumo do chocolate amargo melhora o fluxo arterial e faz bem à saúde cardiovascular por diminuir a tendência de coagulação das plaquetas e de obstrução dos vasos sanguíneos. Ajuda a diminuir os níveis de LDL (colesterol ruim).

SAÚDE CEREBRAL 07

O chocolate amargo pode reduzir os danos cerebrais após um acidente vascular cerebral, segundo um estudo da Universidade Johns Hopkins, nos Estados Unidos. Os cientistas descobriram que um composto chamado epicatequina protege as células nervosas. Os testes foram realizados em ratos e a equipe espera que os efeitos possam ser aplicados em seres humanos.

PROTEÇÃO CARDÍACA 02

O chocolate tem efeitos benéficos para o coração. Cientistas da Universidade de Linköping, na Suécia, descobriram que a versão amarga (rica em cacau) inibe uma enzima no organismo conhecida por elevar a pressão arterial. O resultado positivo é atribuído às catequinas e procianidinas, antioxidantes encontrados na iguaria.

BELEZA 04

O chocolate é um aliado da beleza também. Está presente em banhos de ofurô, massagens, máscaras e outros cosméticos. Além do alto poder hidratante, o produto combate os radicais livres, evitando a oxidação das células.

DORES 06

Ingerir chocolate pode aliviar dores, de acordo com um estudo da Universidade de Chicago, nos Estados Unidos. A distração de comer ou beber por prazer atuaria como um analgésico natural. Os testes foram realizados em ratos, mas os pesquisadores acreditam que o mesmo efeito ocorra em pessoas.

ATAQUES CARDÍACOS 08

Pessoas que sobreviveram a ataques cardíacos e comem chocolate podem reduzir o risco de morrer por problemas do coração, segundo pesquisa realizada na Suécia. Testes mostraram que saborear o produto duas vezes por semana resultou em 66% menos chances de morrer de doença cardíaca. Isso porque a delícia é rica em antioxidantes, que nos protege do envelhecimento causado pelos radicais livres.



Bacalhau

Saiba como fazer um bacalhau saudável para o almoço de Páscoa. Existem várias boas receitas, muitas tradicionais de famílias, mas o mais importante para a saúde é saber dessalgar o bacalhau!

Não é de hoje que o bacalhau é um dos peixes mais consumidos durante o período da Semana Santa e também no domingo de Páscoa. Fonte de gorduras boas, o bacalhau também é rico em cálcio, ajudando a prevenir doenças ósseas.

De acordo com os nutricionistas, o bacalhau ainda ajuda no controle do colesterol e ajuda a regular o organismo. Ele contém ômega-3 e ômega-6, cuja ação no organismo diminui o LDL (colesterol ruim) e aumenta o HDL (o colesterol bom). O bacalhau também é rico em ferro, selênio e zinco, que são indispensáveis para o bom funcionamento do organismo.

No entanto, precisamos tomar certos cuidados em seu consumo aqui no Brasil, onde ele é geralmente conservado em sal. Esse método pode aumentar o teor de sódio do bacalhau e, consequentemente, agravar o quadro clínico de hipertensos, cardíacos, entre outros.

Para a engenheira de Alimentos do Armazém do Grão, Karine Charão, os cuidados para a preparação do bacalhau se inicia na compra. *"O bacalhau não pode ter pintas pretas, manchas amarronzadas e avermelhadas, que são indicativos de contaminação. No caso do bacalhau embalado, deve-se observar na embalagem do produto se possuem as informações como: registro de serviço de inspeção federal (SIF), peso, temperatura, forma de conservação, informação nutricional e validade", explica.*

Segundo Karine, as pessoas precisam entender também que mais que ter uma boa receita, é extremamente importante realizar a dessalga antes do consumo, que nada mais é do que retirar o excesso de sal presente no alimento. Quanto menos salgado estiver, mais saudável o bacalhau será!

– HORA DA – Receita



Para ajudar os consumidores, resolvemos dar uma sugestão saudável de preparo perfeita para o almoço de Páscoa: o Bacalhau no Forno com Ervas Finas. Mas, antes de tudo, vamos ensinar a dessalgar o peixe para o preparo.

É preciso colocar o bacalhau em uma vasilha com água fria e colocá-la no refrigerador. As postas menores precisam passar por este processo por, no mínimo, 24 horas, passando por pelo menos três trocas de água. Já as postas maiores precisam permanecer no processo por 48 horas, com ao menos cinco trocas de água.

O processo ainda pode ser feito com leite que, além de dessalgar, deixa a carne mais macia. Neste processo o bacalhau precisa ficar sob-refrigeração.

Bacalhau no Forno com Ervas Finas

- 1kg de bacalhau dessalgado
- 4 tomates picados sem peles e sem sementes
- 2 cebolas grandes cortadas em rodela
- 2 folhas de louro
- 3 dentes de alho amassados
- 2 colheres (sopa) de azeite
- 2 pimentões cortados em rodela
- Sal e pimenta a gosto
- Ervas finas

Modo de preparo

Depois que o dessalgar o bacalhau, coloque-o em água fervente por 15 minutos; escoe toda a água e desfie o peixe. Depois, aqueça uma panela com um azeite de qualidade e doure a cebola e o alho. Coloque o tomate, o pimentão, o louro, as ervas finas, a pimenta e deixe reduzir. Em seguida acomode o coloque o bacalhau em um refratário que possa ir ao forno e, por cima, despeje o molho. Deixe no forno por 10 minutos e sirva a seguir, acompanhado de arroz branco.



