

NOSSA

GALY
EDITORA

Ano I • Nº 08

Distribuição Gratuita

**REYNALDO
GIANECCHINI**
TALENTO LIGADO
A NOSSA FRANCA

ISSN 1519-0536

REVISTA NOSSA

08



GRAVIOLA
GRANDE ALIADA NO
COMBATE AO CÂNCER

ARTE DE W. VERÍSSIMO
NO GOVERNO DO ESTADO



ONG: GRUPO FRANCA VIVA
INAUGURA A CASA DA CIDADANIA

**PROMOÇÃO: GANHE CD
"ESPERANÇA"**
REVISTA NOSSA E MASTER MUSIC



Risoto de laranjas com amêndoas

Ingredientes

- 3 Laranjas descascadas e cortadas em gomos.
- Suco de 3 laranjas grandes.,
- 1/2 Cebola picadinha.
- 1 1/2 litro de caldo de carne fervente, aproximadamente.
- 2 Xícaras (chá) de arroz para risoto (arbório, carnarolli, ou vialone), sem lavar.
- Sal e pimenta do reino.
- 150g de amêndoas em lascas, levemente torradas.
- 150g de manteiga.

Modo de fazer

1. Em uma panela, colocar metade da manteiga e fritar levemente a cebola.
2. Acrescentar o arroz, mexer rapidamente e adicionar o suco de laranja e as laranjas picadas.
3. Colocar o caldo de carne, pouco a pouco, mexendo de vez em quando para não grudar.
4. Temperar com sal e pimenta do reino.
5. Cozinhar até que o arroz esteja "al dente"
6. Desligar o fogo, colocar a manteiga restante, abafar por dois minutos.
7. Destampar, adicionar as amêndoas em lascas e servir imediatamente.

Lombo com dijon e ervas

Ingredientes

- 1 1/2 Kg de lombo de porco.
- suco de 3 limões.
- 3 colheres de sopa de vinagre .
- 1 1/2 colher de sopa de sal.
- 6 dentes de alho.
- 1 cebola picada.
- 1 colher (sopa) de pimenta do reino.
- 1/2 colher (café) de cravo em pó.
- 2 colheres (sopa) de molho inglês.
- 2 colheres (sopa) de mostarda Dijon.
- 2 folhas de louro.
- 3 colheres (sopa) de tomilho.
- 25 colheres (sopa) de salsinha.
- 2 colheres (sopa) de banha de porco.
- 4 colheres (sopa) de manteiga.

Modo de fazer

1. Em uma vasilha, ponha o lombo e cubra-o com água, deixando-o de molho por 2 horas.
2. Fure o lombo com um garfo.
3. Faça uma pasta misturando todos os temperos, com exceção da banha e da manteiga.
4. Bezunte o lombo com esta pasta e coloque-o numa vasilha.
5. Adicione mais um copo de água e deixe marinar por 24 horas.
6. Pré - aquecer o forno em temperatura baixa.
7. Para assar, bezunte o lombo com manteiga e banha.
8. Cubra-o com papel alumínio e leve ao forno, em temperatura baixa, por aproximadamente 2 horas e meia.
9. Quando estiver bem macio, tire o papel, regue com o caldo da assadeira e deixe-o dourar.

