

# ELAS



**DELEGADA ANA PIPPI:  
EM DEFESA DOS ANIMAIS  
E DOS MENORES**

PÁGINAS 4 E 5



## RECADO DA EDITORA

Empreendedorismo, luta por direitos e empoderamento da mulher. O *Caderno Elas* de maio, mês dedicado às mães, traz exemplos de mulheres na prática em todos esses âmbitos. Na capa da publicação, a delegada Ana Luísa Aita Pippi representa a força feminina em uma área predominantemente composta por homens. Atuante na segurança pública, ela se dedica, em especial, ao combate aos crimes contra os animais e aos que envolvem menores de idade. Dedicação que também faz parte da trajetória de Lídia, que há 34 anos elabora sorvetes que conquistaram o paladar dos santa-cruzenses. E, de geração em geração, o protagonismo feminino é retratado pelas lentes da fotógrafa Luisa Pretzel. Com a chegada dos dias mais frios, ainda há espaço para os cuidados necessários com o cabelo a fim de espantar a caspa, bem comum nessa época. Boa leitura!



Carina Weber  
Editora do Caderno ELAS

## DESEJO DO MÊS

Divulgação/GS



Empoderamento feminino e glamour. Assim pode ser definida a nova coleção de esmaltes da Risqué Diamond Gel *Divas no Poder*. São cinco cores exclusivas, em tons naturais, cremosos, cintilantes e metálicos, denominados de *Puro Luxo*, *Desfilando em Milão*, *Look Fashionista*, *Golden Diva* e *Estrela da Festa*. Todos os esmaltes da Risqué são 100% hipoalergênicos. Um diferencial é a secagem rápida. Para um resultado mais duradouro, a dica é apostar no *top coat* fixador da marca para intensificar o brilho e aumentar a durabilidade. O frasco de 9,5 miligramas pode ser encontrado por até R\$ 17,00.

## Pernas quentinhas e estilosas



## DE RENDA

Uma tendência que está com tudo é a meia-calça de renda. Para não errar no look com o modelo, a dica é combiná-la com peças básicas e neutras. Em ocasiões formais, aposte em opções mais delicadas. Já para os eventos mais despojados, invista em modelos mais ousados.

Fotos: Divulgação/GS

Queridinha da estação, a meia-calça já provou que é um coringa. Além de um acessório, torna-se item indispensável no guarda-roupa nos dias mais frios. No outono/inverno 2025, ela surge mais estilosa do que nunca!



## COM SANDÁLIA

Popular nos anos 1980, a tendência da combinação entre meia-calça e sandália está de volta em 2025. Looks com sandálias de tiras e de dedos reaparecem na estação. Escolha cores que complementem ou contrastem com a sandália, sem esquecer do contexto, da ocasião.



## VERMELHO

Ela pode transformar um look! A meia-calça vermelha une cor e estilo, podendo ser usada em combinações clássicas e despojadas.

## COMO USAR

Seja com vestidos, saias e shorts no corpo; e botas, scarpins ou sapatilhas nos pés, a meia-calça garante conforto e estilo. A escolha do modelo vai depender do look. Outro detalhe importante é ficar atenta à espessura do fio (*denier*) da meia-calça. Quanto maior o fio, mais opaca e quente será a peça. Para o inverno, o *denier* acima de 40 garante maior conforto térmico. Além disso, prefira materiais de qualidade, como microfibra ou lã.

## EXPEDIENTE

Edição: Carina Weber carina@gaz.com.br Capa: Rodrigo Assmann Diagramação: Derli Antônio Gonçalves Arte-final: Márcio Machado

VISTA-SE  
DE AMOR

dullius



TODA  
LOJA EM  
7x

1º pgto para 100 dias



# Nada de perder a cabeça com a **caspa**



Heloisa Letícia Poll  
heloisa.poll@gazetadosul.com.br

**H**á quem afirme que um cabelo saudável e bem cuidado é indispensável para uma boa apresentação pessoal. Mantê-lo em dia, no entanto, requer uma série de cuidados, especialmente no inverno, quando as altas temperaturas da água do chuveiro, por exemplo, podem resultar na tão temida caspa. Embora o problema acometa tanto homens quanto mulheres, não é necessário se descabelar diante dos primeiros sinais.

Segundo a tricologista clínica Rafaela Müller, essa doença capilar é causada por inflamação e disfunção da glândula sebácea, responsável pela produção da oleosidade. Além da coceira e do desconforto visual, a enfermidade pode provocar lesões no couro cabeludo. “É uma disfunção que, se não tratada, pode se tornar algo grave”, afirma.