SABOR & TRADIÇÃO



É agora?

Não gosta de bacalhau? Saiba o que fazer para dar tudo certo na Sexta-feira Santa e na Páscoa!

Quando se trata de almoço de Sexta-feira Santa e de Páscoa parece ser automático todo mundo pensar em bacalhau. O peixe acaba entrando em todo o tipo de receita nas mesas brasileiras: assado, gratinado, na forma de moqueca ou até com crosta de linhaça e chia para quem quer preferir uma pegada mais "fitness".

Mas, além de ser um produto mais caro e nem todos os brasileiros poderem consumi-lo com muita frequência, o bacalhau é um peixe que muitas vezes provoca discórdias nos almoços do feriado santo por não agradar a toda família.

Por isso, hoje em dia já há quem prefira procurar alternativas para os almoços da Sexta-feira Santa (quando, tradicionalmente, não se consome pratos com carne vermelha) e do domingo de Páscoa. Opções que podem agradar com mais facilidade a todos e também ao bolso!

"Eu não consigo comer bacalhau. Faço para a família inteira na Páscoa, mas eu mesmo acabo comendo uma lasanha de legumes", comentou em uma de suas compras no Armazém do Grão, a cliente Ana Rosa de Souza, do bairro Mosela. Pensando nela e em tantos outros clientes, nossa editoria resolveu dar algumas dicas de peixes substitutos para o almoço de Páscoa!

Para quem não gosta de bacalhau e quer gastar menos, a merluza pode ser usada no lugar das receitas. Outras sugestões de chefs e nutricionistas são a tainha, o atum, as sardinhas e cação.

Cubos de cação ao forno, por exemplo, ficam uma delícia se assados à moda do bacalhau à portuguesa – com batatas, cebolas, tomates, ovos, alho, azeitonas, ervas frescas e, é claro, muito azeite!

Existem também outros peixes com sabor e textura que chegam mais ou menos perto do bacalhau, como o pintado, surubim ou pirarucu, considerado o "bacalhau da Amazônia". Mas estes não são encontrados com tanta facilidade nos supermercados e peixarias do sudeste.

Receita

Filé de Dourado

- 2 filés de dourado com pele (200g cada)
- 2 colheres de sopa de azeite
- 2 colheres de sopa de óleo de soja

Em uma frigideira em fogo médio, coloque o azeite e o óleo. Quando estiverem quentes, junte o peixe, primeiro com a pele para baixo, e deixe fritar bastante para que fique crocante. Quando dourado, vire e sele o outro lado. Desligue o fogo e deixe até cozinhar seu interior no forno pré-aquecido a 200 °C.

Purê de Batata-Doce

- 1/2 quilo de batata-doce
- 1 colher de sopa de manteiga
- 1/2 xícara de chá de creme de leite fresco
- Sal a gosto

Cozinhe a batata-doce com casca em água e uma pitada de sal. Quando macia, descasque e bata no liquidificador com a manteiga e o creme de leite até virar um purê. Acerte o sal.

Farofa crocante

- Azeite, o suficiente para refogar
- 1/2 cebola pequena
- 1 dente(s) de alho
- 100g de farinha panko
- 50g de castanha de caju picada
- 1 colher de sopa de manteiga

Refogue no azeite a cebola e o alho até fiquem macios. Ponha a farinha e deixe dourar. Tempere com sal a gosto. À parte, doure a castanha na manteiga e adicione ao restante da preparação.

Coloque o purê de batata-doce em um prato e disponha o filé de peixe por cima. Sobre ele, distribua a farofa crocante e sirva. Os convidados de seu almoço vão amar!



VINHOS

QUE VINHO ESCOLHER PARA O BACALHAU?

Quando escolhemos uma boa receita de bacalhau para a Páscoa, pensamos logo em um bom vinho tinto! Porém, engana-se quem pensa que a tarefa de escolher o melhor vinho para acompanhá-lo é fácil. Considerado o mais diferente dos peixes, ele apresenta as mais variadas e possíveis harmonizações com vinhos, quebrando paradigmas e servindo como um verdadeiro desafio para consumidores e até mesmo sommeliers.

Para um bacalhau desfiado, com creme de leite, cenoura ralada e gratinado com parmesão, costuma-se indicar um Vinho Verde, de baixa graduação alcoólica e que deve ser servido próximo dos 12°C de temperatura. *Já para um prato de bacalhau dourado no azeite, acompanhado de batatas ao murro, alho, cebola, brócolis e azeitonas verdes, por exemplo, o ideal seria um vinho tinto mais intenso, que dê ainda mais força à receita*, completa o sommelier petropolitano, Saulo Rodrigues.

