

ELAS



**MARIA E DEISE:
A FORÇA E A
SUPERACÃO DE
MÃES ATÍPICAS**

PÁGINAS 4 E 5

Juliane Mai: fascínio pelo mundo das artes

Lavigne Witt
lavigne@gazetadosul.com.br

Aos 3 anos, uma folha de papel-manteiga e o olhar minucioso do pai foram tudo de que Juliane Mai precisou para dar início ao que se tornaria uma carreira de sucesso no âmbito das artes. Os rabiscos que ela fez naquele instrumento de trabalho de seus pais, que administravam uma padaria na época, impulsionaram o ingresso dela na escola com apenas 4 anos. Professores aposentados nos dias atuais, os pais sempre foram os maiores incentivadores para ela seguir o caminho das artes.

Ainda muito jovem, com apenas 8 anos, enquanto cuidava da casa junto da mãe, começou a fazer cursos de artesanato e desenho em Lagoão, sua cidade natal. Mas sua vida não se resumia a isso. Por ter um jeito hiperativo, como ela mesma se qualifica, fazia vários cursos: de idiomas, ciências e cultura. Com 16 anos, decidiu fazer vestibular para Publicidade e Propaganda na Universidade de Santa Cruz do Sul (Unisc). Ingressou na faculdade e focou no que ela realmente queria: ser do mundo das artes.

No período da graduação, fez um curso de extensão em artes na Universidade de Santa Cruz do Sul (Unisc). Na oportunidade, foi aluna da artista plástica Márcia Marostega. “Foi ela quem despertou a minha visão sobre as artes”, ressaltou. No decorrer do curso, começou a ajudar nas exposições na Casa das Artes Regina Simonis, onde fez a sua primeira exposição. Após concluir o bacharelado, em 2006, especializou-se em Design Gráfico, Artes Plásticas, Produção Cultural e Curadoria de Artes.

RECONHECIMENTO

– Durante sua trajetória como artista, Juliane destaca o primeiro prêmio da carreira, a menção honrosa na Exposição Latino Americana da Associação Gaúcha de Pintura Artística, em Porto Alegre. Outro grande momento foi a premiação com medalha de ouro na 12ª Grande Exposição de Artes Bunkyo, em São Paulo. “É um salão importante no mundo das artes, que me fez entrar no mercado emergente e ser reconhecida como artista profissional”, lembrou. A artista ainda recebeu o Diploma Destaque Cultural e Social pela Federação Brasileira dos Acadêmicos das Ciências, Letras e Artes (Febacla), na Assembleia Legislativa de São Paulo.



Fotos: Alencar da Rosa



Interação

Atualmente, Juliane, agora com 37 anos, reside em Santa Cruz. Ela trabalha como artista visual, curadora, assessora, produtora cultural, publicitária e designer gráfica. Presta assessoria e consultoria para artistas visuais brasileiros e de mais de 20 outros países, objetivando o desenvolvimento de suas carreiras. Conforme Juliane, depois de pintar, a curadoria é a atividade de que mais gosta. “Eu consigo trocar com muitas pessoas e divulgar o trabalho dos artistas em minha volta. Todo o meu trabalho de curadoria é para ter interação, fazer com que as pessoas tenham acesso a essas artes”. Acompanhe a artista pelo Instagram: @julianemaiarts e @julianemaicura

• PARA CONFERIR: UMA EXPOSIÇÃO COM CURADORIA DE JULIANE MAI

A exposição *Caos*, de Maiquel Moraes, em cartaz na Casa das Artes Regina Simonis, tem curadoria de Juliane Mai. O artista apresenta uma série de obras que surgiram a partir de estudos sobre as inquietações humanas e suas vivências. O período de visitação vai até o dia 1º de outubro, de segunda a sábado, e a entrada é gratuita.



EXPEDIENTE

Edição: Daniela Neu daniela@gaz.com.br ☎ 3715.7933 Capa: Bruno Pedry (foto), Mabelle Salão (cabelo e maquiagem) Diagramação: Marcio Machado Arte-final: Rosani Moller Klunk

Combos Promocionais

MABELLE

Salão de Beleza

- Mechas + Tratamento plex + 4 hidratações
- Mechas + Tratamento plex + Progressiva
- Mechas + Tratamento plex + Progressiva + Um kit tratamento
- Mechas + Tratamento plex + Progressiva + 4 hidratações

Não percam tempo, vem adquirir seu combo!