De acordo com a especialista, a caspa pode ser causada por uma combinação de fatores, incluindo infecção por fungos, oleosidade excessiva, predisposição genética e estresse, em diferentes tipos de cabelos. “O que temos que pensar é em agentes e fatores causadores, como a temperatura da água para lavar os cabelos e a ingestão de alimentos gordurosos.”

Além disso, dormir frequentemente com cabelos úmidos, o uso de medicamentos que estimulam desequilíbrio fúngico e bacteriano no organismo, os fatores hormonais e o acúmulo de cosméticos no couro cabeludo também podem ocasionar o aparecimento. “Não existe um tipo de cabelo mais propenso, mas certos fatores que podem influenciar e agravar o problema.”

## Homens ou mulheres: por quem a caspa se “interessa” mais?

Brincadeiras à parte, na maioria dos casos é observado um maior acometimento da doença capilar nos homens, revela a tricologista Rafaela Müller. “Isso ocorre porque a atividade da testosterona é maior e ativa a ação das glândulas sebáceas, causando piora no problema.”

A incidência também é elevada no inverno, devido à combinação de uso frequente de água quente – principalmente no Rio Grande do Sul – e alimentos mais gordurosos e calóricos, o que serve como gatilho para aumentar a oleosidade.

## • COMO SOLUCIONAR?

Ao notar os primeiros sintomas, como descamação ou coceira, a primeira recomendação da tricologista clínica Rafaela Müller é não utilizar cosméticos e recursos por conta própria. “Procure logo um profissional para tratar o problema de forma eficaz. Quanto mais tempo deixar, mais pode se agravar o caso.” Ao mesmo tempo, beber bastante água, cuidar da alimentação, diminuir a temperatura da água para lavar os cabelos e adotar um intervalo máximo de um dia, para evitar o acúmulo de sujeira, são outras atitudes recomendadas.



Rafaela Müller

Reprodução/GS

## Cuidamos da saúde do seu cabelo • Tratamentos Capilares Personalizados

# Clínica Scalp

Transplantes e Tratamentos Capilares

**Rafaela Müller** - Tricologista Clínica

**Yusbrenys Nunez** - Médica especializada em Transplante Capilar

**Giovanna Becker** - Nutricionista especializada em Nutrição Capilar

**ANTES DEPOIS ANTES DEPOIS ANTES DEPOIS**

**GOSTOU DO RESULTADO?**  
Confira o depoimento da paciente em nosso Instagram

Atendemos

Aponte a câmera do seu celular

51 99511.0065 | 99872.8234 | tricologistaraeflamuller

Rua Gaspar Silveira Martins, 2159 - sala 403 - Prédio Pronty - Centro



# Ana Pippi: entre a investigação e a ação policial



Paula Appolinario  
paula.appolinario@gaz.com.br

**Um trabalho diário de investigação, ação policial e, principalmente, zelo pela segurança da população. Aos 46 anos, a delegada Ana Luísa Aita Pippi realiza o sonho de trabalhar com o direito criminal na prática. Entre tantos homens – cerca de 72% do corpo de policiais civis no Brasil, segundo pesquisa do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) divulgada em 2020 –, ela é a prova de que as barreiras sociais que limitavam mulheres a certas funções já não são mais válidas.**

**Ana nasceu em Cachoeira do Sul, mas morou em boa parte da vida em Santa Maria. Quando tinha entre 19 e 20 anos, retornou à cidade natal para cursar Direito na Universidade Luterana do Brasil (ULBRA). É filha de Ney Pippi e Ana Maria Aita Pippi, mãe e esposa do delegado da Delegacia de Repressão às Ações Criminosas Organizadas (Draco), Marcelo Chiara Teixeira.**

**Na vida profissional, Ana é titular da Delegacia de Proteção à Criança e ao Adolescente (DPCA), órgão policial especializado em crimes e atos infracionais que envolvem menores de idade. Ela também é responsável pelo cartório especializado no combate aos crimes contra os animais, um setor dentro da Delegacia de Polícia Regional para cuidar de casos de maus-tratos e outras denúncias.**

## Da paixão pelo direito criminal à delegada

O amor de Ana pela área da segurança pública começou quando ingressou na faculdade. “Entrei visando uma carreira internacional. Sempre gostei de línguas porque morei por um tempo da minha adolescência nos Estados Unidos. Mas, junto com a faculdade, iniciei um estágio nas promotorias criminais de Cachoeira do Sul, no Ministério Público. A partir dali, descobri a minha paixão pelo direito criminal.”

Depois daquela experiência, destinou cada vez mais seus esforços para atuar como delegada. Em 2008, rumou a Porto Alegre para estudar na Academia de Polícia. Lá conheceu o marido e foi junto com ele a Uruguaiana para ser titular da 2ª Delegacia de Polícia e substituta da DPCA, enquanto ele assumia a Delegacia Especializada em Furtos, Roubos, Entorpecentes e Capturas, hoje conhecida como Draco.