VINHOS

A pesar de muitos ainda acompanharem receitas, para a grande maioria dos someliers esse paradigma de vinho específico para cada prato já caiu por terra. *"Depende muito da qualidade do vinho, do gosto do cliente. De modo geral, eu prefiro indicar um vinho branco ou verde, mais leves, para acompanhar receitas banhadas no azeite ou algum molho. Porém, nove de cada 10 pessoas pedem um tinto. Isso torna o bacalhau ainda mais especial, já que cai bem com diversos tipos de vinho",* ressalta Saulo.

UVAS

Bom, se o bacalhau então aceita mais de um tipo de vinho e eu entendo pouco ou nada de vinhos, qual é a saída mais fácil para as minhas compras para esta Páscoa? Ir pela qualidade das uvas é a sugestão dos someliers do Armazém do Grão, Marcelo de Mello Castro.

Os vinhos feitos com a variedade da uva Pinot Noir, por exemplo, são leves e têm aromas de frutas vermelhas como cerejas, framboesas e morangos. Esta uva, quando comparada com outras variedades, tem uma casca mais fina, o que faz com que os vinhos tenham menos cor e de pouco a nenhum tanino. Sendo assim, ela acompanha bem os peixes mais saborosos, como é o caso do bacalhau da Sexta-feira Santa.

Muitos brasileiros, no entanto, gostam de combinar receitas de bacalhau com um bom Chardonnay. O vinho, mais estruturado e amadurecido em carvalho, oferece um ótimo equilíbrio entre o sal do peixe e a força do azeite de oliva.

Para quem ainda tem dúvidas, na adega do Armazém do Grão os consumidores encontram uma excelente variedade de vinhos e o nosso somelier pode dar várias dicas de harmonizações não apenas para esta Páscoa, como para receitas do ano inteiro!



"Um Pinot Noir, como o Atractivo, vinho chileno da Vinícola Tunquélen e encontrado em Petrópolis somente na rede Armazém, vai fazer a alegria dos amantes da combinação vinho e bacalhau ou qualquer outro peixe nesta Páscoa sem qualquer erro", indica Marcelo de Mello Castro.

EXISTE O BOM. O ÓTIMO.
E SEARA GOURMET.



Costelas Barbecue
com Purê de Maça

CERVEJAS

Petrópolis é a Capital Estadual da Cerveja e uma das cidades integrantes da Rota Cervejeira RJ. Sendo assim, não poderíamos deixar de falar que a Páscoa e a própria Estação de Outono combinam muito bem com nossas cervejas artesanais.

Sabemos que a Páscoa é um dos períodos mais prazerosos do ano, principalmente no que se refere às comidas, afinal, pouca gente resiste aos pratos típicos como o bacalhau, a colomba pascal e também os tradicionais ovos de chocolates.

Então fica a pergunta: Como harmonizar isso tudo com nossas cervejas artesanais e tornar a experiência gastronômica ainda mais prazerosa?

Pensando nisso, a equipe da Revista Armazém do Grão listou algumas dicas de harmonização dos pratos típicos do período com cervejas de Petrópolis e da Rota Cervejeira RJ, encontradas facilmente em nossa rede.



DESTAQUE
Buda Beer
Mid Night Stout

CERVEJAS COM CHOCOLATES



BRANCO

Mais pastosos (produzido a base de manteiga de cacau, leite em pó e açúcar), então, indicamos as cervejas Fruit Lambics, pois elas têm notas mais ácidas que quebram a gordura desse chocolate.

MEIO AMARGO

O amargor desse chocolate se dá pela maior concentração de cacau, que, em combinação com a cerveja Porter e suas notas de café torrado, busca a harmonização perfeita e equilíbrio do paladar.

TRADICIONAL

O chocolate harmoniza com diversas cervejas, principalmente escuras com maltes tostados e aromas lembrando café torrado ou chocolate amargo. Para isso, é preciso entender que o sabor doce do chocolate não pode ser anulado pela bebida e sim complementado. E, para acompanhar os chocolates o que não faltam são opções.

AO LEITE

Provavelmente o chocolate mais popular do Brasil, querido por muitas pessoas. Ele tem presença confirmada em qualquer cesta de Páscoa. A indicação para harmonização é a cerveja do tipo Old Ale, que possui aroma envolvente e paladar marcante levemente adocicado. Os sabores se complementam para atingir a combinação ideal.

BACALHAU & OUTROS PEIXES

Um dos mais conhecidos pratos da Páscoa, o bacalhau à portuguesa, tem sabores acentuados que precisam de uma cerveja leve, mas com personalidade, para poder ser harmonizado.



DUZÉ
Weiss

WITBIER

Possuem uma acidez que ajuda a cortar a gordura da receita, enquanto os sabores cítricos complementam o paladar do pescado.



BADEN BADEN
Witbier

DUBBEL

As cervejas de estilo Dubbel ameniza o salgado do peixe com seu dulçor, oferecendo aos pratos um sabor delicioso e ímpar.