@mabellesallao
 51 99573.7404
 51 3902.3462
 Rua Venâncio Aires, 775 - Centro, SCS

DIGA ADEUS À DESORGANIZAÇÃO

- ORGANIZAMOS SUA CASA
- SEU ROUPEIRO
- SEU CLOSET
- QUARTOS DE BEBÊ
- COZINHAS

SOLICITE JÁ UM ORÇAMENTO!

Irene Dutra

Personal Organizer

(51) 98603.4842

personalorganizerenedutra25@gmail.com

@irenepersonalorganizer

Primavera com muita cor e muito brilho

Extravasa!



Morena Rosa / Divulgação

Daniela Neu
daniela@gaz.com.br

Paetês, cristais, metalizados, muito lurex e cores vibrantes em roupas, sapatos e acessórios. É nesse clima que chega a moda primavera-verão, convidando a extravasar emoções com muita cor e muito brilho a qualquer hora do dia.

• **A sensualidade está com tudo na nova estação.** Aposte em minissaias e outras peças curtas ou com recortes, tops nos looks casuais para um visual descolado e muita transparência. O equilíbrio está em misturar peças mais ousadas com outras de ares mais clássicas, como os terninhos, que podem vir desconstruídos. O blazer, aliás, é peça-chave para essas composições, assim como a jaqueta jeans e as camisas.



Colcci / Divulgação



Le Lis Blanc / Divulgação



Colcci / Divulgação



Haas / Divulgação

• **Na composição,** aparecem técnicas manuais, como crochê, tricô, macramê, bordados, patchwork e pintura, além de tecidos e fios naturais, valorizando o trabalho artesanal e destacando a preocupação com o meio ambiente.



Animale / Divulgação



• **Nos acessórios,** peças com referências românticas e inspiradas na natureza, com representação de insetos, folhagens, xadrez e flores realistas – nas roupas, as flores vêm em estampas prensadas, trazendo novamente o mood artesanal. E os anos 1970 estão de volta em cordões, madeira, couro, pedras naturais e miçangas.

• **A cartela de cores** traz tons de azul, verde, laranja, amarelo, além de vermelho e muito rosa. Os looks podem ser monocromáticos, incluindo acessórios, ou color block. Quem não quiser ousar tanto pode investir em estampas, acessórios e detalhes, ou ainda optar pelo bege-palha. O rosa, aliás, vem no tom Pink Valentino, criado pela Pantone junto com a grife italiana para a coleção outono-inverno 2022. É a cor para quem deseja um estilo Barbie moderno, sem estereótipos, aplicada em peças elegantes, casuais e até esportivas.



Amaro / Divulgação



Arezzo / Divulgação

Maquiagem Definitiva



Antes



Depois

Nova técnica para estimular o crescimento dos pelos da sobrancelha, delineamento dos olhos e recuperação do aumento dos lábios.

PREÇO PROMOCIONAL!

Veja o vídeo no youtube - Fátima Oliveira Autocolagem de Cílios

NOS DIAS 5 E 6/10/2022, A PROFISSIONAL FÁTIMA DE OLIVEIRA ESTARÁ EM SCS. MARQUE SUA HORA.

Todo material é individual e descartável. Método indolor: Utilizam-se tintas naturais de última geração, permitindo que, por exemplo, a maquiagem definitiva de uma sobrancelha mantenha-se perfeita (sem retoque algum) por até quatro anos, dependendo da resposta do pelo. Registramos pessoas que fizeram maquiagem definitiva há mais de 10 anos e que continuam perfeitas.



