

Virada Cultural 2022 terá apresentações na Parada Inglesa e na Freguesia do Ó

A Virada Cultural 2022 acontece nos dias 28 e 29 de maio com uma série de atrações e eventos presenciais. A edição deste ano da Virada Cultural busca promover a descentralização da cultura, de forma a trazer a periferia para os palcos.

Em um formato inédito, o evento ocorrerá em oito regiões: Butantã (Zona Oeste), Freguesia do Ó (Zona Norte), Parada Inglesa (Zona Norte), Campo Limpo (Zona Sul), M'Boi Mirim (Zona Sul), São Miguel Paulista (Zona Leste), Itaquera (Zona Leste) e Super Vale, que engloba o Vale do

Anhangabaú e seu entorno (Centro).

Toda a programação assim como a definição de alguns pontos para apresentações, devem ser divulgados em breve pela Secretaria Municipal da Cultura.

Ainda a ser confirmado, os eventos em Freguesia do Ó devem acontecer na Avenida Miguel Conejo, na altura da Praça Dollmann. Já na Parada Inglesa será utilizado o palco recentemente montado na Praça Nossa Senhora dos Prazeres, na Avenida Luiz Dumont Villares, próximo à Estação Parada Inglesa do Metrô.



Praça Nossa Senhora dos Prazeres deve receber apresentações da Virada Cultural



Guloseimas para Você



A comida pantaneira tem uma diversidade enorme, com influências indígenas, gaúchas e até paraguaias. Tudo bem requintado e com muito sabor, e essa culinária é retratada no livro Cozinha Pantaneira: Comitiva de Sabores (Editora BEI), do projeto Documenta Pantanal. Na obra 65 receitas foram escolhidas pelo chef sul-mato-grossense, Paulo Machado, e o Macarrão de Comitiva ou Macarrão Boiadeiro, é uma variação do popular arroz de carreteiro e é umas das delícias no livro. Confira abaixo como prepará-lo.

Macarrão de Comitiva

Ingredientes: 100g de carne-de-sol ou carne oreada, 2 dentes de alho picados, 2 colheres de sopa de óleo de milho, azeite de oliva ou banha, 250g de espaguete nº 8, água quente o quanto baste, sal a gosto, suco de uma laranja pera, cheiro-verde picado a gosto, coentro picado a gosto.



Foto: Divulgação

Modo de preparar: Lamine a carne-de-sol e lave-a em água corrente abundante, para retirar o excesso de sal. Em uma panela alta, refogue o alho no óleo quente. Junte a carne picada, fritando-a até dourar. Acrescente o macarrão quebrado (em no mínimo três partes) e frite mais um pouco, até as pontas adquirirem uma coloração esbranquiçada. Para ganhar seu sabor tão característico (que lembra o gosto umami), é

preciso fritá-lo bem. Adicione o suco de laranja, para soltar o fundinho da panela, e a água quente até quase cobrir a mistura. Cozinhe em fogo médio com a panela aberta, mexendo de vez em quando para acomodar o macarrão, até que ele fique macio e a água seque. É um prato com poucos ingredientes, mas de sabor marcante. Sirva com o cheiro-verde e o coentro.

Rendimento: 4 pessoas.

Questões do consumidor consciente

1 POR QUE COMPRAR?

Este produto é realmente necessário, ou estou comprando sem saber por quê?

2 O QUE COMPRAR?

Qual produto atende melhor às minhas necessidades?

3 COMO COMPRAR?

Vale mais a pena comprar a crédito, com prestações que não pesam no orçamento, ou à vista, com desconto?

4 DE QUEM COMPRAR?

Esta empresa respeita as leis trabalhistas, é ambientalmente responsável e paga seus impostos corretamente?

5 COMO USAR?

Sei como operar com eficiência este equipamento? Vou utilizar integralmente estes alimentos?

6 COMO DESCARTAR?

Quando acabar a vida útil deste produto, saberei dar o destino correto a cada um de seus componentes?



FONTE: INSTITUTO AKATU

Você é 70% água

Para ter ideia do que é um mundo sem água imagine você sem 70% do seu corpo...

Economize água. A Gazeta da Zona Norte apoia essa ideia.

MÉDICOS

Dr. Geraldo Teles Machado Jr. Título de especialista nº 00414/82 CRM 28.142
"SÍNDROME DO PÂNICO", DEPRESSÕES Depois de + de 23 anos também na V. Maria Alta

Somatizações (Doenças físicas de causas psíquicas), neuroses, fobias, T.O.C., psicoses, alcoolismo, dependência química, anorexia, bulimia, obesidade, traumas de assaltos e sequestros, internações domiciliares e psicoterapia individual, de casais e familiar.

Dra. Helena Beatriz B. T. Machado Psicanalista e Psicóloga CRP 06/42630-2

Análise, Ludoterapia, Psicoterapia (individual, casal e família), Fobia, Anorexia, Bulimia, Obesidade e Orientação Vocacional. Atendimento: crianças, adolescentes e adultos

Consultas só com hora marcada • Não atendemos convênios

Atendemos emergências, e aos sábados, domingos e feriados

Rua Maestro João Gomes de Araújo, 50 - cj. 81 - A. Santana
 Rua Pará, 50 - cjs. 31/32 - Higienópolis

Informações e marcação de consultas: Tels: 2281-6500 • 2973-6743

DR. CYRO FRANCISCO CORDEIRO
 Varizes • Microvarizes
 Moléstias Arteriais
 RUA DARZAN, 372
 Fone: 2973-0450

DOENÇAS DOS RINS E VIAS URINÁRIAS

Dr. Lirio Leal da Fonseca Filho CRM: 35.217
 Dr. Luiz Augusto Seabra Rios CRM: 52.025

Rua Conselheiro Brotero, 1.539 - 2º and. - sls. 23/24

3666-8068

59 anos de Tradição lutando e reivindicando pela Zona Norte.

Acesse nosso site: www.gazetazn.com.br

Portellinha Oftalmologia Dr. Waldir Portellinha

Cirurgias a Laser • Miopia • Lentes de Contato Catarata • Lentes Intraoculares • Plástica Ocular Glaucoma • Retina • Transplante de Córnea

Av. Brig. Luiz Antônio, 2.504 - CEP 01402-000 - 11º And. - Jd. Paulista
 Tel: 3284-8186 / Fax: 3287-8506 • www.portellinha.com.br