DESTAQUE
Brewpoint
Dunkel





CHEF DO GRÃO



O Armazém do Grão é um dos parceiros do quadro Memórias com Sabor, do Programa Viver Bem, apresentado por Silvana Coelho na TV Vila Imperial (Canal 19 - Tech Cable). A cada semana, o quadro mostra receitas de chefs e nutricionistas com o objetivo de levar aos telespectadores novidades da área de gastronomia e, porque não dizer, uma forma de alimentação mais saudável.

Na revista do Armazém do Grão ressaltamos esta parceria com a apresentadora Silvana Coelho no espaço Chef do Grão. Para esta edição, a apresentadora conversou com a nutricionista Isadora Lorang, conhecida em Petrópolis por seu trabalho que alia Nutrição Clínica com a Cozinha Funcional, e que nos deu uma ótima dica: sopa com uma das frutas da estação: a manga.

Ela ajuda a combater a prisão de ventre porque tem efeito laxante e melhora a digestão; ajuda a controlar a pressão porque tem fibras solúveis e antioxidantes que melhoram o funcionamento das artérias; protege as células e previne o câncer porque é rica em antioxidantes; melhora a saúde da pele e protege do sol, porque tem ação fotoprotetora; fortalece o sistema imune, ajudando a prevenir doenças porque tem ação imunestimulante.

SOPA FRIA DE MANGA COM PESTO DE CASTANHAS

SOPA

- 2 mangas de boa qualidade
- 2 copos de iogurte natural
- Sal a gosto
- Pimenta do reino

PESTO

- 20g castanhas do Pará
- 20g de castanha de caju
- 10 folhas de manjericao
- Azeite extravirgem
- 1 colher de sopa de água

AZEITE

- Azeite extravirgem
- Gengibre fresco
- 1 dente de Alho

Deixe de molho as castanhas em água no mínimo 30min ou de 1 dia para o outro, despreze a água do molho e bate as castanhas com o azeite e a água.

Para preparar o azeite, corte 100g do gengibre fresco com casca e 1 dente de alho, bata com um pouco de azeite no liquidificador, só no pulsar e depois coloque a mistura no azeite num vidro com tampa e deixar apurar – o ideal é de 1 dia para o outro.

Bata no liquidificador a manga em pedaços com o iogurte natural e faça a montagem. Num bowl de servir, adicione a sopa e depois os temperos, o pesto, o azeite de gengibre e por fim o sal e a pimenta moídos na hora.



SUCOS

SUCOS NO OUTONO AJUDAM A PROTEGER O CORPO PARA O INVERNO

O outono chegou e é hora de aproveitar as frutas da estação para uma alimentação saudável, que ajude o corpo a se proteger melhor antes do Inverno, estação de gripes e resfriados. Segundo os nutricionistas, uma das melhores formas de aproveitar as frutas é em forma de sucos, que são nutritivos, refrescantes e fáceis de preparar.

Os sucos oferecem uma enorme quantidade de vitaminas e sais minerais que o organismo necessita, contribuindo para o bom estado do mesmo. Outra propriedade que os sucos possuem é a eliminação de toxinas do organismo, fazendo com que a pele fique mais suave, deixando os cabelos mais brilhantes, e o sistema orgânico regulado. Especialistas recomendam tomar pelo menos um copo de suco por dia.

Para os adeptos de uma alimentação equilibrada e que estão sempre em busca de um organismo saudável, os sucos são também bebidas funcionais, com propriedades nutricionais, que auxiliam também em um emagrecimento saudável, pois o açúcar é da própria fruta e não colocado depois. Além disso, são isentos de corantes e conservantes. O suco integral também aumenta a sensação de saciedade, pois demora mais tempo sendo absorvido e metabolizado.

Vale ressaltar também que os sucos contêm água, um importantíssimo elemento que atua em todos os processos metabólicos do organismo. A água controla a temperatura corporal, transporta as fibras que estimulam o trabalho do intestino, além de retirar as toxinas do corpo. É a solução onde os processos celulares ocorrem. Desta forma, a importância dos sucos na saúde é ainda mais evidenciada.

Outro ponto importante é que os sucos de frutas representam uma grande fonte de vitaminas, especialmente a vitamina C, presente nas frutas cítricas. Os sucos de hortaliças fazem com que o corpo absorva os nutrientes rapidamente, ao contrário do que ocorreria se essas hortaliças fossem ingeridas normalmente, onde esse processo é mais lento.



Leve saúde para você e sua família.

Experimente laranja e uva Natural One.



**100% natural,
sem açúcar
sem conservantes**

Confira os preços
promocionais nas lojas
Armazém do Grão



#puraverdade

MUSEU

IMPERIAL

Em 2017, o Museu Imperial continuou sendo a atração turística mais visitada de Petrópolis registrando um público de 409.034, um incremento superior a 10% se comparado com o ano de 2016. O que muita gente não sabe é que o museu oferece aos moradores e nascidos em Petrópolis a promoção "O Museu é nosso". Sempre às quartas-feiras e no último domingo de cada mês, os petropolitanos garantem o direito de visitar o Palácio, gratuitamente, mediante comprovação de residência e identidade.