VÂNIA
CAPPELLARI
Studio Hair

Fone: 3715-8854
(51) 9-8136-9092
Afonso Pena 863



Fátima Souza

CRM 16492 / RQE 7314

Pediatra



Centro Médico

Rua Fernando Abott, 270
sala 203

Santa Cruz do Sul

☎ 3715.2456

📞 51 98170.0937

A força e a superação da

Caroline Garske
caroline@gazetadosul.com.br

Tornar-se mãe é, para muitas mulheres, o momento mais emblemático da vida. A amamentação, o caminhar, o educar e o criar um outro ser humano são alguns dos maiores desafios que alguém pode vivenciar. Tudo, porém, é mais intenso no caso da maternidade atípica. Muito mais complexa do que parece, a atipicidade do maternar vai além do cuidar de uma criança, adolescente ou adulto portador de alguma deficiência ou que se enquadra dentro de algum espectro. Não raro, é a mãe que se torna o estio da família, fazendo com que muitas mulheres não tenham tempo para se dedicar a si mesmas. E esse tempo é fundamental para conseguirem equilíbrio e darem o suporte necessário aos filhos. Por isso, grupos de apoio ou que realizam atividades de integração entre mães atípicas são tão importantes e necessários. A Associação de Pais e Amigos dos Excepcionais (Apae) de Santa Cruz do Sul, por exemplo, possui diversas ações e profissionais à disposição para o trabalho junto a essas mulheres.



Bruno Pedry

Maria: uma luta por muitas mães

É com a vivência de ser mãe atípica há três décadas que Maria Celo Rodrigues dos Santos, de 50 anos, busca compartilhar sua experiência com outras mulheres. No parto complicado de 8 janeiro de 1992, Francieli Rodrigues dos Santos, de 30 anos, chegou ao mundo. O cordão umbilical enrolado no pescoço pode ter sido a causa da lesão cerebral, que os pais Maria Celo e Edson Luis dos Santos só descobriram quando a menina tinha 9 meses de idade.

Com o diagnóstico, veio também a notícia de uma nova rotina para a família. Entre outras coisas, Francieli teria que passar a fazer fisioterapia e frequentar a Apae. Foi um choque, já que, naquela época, até mesmo o trabalho realizado na Apae era estigmatizado e sofria com mais preconceitos. “Meu mundo se abriu. Eu não sabia onde eu ia parar, porque aquilo era uma coisa que eu nunca tinha visto. Trinta anos atrás, não era comum”, relembra.

Dali em diante, foi uma vida voltada para Francieli, segundo Maria. A mãe

da menina passou a conviver com uma série de questionamentos por parte de familiares e amigos, que geravam certa culpa. “O que aconteceu? Quem era o culpado? A família parece que te culpa dizendo que tu tens um defeito.” Todas as perguntas impactaram o casal, que já tinha uma filha de 4 anos na época. “Foi tudo Francieli, quase esqueci que tinha a outra”, recorda.

Mais tarde, veio outra filha, que hoje tem 19 anos. Apesar de tudo, Maria tem certeza de que, se a família é unida como é hoje, é por causa de Francieli. “Em muitos casos, famílias se desprendem, e a nossa se uniu mais.” A relação do casal, porém, passou por dificuldades. “Eu tinha que viver aquele papel. Foi muito mais difícil para o pai, ele demorou a aceitar. Ele via um aluno mais velho dentro da Apae e chorava ao ver aquela realidade, já pensando no futuro dela ali dentro.” O casal sobreviveu às adversidades e completou 35 anos de casados. Segundo Maria, o apoio psicológico da Apae foi fundamental.

Foi com toda a experiência que adquiriu que Maria teve a iniciativa de reativar o grupo de mães da Apae. “Minha luta é para elas enxergarem que temos que cuidar de nós mesmas. Se não estivermos bem, como vamos cuidar dos nossos filhos? E o objeti-



Com Francieli, Maria Celo vivencia a maternidade atípica há 30 anos

Rafaelly Machado

Arquivo Pessoal/GS



Faltam 13 dias para a 37ª Oktoberfest!

Já preparou seu traje?

 @lizatexscs
 51 3715-1307
 51 99591-37490





tecidos e aviamentos

a maternidade atípica

Deise: resiliência após o diagnóstico

vo é também orientar as mães novas. É extremamente importante elas saberem os direitos que têm.” Junto com a filha Francieli, ela também participa de um grupo de dança. “É a ideia de mostrar que a ligação mãe e filho existe. Fazemos até apresentações em outras cidades.”

Também foi por meio de uma luta de Maria e de outras duas mães atípicas que Santa Cruz e depois Vera Cruz passaram a ter uma lei que beneficia essas mulheres. “Desde que ela nasceu, eu luto por coisas que possam favorecer a nossa categoria. Sou funcionária pública e trabalhava oito horas. Eu consegui um meio de estar junto com ela, porque ela tem muitas atividades e não dá para acompanhar tudo. Eu e mais duas mães funcionárias tentamos inserir a lei do Estado para o município. Foi uma grande luta e desde lá temos o direito de trabalhar metade da carga horária para acompanhar os filhos, sem perdas”, explica.