“Trabalhei muito no combate à prostituição infantil na cidade. Na época, tinha muitos casos. Também os de tráfico internacional em razão da fronteira. Trabalhávamos junto com a Polícia Federal (PF). Na 2ª DP, investiguei muitos homicídios, tanto culposos quanto dolosos. Desde o início da minha carreira, foquei muito nessa questão.”

Logo após esse período, já em Santa Cruz do Sul, assumiu como titular na 1ª DP. Ana seguiu no combate a crimes contra a vida, furtos, roubos e outros delitos por cerca de 14 anos. A mudança para a DPCA ocorreu em abril deste ano, e ela já atua em todos os casos que envolvam menores de idade.



Rodrigo Assmann

## Sua empresa merece mais velocidade e estabilidade!

Com os planos empresariais da Himarte, seu negócio ganha **agilidade, segurança e suporte especializado** para manter tudo funcionando no ritmo que o mercado exige.

Planos a partir de 200 megas até link dedicado, com IP fixo e assistência prioritária.



Conecte sua empresa ao futuro com quem entende de conexão!

himarte.com.br @himarte\_net

51 3056-8251



## Delegacia Amiga dos Animais

Outra frente em que Ana atua é no cartório especializado em crimes contra animais, que funciona dentro da 1ª DP. O setor foi instalado em 2021, quando o local recebeu o selo de *Delegacia Amiga dos Animais*. A mudança na Lei nº 9.605, de 1998, também contribuiu para a criação do espaço. O novo regulamento de 2020 aumentou a pena de crimes de maus-tratos para animais quando as vítimas forem cães ou gatos. Os casos passaram a ser investigados por inquéritos policiais e não mais por termos circunstanciados (documento que registra infrações de menor potencial ofensivo).

“A criação do cartório foi um sonho para mim. Sempre quis trabalhar com os animais. Sou filha de médico-veterinário, então, tinha essa vontade desde criança, de combater os crimes contra os animais”, se emociona.

Entre as demandas de rotina estão a de realizar a verificação de todas as denúncias e ocorrências policiais registradas pela cidade. “Pelo menos duas vezes na semana nós vamos *in loco*, junto com a Secretaria de Bem-Estar Animal, um médico-veterinário e um fiscal ambiental verificar os casos de crueldade e maus-tratos”, ressalta.

Segundo a delegada, Santa Cruz é uma cidade que registra muitos casos, em sua maioria cometidos pelos próprios tutores. “Muitos casos são apenas de orientações. Em outros, precisamos dar uma nova advertência. Mas, infelizmente, há aqueles em que se confirmam os maus-tratos.”



Ana atuou em ação policial que recuperou rações furtadas de uma ONG

## Perfil operacional

A ação policial sempre foi algo que inspirou e motivou Ana. Desde criança, revelava-se uma apaixonada pelo suspense e pela investigação. “Isso sempre me instigou muito. Na polícia, a gente tem que produzir provas, tem a parte da escrita. Mas também precisamos estar na rua. O policial completo tem que ir às ruas para ver com os próprios olhos, sentir o local do crime”, analisa.

Além disso, Ana destaca outra principal característica do seu trabalho: o raciocínio rápido.

“O crime não espera, acontece 24 horas e precisamos elucidar. Precisamos ir atrás e descobrir o que aconteceu.”

Um caso recente ilustra bem esse aspecto. Ana estava de folga, em um domingo, quando recebeu uma ligação. Uma mãe havia registrado a ocorrência do desaparecimento de uma criança de 7 anos. “Como eu ficaria tranquila? Não é meu perfil, não consigo. Liguei para os policiais e disse para irmos atrás. Saímos a campo e, felizmente, tivemos

um desfecho positivo.” A criança foi encontrada viva e entregue para a mãe.

Ana ressalta ainda outros casos marcantes da carreira, como o do assalto a um carro-forte em Candelária. Além disso, ela atuou na investigação de roubos a estabelecimentos comerciais, homicídios e prisões de autores de quadrilhas armadas, com destaque para uma em 2012, que aterrorizava e agredia vítimas no interior do Vale do Rio Pardo.

### TRAJETÓRIA

#### Única policial civil mulher

Ana destaca a importância de as mulheres estarem presentes no âmbito da segurança pública. Atualmente, esse número já é maior. No entanto, ela relembra que, em diversas operações, há cerca de dez anos, era a única entre todos os policiais civis. “Esses dias até estava me lembrando de um caso de tráfico de drogas em que eu era a única mulher. Foi necessário fazer uma revista em outra mulher. Fiz a revista. Quando abri o sutiã dela, caiu uma penca de cocaína. Se eu não estivesse lá, dificultaria a revista.”