O Museu Imperial possui o principal acervo do país relativo ao império brasileiro, em especial, o chamado Segundo Reinado, período governado por Dom Pedro II. São cerca de 300 mil itens museológicos, arquivísticos e bibliográficos à disposição de pesquisadores e demais interessados em conhecer um pouco mais sobre o tema, além de constantes eventos, exposições e projetos educativos preparados pela equipe do museu.

Outra atração não menos importante do museu é o seu jardim, que, projetado por Jean Baptiste Binot, abriga várias espécies raras e variadas incluindo as famosas palmeiras imperiais. O espaço é utilizado não só por moradores, mas por visitantes da cidade que desfrutam das belezas naturais ao caminhar pelo local diariamente. Além disso, o turista ainda pode ser surpreendido com algumas espécies da fauna, como esquilos e micos que habitam o local.

Voltada para o público infantil, vale destacar também a Biblioteca Rocambole do museu, que oferece mensalmente uma programação diferenciada com títulos diversificados, além de contação de histórias, filmes e atividades culturais para os pequenos grandes leitores.

CONTATOS

www.museuimperial.gov.br
mimp.faleconosco@museus.gov.br
 (24) 2233-0300 / (24) 2233-0360
 Rua da Imperatriz, 220, Centro - Petrópolis, RJ

HORÁRIOS

Museu: Terça a domingo, 10h30 - 18h00
 Jardins: Terça a domingo, 08h00 - 18h00

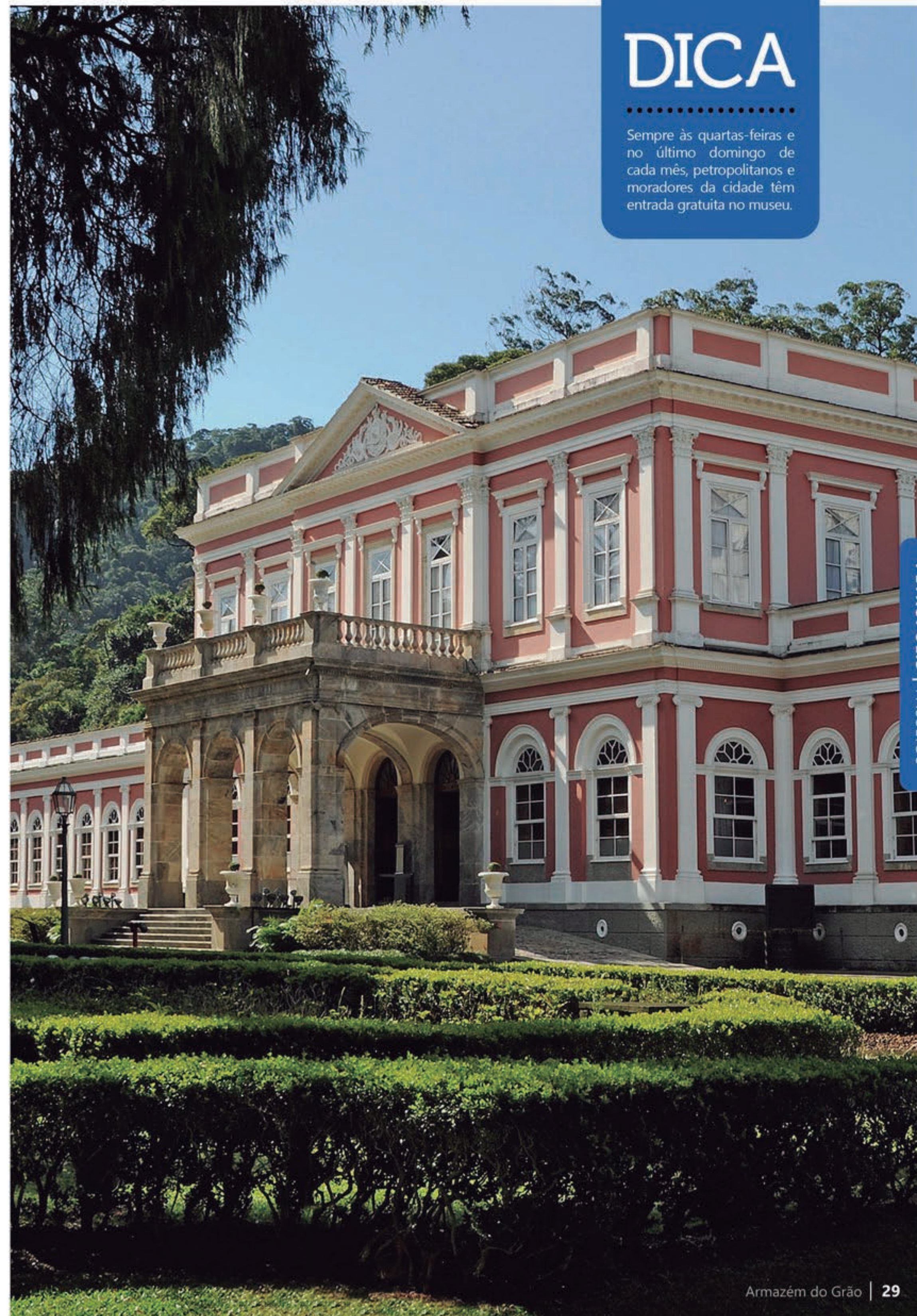
ENTRADA

Adultos: R\$ 10,00
 Estudantes, professores e maiores de 60 anos: R\$ 5,00
 Menores de 7 anos e maiores de 80: Grátis



DICA

Sempre às quartas-feiras e no último domingo de cada mês, petropolitanos e moradores da cidade têm entrada gratuita no museu.