Desde 1992, foram muitas as dificuldades vividas e, além de lutar por outras mulheres que são mães atípicas, Maria Celoi procura sempre ver o lado bom de tudo e tornar isso um combustível para suas batalhas. “Sempre vejo alguma coisa que eu possa transformar para favorecer”, finaliza.

A força da trabalhadora autônoma Deise Berté, de 36 anos, fica evidente ao ouvi-la falar sobre os filhos Vicente, de 8 anos, e Davi, de 14. A motivação dela vem do amor que sente pelos meninos. Mãe solo e atípica, Deise viu sua vida mudar na primeira experiência de maternidade. Davi, que tem paralisia cerebral e autismo, além de ser cadeirante, transformou a visão de Deise para com o mundo.

Além disso, descobriu uma resiliência e um potencial incentivador que nem ela sabia que tinha. É devido à insistência e à motivação dela que Davi se alimenta pela boca e consegue segurar objetos.

“Sempre exigi bastante dele. Primeiro queriam colocar sonda para ele se alimentar, e eu pensei: não, eu vou ensiná-lo. Eu trabalhava fora e, todos os dias, quando chegava do trabalho, eu cortava uma maçã, colocava num cantinho da boca, ficava segurando e dizia que daquele jeito se mastiga. Fiz isso todos os dias até que ele aprendeu a mastigar.”

Depois, ensinou o menino a pegar coisas. “Comprei alguns brinquedinhos que fossem fáceis de ele pegar. Eu colocava na mãozinha e ia dizendo: assim fecha e segura e assim deixa cair. E isso todos os dias, até ele aprender”, lembra. Assim como Maria Celoi, Deise também passou pelo questionamento das pessoas. No caso dela, era sobre o peso de Davi, que sempre foi magro. “Ele se alimenta muito bem, come coisas saudáveis, toma muita água. Nunca teve pneumonia, nunca se afogou ou se engasgou.”

Com todo o trabalho que ser uma mãe atípica e solo exige, Deise comenta que agora, que é divorciada, consegue ter mais tempo para cuidar de si mesma. “Nos fins de semana em que eles estão no pai deles, eu consigo fazer as minhas coisas.

E, uma vez por semana, ele os pega para jantar, e esse também é um tempo que tenho para mim”, relata. “Depois que eu fiquei sozinha, eu consigo me cuidar e me fazer muito mais feliz”, acrescenta.

Davi também frequenta a Apae de Santa Cruz e, conforme Deise, a entidade deu um suporte fundamental no desenvolvimento do menino. “Eles nos acolheram demais, e lá tem tudo o que precisa. Se falar na Apae, ele já está querendo ir, ele ama.”

Ensinar Davi a se alimentar e a segurar objetos foram apenas alguns dos desafios para Deise. Agora, ela pretende ir ainda mais longe, literalmente. Além de ter um canal no YouTube chamado “Realidade Especial – DDV” para tirar dúvidas de outros pais, ela quer também comprar uma bicicleta adaptada para que ela possa carregar Davi. O intuito é que Deise, Davi e Vicente possam fazer viagens e conhecer cada vez mais lugares. “Para onde formos, vamos levar as bicicletas. Queremos participar de coisas para incluí-lo. Eu quero que ele veja o mundo com outros olhos, porque ele ama a natureza, ama passear”, afirma.



Bruno Pedry

Parceria e amor incondicional: Deise e os filhos Davi e Vicente



Rafaelly Machado

Arquivo Pessoal/GS

Celoi
idade
anos

Restaurante aberto ao público.

CHARRUAHOTEL

CAFÉ DA MANHÃ

06:00 - 10:00 (segunda a sábado)
06:00 - 10:30 (domingos e feriados)

JANTAR

18:00 - 22:00 (todos os dias)

(51) 9 9296 7699

charruahotel



Menarca: a transformação do corpo feminino

Bianca da Silva
bianca.silva@gaz.com.br

A primeira menstruação, também conhecida como menarca, é o início do amadurecimento do corpo de pessoas que menstruam. Em geral, a menarca ocorre entre os 10 e os 14 anos, mas esses parâmetros dependem de uma série de fatores, como hormônios, histórico menstrual das mulheres da família e estilo de vida, entre outros.