DICA

.....
 Espaço conta com piscinas, churrasqueiras, quadras esportivas, parquinho e extensa área verde para ser aproveitado por todos!



PARQUE

CREMERIE

.....

Uma das áreas mais bonitas de lazer em Petrópolis: O Parque Cremerie. Fundado pelo francês Jules Buisson em 1875 como Cremerie Buisson, uma fábrica de queijos e manteiga cujos produtos tornaram-se rapidamente conhecidos em todo o Brasil pela excelente qualidade. Mais tarde, o Cremerie foi adquirido pela família Sixel, transformado em hotel e posteriormente em área pública, sendo considerada uma das maiores áreas verdes da cidade.

Com 40 mil metros quadrados, o Cremerie tem extensa área verde que pode ser explorada pelos visitantes. O público ainda tem à disposição parquinho infantil, quadra esportiva, Academia da Terceira Idade e Academia da Saúde – que oferece aulas de ginástica, biopilates, dança de salão, zumba, natação, entre outras atividades.

No local, as crianças podem aproveitar os brinquedos do parquinho, parte da trilha para brincar e andar de pedalinho – parte favorita do passeio. Todas as casinhas do espaço passaram por recuperação, assim como as pontes, que ganharam nova pintura. O Cremerie passou a contar também com um sistema de som, com música ao longo dia e que também serve para avisos, como do horário de fechamento.

"O parque voltou a ser um local agradável, para trazer a família, aproveitar a natureza, fazer fotos ou um piquenique. Os funcionários do parque trabalharam muito, reaproveitando os materiais que a gente tinha por aqui, para proporcionar isso para o público", explica o administrador do parque, Luiz Roberto de Souza.

Para usar a piscina, o valor é de R\$ 10 – menores de cinco anos não pagam, mas é necessário estar acompanhado o tempo todo por um responsável. As quatro churrasqueiras podem ser usadas dentro do horário de funcionamento do parque por R\$ 10 (o uso é definido por ordem de chegada). Já a quadra esportiva pode ser alugada a R\$ 20 por hora.

O parque fica na Estrada da Independência, s/nº – Quitandinha. A entrada no parque é gratuita (apenas utilização dos equipamentos é paga) e o horário de funcionamento é de 8h às 17h – com exceção de segunda-feira, dia em que permanece fechado para manutenção geral.

.....
 (24) 2231-5834
 Entrada gratuita
www.petropolis.rj.gov.br
 Terça à Domingo - 08h00 às 17h00
 Estrada da Independência, S/N - Quitandinha



VIZOO

VIZOO BRASIL LANÇA SUA COLEÇÃO INVERNO 2018

Fara aquecer os corações na estação mais fria do ano, a Vizoo Brasil aproveitou o Verão para criar looks incríveis, que prometem trazer a elegância do inverno sem abrir mão de detalhes femininos e delicados. Anote na agenda e confira de perto as novidades da nova Coleção de Inverno 2018 nas lojas da rede Vizoo em Petrópolis, Duque de Caxias, Nova Iguaçu e São João Nepomuceno (MG). As roupas já começam a ser vendidas neste Outono e vale muito conferir as novidades descoladas desta coleção!

"Esta Coleção de Inverno foi elaborada com muito carinho e tenho certeza que nossas clientes vão amar. Aqui na Vizoo acreditamos que o estilo é próprio de cada mulher, e elas é que devem escolher suas tendências", explica Tatiana Costa Lamas Corrêa, diretora da rede.

Vale ressaltar que a Vizoo Brasil traz sempre uma linha de roupas dedicada à mulher brasileira que gosta de estar elegante sempre, buscando o melhor da versatilidade e conforto em suas peças. A rede inova a cada coleção, trazendo conceitos e tendências das passarelas nacionais e internacionais, visando ao seu público um artigo atual e moderno.

A marca aposta em oferecer aos seus consumidores o melhor de tecnologia e qualidade. Buscando trazer praticidade, a empresa investe sempre em profissionais qualificados para o lançamento de cada coleção. Então, em primeira-mão, a Revista Armazém do Grão apre-

COSMOPOLITA

A Coleção Inverno 18 Vizoo chega cheia de Influências multiculturais e um mood urbano, jovem e global. Super democráticas e para todas as silhuetas, as modelagens amplas e justas tornam os looks da Vizoo versáteis e atuais.

Estampas florais, folhagens, poás, listras, xadrez e elementos étnicos acompanham a sintonia da estação em uma explosão de texturas!

Tecidos leves, acetinados, malhas e viscose se unem aos essenciais jeans, lã e tricot, dando o toque hi-lo às produções.