Com a chegada da pré-adolescência, muitas meninas ficam na expectativa de passar pelo “ritual” e se igualar às demais colegas que já passaram pelo momento. Conforme a ginecologista Priscilla Emmel, existem indicativos de que essa transição esteja chegando. “Avaliamos a partir dos Estágios de Tanner. Observamos os seios, tanto formato quanto tamanho, além dos pê-

los axilares e pubianos. São cinco estágios: quando a menina chega ao quinto, ela está pronta e pode acontecer a qualquer momento.”

Apesar de a sociedade médica divergir bastante quanto à idade “normal”, a menarca tem acontecido cada vez mais cedo. “A média fica entre 8 e 14 anos”, explica a ginecologista. E, segundo Priscilla, não tem nada de errado em menstruar cedo, desde que a menina passe pelos estágios da puberdade.

Quem está se aproximando desse período deve adotar uma postura consciente sobre essa transformação do corpo. “A principal preparação é a conversa e a orientação. Saber o que é, o que vai mudar. Quando de fato acontecer, a menina saberá pelo momento que está passando.” O conselho às mães é que levem as filhas adolescentes ao consultório para orientação profissional.

• Alterações físicas e hormonais; entenda o que é normal

Uma das principais mudanças que ocorrem são as alterações hormonais. “Isso acaba mexendo muito com o nosso emocional, por isso temos a famosa TPM (tensão pré-menstrual)”, salienta Priscilla. Assim como na gestação, os níveis hormonais se alteram; acontecem diferenças no humor, no bem-estar e em outros aspectos. “O ciclo menstrual rege toda a vida da mulher, influencia em tudo, desde a produtividade no trabalho ou na escola até como está se sentindo no dia a dia.”

Entre os sintomas físicos mais comuns da TPM estão edema das mamas, dor de cabeça, cólicas na lombar e no ventre, inchaço na barriga. Mas é necessário ficar atento aos sinais do corpo: a partir do momento em que as manifestações se tornam um empecilho, é preciso buscar ajuda profissional.

O primeiro ano da menstruação não pode ser considerado uma base para ditar o fluxo, a duração e os sintomas. “Às vezes, a menstruação pode vir duas vezes ao mês, e pode ficar três ou quatro meses sem vir. Pode ser que haja um fluxo muito forte ou acontece de vir quase nada.” Segundo a ginecologista, essas variações ocorrem por causa do eixo central que controla nossa produção hormonal. “O eixo hipotálamo-hipófise. O hipotálamo produz o hormônio que vai controlar tudo isso e a hipófise vai controlar os ovários. Mas é tudo muito novo e imaturo, por isso acontecem essas variações. Mas, com o tempo, tendem a se regular.”

O ciclo menstrual como um todo é complexo e acompanha a nós, mulheres, durante grande parte de nossas vidas. Portanto, exige atenção e autoconhecimento, além de acompanhamento periódico com ginecologista.

• Métodos contraceptivos

A partir da primeira menstruação, o corpo entende que pode gerar uma criança. Apesar de o eixo que controla a ovulação ainda estar em amadurecimento, existe chance de gravidez.

Entretanto, só é necessário utilizar algum método contraceptivo como pílula anticoncepcional em duas situações. “Se houver sangramento intenso, que pode causar anemia, ou cólicas muito fortes, que atrapalhem os afazeres do dia. Fazemos uma avaliação para tentar regular esses sintomas. Além disso, o uso do contraceptivo pode ser introduzido apenas quando a adolescente inicia a vida sexual.”

A educação sexual deve fazer parte desde cedo da vida das crianças. Esclarecer sobre assuntos relacionados, tanto para meninas quanto para meninos, é fundamental. Na pré-adolescência ou na adolescência, é importante desenvolver o assunto, mas a médica adverte que não existe momento ideal, pois deve ser observado caso a caso. “Quando a menina estiver mais interessada e topou conversar sobre isso”, explica a ginecologista.



Priscilla Müller Emmel

• GINECOLOGISTA E OBSTETRA •

CRM-RS 38289 ROE 31953

(51) 99603 - 8480

Saúde feminina
personalizada
com amor

@priscilla_gineco

R: Guilherme Hackbart, 95/ Sl. 01, Clínica Schmidt - SCS

Freepik/Divulgação

Daniela Neu
daniela@gaz.com.br

Os meses que antecedem a mudança para um novo lar ou o casamento exigem planejamento para o início de um novo ciclo. E as listas de presentes, tanto de casamento quanto de casa nova, ou ainda o tradicional chá de panela, são uma boa alternativa para auxiliar na organização e evitar frustrações e trocas. Mas leve em conta que são presentes para a casa, não de uso pessoal, e respeite as diferentes realidades financeiras dos seus convidados.

Antes da definição dos itens necessários e daqueles que são objeto de desejo, no entanto, é fundamental determinar os estabelecimentos que disponibilizem esses produtos e a forma como as lojas conduzem esse atendimento. Para quem faz a lista, importa ter claro como e quando será feita a entrega dos presentes, que pode ser antes ou após a festa de casamento; se é possível fazer trocas em caso de algum convidado adquirir um item fora da lista; se a lista estará disponível online; e se o casal terá algum benefício na loja para aquisição de itens que não foram contemplados pelos convidados.

Para os convidados, é fundamental que se guiem pelas opções disponibilizadas, a fim de evitar que o seu presente seja trocado por não harmonizar com os demais itens do ambiente ou porque não será necessário para quem fez a lista. Além disso, se a preocupação é ter um limite de investimento ou, por outro lado, querer oferecer algum presente de maior valor agregado, há alternativas. A gerente de loja da Afubra, Nadia Beatriz Rohr, ressalta que os convidados podem optar por adquirir um ou mais itens da lista individualmente e também em grupos de amigos, familiares ou colegas de trabalho. Outra opção são os vales-presente.

Listas de presentes

• Casa nova

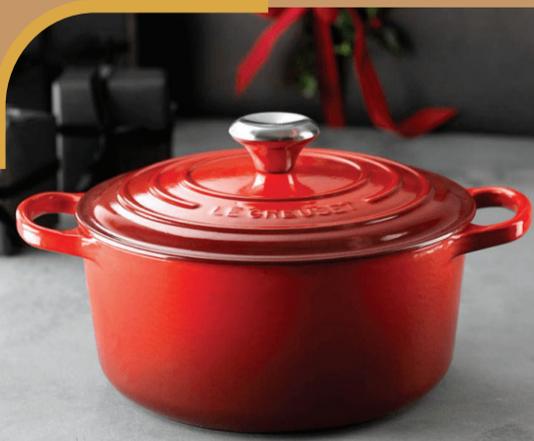
A lista é elaborada por quem está de mudança para um novo lar e tem necessidade de incrementar o enxoval. Não precisa ter relação com uma vida de casal. Valem todas as opções consideradas necessárias por quem a organiza, sempre levando em consideração o perfil dos convidados. A sugestão é organizar uma recepção na casa nova. Os itens podem ser levados no dia dessa recepção ou então ser enviados com antecedência, já prevendo que os convidados vejam seus presentes em uso.

• Chá de panela

Normalmente, a lista é feita pela noiva para um evento pré-casamento intimista voltado às madrinhas, mulheres da família e demais convidadas mais próximas. Marlise Alice Rahmeier Acosta, sócia-proprietária da loja Edelweiss junto da mãe, Marlise Rahmeier, orienta que esta lista priorize utilidades para o dia a dia, como itens de bar e cozinha. Entre eles: abridor de garrafa, tampa para vinho e espumante, cooler, espátula e colher para bolo, canecas, manteigueira, porta-retratos, colheres de bambu. “Enfim, uma variedade de produtos que a noiva escolhe em uma loja especializada em presentes e para a casa”, destaca Alice.