Vermelhos intensos, verde militar, azuis para todos os gostos... em contrapartida a tons suaves, como amarelo, off white e uma bela gama de cinzas, trazem uma cartela de cores imprevisível e apaixonante.

E por falar em cores, os looks monocromáticos prometem ser o must-have da coleção: all jeans, all white, all red!

Destaque para a alfaiataria. Assim como a tendência esportiva, que veio para ficar, trazendo um mix do sportwear com pegada sofisticada, complementando o visual autêntico e contemporâneo da mulher Vizoo para essa temporada.





VIZOO
BRASIL

COSMOPOLITA

INVERNO 18

Petrópolis . Duque de Caxias . Nova Iguaçu . São João Nepomuceno - MG

 @vizoo.brasil  vizoo brasil.modas

CHOCOLATES
KATZ

IRRESISTÍVEL

webra



65 ANOS
EM PETRÓPOLIS

WWW.KATZCHOCOLATES.COM.BR

ESPAÇO PET

CONVIVA MELHOR COM O SEU ANIMALZINHO DE ESTIMAÇÃO

Antes de levar um animalzinho para casa, tenha certeza de que ele não será motivo de discórdia e brigas. Afinal de contas, o novo amigo da família só deve levar alegrias. Caso contrário, todo mundo vai sofrer, principalmente ele.

Para tornar esta convivência mais alegre e saudável, abrimos nesta edição o Espaço PET da Revista do Armazém do Grão. Nele, a partir de agora, vamos dar algumas dicas para quem quer levar um animalzinho para casa. É preciso sempre lembrar que vamos cuidar de um ser vivo e que ele vai precisar, além de muito amor, também de muitos cuidados!

Conversamos com a veterinária Rosana Portugal, proprietária da Veterinária Saúde Animal, e ela nos deu várias dicas de como cuidar melhor de cães e gatos.

ALIMENTAÇÃO

Um animal bem alimentado é um amigo feliz. Forneça alimentos apropriados, de acordo com a espécie e a idade do animal. Os cães adultos devem ser alimentados duas vezes ao dia, e os filhotes de quatro a seis vezes ao dia. Já para os gatos a ração pode ser fornecida a vontade. Lembre-se sempre de oferecer os alimentos em vasilhas limpas e na quantidade necessária para suprir as necessidades de seu animalzinho.

A água limpa e fresca deve ser oferecida a vontade para ambas as espécies. O consumo de água pelos gatos deve ser acompanhado diariamente, pois essa espécie tende a beber menos água e isso predispõe a formação de cálculos urinários.

Recolha os restos de alimentos do comedouro do animal, evitando, assim a proliferação de ratos, baratas e formigas.

CONFORTO

Os animais devem ter abrigo confortável, protegido do sol, da chuva, do vento e com segurança. Portanto para felinos principalmente, grades e telas em janelas de apartamentos são obrigatórias.

Para aqueles animais que vivem em casas, portões, cercas ou muros devem impedir o livre acesso à rua. Dentro de casa deve ser oferecido um local onde eles se sintam confortáveis e protegidos, como uma casinha, uma caminha ou um cômodo da casa onde possam dormir e ficar sossegados.

HIGIENE

Os cães precisam tomar banho no mínimo duas vezes por mês. E os gatos podem tomar banho ou não. Gatos com pelos muito longos tem uma necessidade de banho, mas os de pelo curto somente se tiverem contato com a rua e voltarem muito sujos. Eles costumam se higienizar sozinhos, na maioria das vezes. Banhos com intervalo de menos de uma semana podem ocasionar problemas na pele desses animais.

Quando for escolhido dar banho pra cães e gatos em casa é necessário tomar cuidado para não entrar água dentro dos ouvidos e ao fim do banho deve ser realizada uma secagem bem feita para evitar infecções auriculares.

CUIDADOS MÉDICOS

Seu amigo também precisa ir ao médico. Ao desmamar, ele deve visitar um veterinário para desverminar e receber as vacinas. Este profissional irá sanar todas as suas dúvidas e verificar a saúde de seu filhote. Os filhotes, tanto de cães ou gatos, devem ser vacinados com a partir de 45 dias de idade, seguindo um protocolo indicado pelo veterinário. Já os adultos anualmente, receberão a vacina contra a raiva e doenças próprias da espécie. Providencie a vermifugação do seu animal seguindo as orientações veterinárias a esse respeito.

O cão e o gato precisam tomar antiparasitários duas vezes por ano, no mínimo. O controle de ectoparasitas deve ser feito conforme a necessidade e a indicação do produto escolhido.

ATIVIDADES FÍSICAS

Durante o passeio com cães, utilize sempre coleira e guia. É segurança para o animal e para as pessoas. Se o animal for bravo, utilize também a focinheira e evite agressões.

Se seu bichano (gato) passa seus dias dentro de casa, possivelmente você vai considerar a opção de levá-lo para tomar um pouco de sol e de ar fresco algum dia. Partindo do princípio de que não está lidando com um cão, você deve saber que se encontra diante de algo um pouco mais complicado. Contaremos na próxima edição, o que é preciso levar em conta na hora de levar um gato para passear e como tornar este passeio agradável para você e seu bichinho.