• Presentes de casamento

O casal, em conjunto, define as principais necessidades e as prioridades para o lar conforme os gostos de ambos. Familiares podem contribuir com sugestões e as lojas também costumam oferecer orientações para a lista. Aqui entram itens de maior valor agregado, como louças, talheres, taças de cristal, pratarias, artigos de luxo, panelas de inox ou ferro fundido esmaltadas, roupas de cama e mesa, jogos de toalhas, eletrodomésticos. “Se o casal gosta de taças de cristal e de vinho tinto, pode escolher um conjunto para festas eventuais mais sofisticado, com lapidação e cores, como da marca Strauss; e outro em cristal liso, como da marca Blumenau, para demais ocasiões”, diz Alice. O ideal, segundo ela, é que a lista contemple variedade de preços e sugestões, para atender a todos os convidados da festa. Considere que, além do presente, há despesas com deslocamento, hospedagem, roupas, acessórios. A lista pode ficar concentrada em uma única loja ou os noivos podem optar por dividi-la entre dois estabelecimentos. Para facilitar a organização, o ideal é que não fique distribuída em muitas lojas. Outro ponto importante é que a lista de presentes também esteja disponível online, tanto para que os convidados possam planejar a compra quanto para atender àqueles que residem em outros municípios.



Edelweiss

Para todos os momentos

Loja de presentes e lembranças



RECEITA

**Lombo suíno
ao barbecue**

(Serve 4 pessoas)

INGREDIENTES PARA OS BIFES

- 4 bifés de lombo suíno de 150g cada
- Sal e pimenta branca a gosto
- Suco de 1/2 limão
- 200g de farinha de rosca
- 200g de farinha de trigo
- 3 ovos
- 300 ml de molho barbecue
- 4 fatias de presunto magro
- Queijo parmesão
- Óleo suficiente para cobrir os bifés

INGREDIENTES PARA O MOLHO

- 4 colheres (sopa) de mostarda Dijon
- 4 colheres (sopa) de ketchup
- 200g de geleia de uva
- 3 colheres (sopa) de molho inglês
- 1 colher (sopa) de páprica defumada

MODO DE PREPARO

Comece pelo molho barbecue: misture todos os ingredientes e leve-os ao fogo mexendo constantemente até ferver. Reserve e mantenha aquecido.

Deixe os bifés bem finos com o auxílio de um batedor. Tempere-os com sal, pimenta branca, alho e limão. Passe os bifés, um a um, na farinha de trigo, nos ovos batidos e, por último, na farinha de rosca. Frite-os em óleo quente.

MONTAGEM

Coloque os bifés em um refratário. Sobreponha as fatias de presunto. Cubra com o molho barbecue. Polvilhe com parmesão.

Aquecimento para a Oktober

O *Elas Gourmet* já está em clima de Oktoberfest! Basta conferir a receita que o *chef* Davi Rodrigues apresenta nesta edição: **lombo suíno ao barbecue** acompanhado de arroz branco e batatas fritas.

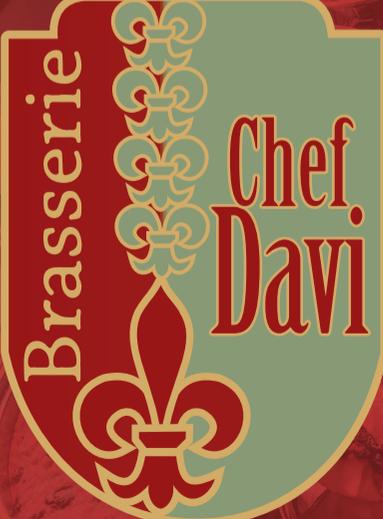
A carne suína em suas diferentes possibilidades de cortes e a batata estão entre os principais ingredientes da culinária alemã. Presentes em preparos como saladas, bolinhos, Schnitzel, joelho de porco e tantos outros, resgatam memórias afetivas de várias gerações e também são cartão de visitas para quem deseja conhecer essa cultura a partir da boa mesa.

Seguindo em ritmo de Oktober, a dica de harmonização é uma caneca generosa de chope gelado.

Bom apetite!

**● PARA APRENDER MAIS**

Para quem é apreciador de pratos com carne suína, "O livro da carne de porco - Pig" (Publifolha, 2012, 224 páginas), do *chef* britânico Johnnie Mountain, traz um universo de possibilidades para transformar qualquer corte em um prato delicioso.



Chef Brasileiro que se destaca em Santa Cruz do Sul

Ideal para momentos especiais

Eventos, reuniões e jantares Românticos





📍 Rua Marechal Deodoro, 103 | Santa Cruz do Sul - RS

www.chefdavi.com.br ou 51 3056-4009 📞 98986-9999