SAUDÁVEL

PRA CACHORRO



GOURMET

VALPARAÍSO

POLO TERÁ MAIS UM FESTIVAL GASTRONÔMICO NESTE OUTONO

No Polo Gastronômico do bairro Valparaíso – o Valparaíso Gourmet – é possível encontrar reunidas as cozinhas da Itália, França, Japão, México, Brasil, entre outras. E, por isso mesmo, vem atraindo os olhares dos petropolitanos e turistas pela sua diversidade e qualidade.

Depois do sucesso do Festival Sabores de Verão, que aconteceu de 26 de janeiro a 04 de março deste ano com a participação de 17 estabelecimentos do bairro, o Valparaíso Gourmet volta a promover mais um festival, desta vez o Festival Sabores de Outono, de 13 de abril a 13 de maio.

Os restaurantes, steakhouse, hamburgueria, pizzarias, bistrô, cafeteria, empório e deli, pubs, hotéis e até a Rede Armazém do Grão vão oferecer aos moradores de Petrópolis e aos turistas produtos e pratos especiais da estação.

São empresários dos setores de restaurantes, meios de hospedagem, estacionamento, drogaria, veterinária e agência de publicidade e marketing. Todos trabalhando em conjunto pelo fortalecimento do bairro e de seus atrativos.

No Armazém do Grão, clientes e chefs do polo gastronômico poderão encontrar frutas, legumes da estação, sempre frescos e de alta qualidade, cheios de vitaminas, sais minerais que podem ser sempre utilizados para novas e antigas receitas.

“Ficamos muito felizes com os resultados alcançados com o Festival de Verão e tenho certeza que o de Outono será ainda melhor! Antes disso, teremos pratos temáticos nos restaurantes do Valparaíso Gourmet para a Páscoa, entre os dias 28 de março e 1 de abril. Construímos um calendário de eventos e atividades para atender petropolitanos e turistas o ano inteiro”, explica Evany Noel.

O Festival Sabores de Outono é organizado pela Noel Turismo e Eventos, em conjunto com os empresários do bairro Valparaíso, e conta com o apoio da Prefeitura de Petrópolis, por meio da TurisPetro e do Instituto Municipal de Cultura e Esportes.



DO DIA: 13 de abril AO DIA: 13 de maio



IDEIA MARCA

A estação mais charmosa do ano vai receber o Festival Sabores de Outono! Deliciosos pratos feitos com ingredientes da estação serão preparados com muito carinho pelos chefs do polo gastronômico mais atrativo de Petrópolis, o Valparaíso Gourmet.

Durante um mês você vai experimentar uma variedade de sabores, além de aproveitar as comodidades especiais nos demais estabelecimentos do melhor bairro de Petrópolis. São mais de 20 opções para você aproveitar a estação de uma forma única e diferenciada!





Adoçante Xilitol, 100% natural

O xilitol é um adoçante docinho 100% natural. Produzido a partir da xilose, um carboidrato de origem do milho (não transgênico). Pode ser utilizado em receitas frias e quentes.



Adoçante **100% natural** docinho **igual ao açúcar** com **40% menos calorias**

- ✓ Com ação ANTICARIOGÊNICA
- ✓ SEM conservantes, glúten e lactose
- ✓ Não eleva o açúcar no sangue

NOVIDADES

DO NOSSO ARMAZÉM



PIZZA PAN SEARA

Mais uma inovação da marca Seara chega no Armazém: A massa PAN, que passa por um processo diferenciado de fermentação deixando-a mais crocante e mais alta que as pizzas tradicionais.



IMPÉRIO PURO MALTE

Chegou no Armazém do Grão essa novidade da Cervejaria Cidade Imperial Petrópolis! Long Neck de 275ml com lacre abre fácil. O mesmo sabor marcante numa roupagem prática e elegante!!



ADOÇANTE XILITOL LINEA

Um adoçante 100% natural e com 40% menos calorias. Ele é produzido a partir da xilose, um carboidrato de origem do milho (não transgênico). Possui a vantagem de ser sem conservantes, glúten e lactose.



HERSHEY'S MAIS

Chega também nas lojas do Armazém do Grão essa novidade deliciosa! Wafer super crocante com recheio e coberto com o mais puro chocolate Hershey's nos sabores: ao leite, amendoim e cookies.



ITAIPAVA GO DRAFT

Com o lançamento, a marca pretende conquistar espaço na categoria premium. A nova cerveja tem teor alcoólico de 4,7% e é cinco vezes filtrada, ou seja, é mais leve e também não é pasteurizada.



BISCOITO MÃE TERRA

Biscoitos integrais de verdade e menos processados. Essa linha de orgânicos contém ingredientes da biodiversidade brasileira e são livres de pozzinhos artificiais e transgênicos.



Cliente+

FAÇA COMO A ALZIRA E O FLÁVIO: ENTRE PARA A REDE ARMAZÉM DO GRÃO.



Seja um Cliente + e tenha promoções e descontos mais do que imperdíveis.

24 99206-1951 

FAÇA SEU CADASTRO
www.armazemdograo.com.br



A T R A C T I V O



P I N O T N O I R