#### Santa Cruz virou um lar

Ana passou por diversas cidades, mas escolheu Santa Cruz do Sul para formar uma família e viver. Aqui ela casou e vive com o marido e o filho de 8 anos. “Tentamos sempre estar junto com ele, fazendo atividades e brincadeiras, muitas ao ar livre. Inclusive, ele agora é um esportista do tênis. Então, estou me descobrindo ao lado dele.”

O casal viaja periodicamente para estar junto de familiares que não moram na cidade. Na rotina, ela e o marido se auxiliam para que ambos consigam desempenhar seus papéis na profissão que escolheram, o que, muitas vezes, ultrapassa os horários e turnos regulares de atuação.

Rodrigo Assmann



## Sopas E CALDOS MILLER

De segunda a sábado, a partir das 17h no Miller Cafeteria na Av. do Imigrante, 290 Santa Cruz do Sul - 3711.5867

### SABORES:

Carne com legumes;  
Frango com legumes;  
Capelletti;  
Dobradinha;  
Caldos: moranga, batatinha, milho e ervilha.

Conferir sopas disponíveis no dia.





# Pelas lentes e olhar de Luisa, o poder da mulher



Vanessa Behling  
vanessa@gazetadosul.com.br

A fotografia está presente na vida de Luisa Elena Pretzel antes mesmo de seu nascimento. Filha de Lauri Roni Pretzel, que atua há mais de 20 anos no ramo, a santa-cruzense iniciou sua trajetória na fotografia muito cedo. Incentivada pelo pai, aos 13 anos Luisa já

participava do dia a dia do estúdio, organizando itens, limpando molduras e, eventualmente, segurando a câmera para fazer fotos 3x4. “Me sentia o máximo porque era meu momento de fotografar e, claro, tudo o que eu fazia era apertar o botão, já que a máquina estava toda pronta para clicar. Inclusive, queria sugerir poses para as fotos 3x4 e não podia”, relembra a fotógrafa.

Aos 15 anos, assumiu a responsabilidade pelo estúdio infantil da família, o que, segundo ela, foi uma fase fundamental para seu crescimento profissional. “Me deu uma base sólida na fotografia de bebês, crianças e famílias.”

Com a trajetória consolidada voltada a esse público, em 2021 Luisa precisava de uma virada de chave, não somente profissional, mas também pessoal. “Houve um momento em que precisei me reencontrar. Nesse período, a fotografia se tornou um caminho para resgatar minha autoestima e minha força. E foi aí que percebi o quanto ela também poderia ser libertadora para outras mulheres.”

A partir disso, Luisa focou no público feminino. Desde então, seu propósito tem sido explorar a força feminina em todas as suas fases – da jovem que busca se reconectar com sua essência até a mulher madura que quer se redescobrir.



Santa-cruzense seguiu os passos do pai

## • LUISA E A FOTOGRAFIA

Aos 33 anos, Luisa é formada em Publicidade e Propaganda e tem pós-graduação em Fotografia, Produção e Mídia Audiovisual. Além de atuar como fotógrafa, representa a fotografia local em congressos nacionais, ao lado de colegas de profissão da região.

A grandiosidade da fotografia se revelou para Luisa através da trajetória de seu pai. “Ele não apenas registrava imagens, ele contava histórias e despertava emoções. Essa vivência no estúdio me ensinou muito sobre técnica e, principalmente, sobre o lado humano — acolher, escutar e ajudar.”

## Mães Infinitas

Em meio a uma nova fase profissional, Luisa viveu experiência pessoal que lhe deu o *start* para outro projeto. Há quatro meses nasceu sua filha, Heloísa. Com a chegada da menina, ela revela que seu olhar se expandiu para a maternidade. E, assim, lançou o projeto *Mães Infinitas*, no qual, através da fotografia, evidencia a força, a vulnerabilidade e a beleza da maternidade. “Estou vivendo na pele aquilo que sempre ouvi das minhas clientes, o que trouxe ainda mais empatia e profundidade ao meu trabalho. A ideia é mostrar que as mães carregam um poder infinito: o de gerar, nutrir e amar incondicionalmente.”

Luisa enfatiza que o projeto tem sido um sucesso. “As mulheres se sentem vistas, valorizadas e empoderadas em um momento tão profundo da vida.” Com o nascimento de sua filha, a iniciativa ganhou um significado ainda mais especial. “É claro que a Helô participa de alguns ensaios.”

A fotógrafa explica que a proposta é dar voz às mulheres através das fotografias, mostrando que ser mãe vai além do que é visto nas redes sociais. “A cada ensaio procuro criar um espaço seguro para que as mulheres possam se expressar em sua forma mais autêntica, revelando não só a maternidade idealizada, no entanto, os desafios, as cicatrizes e a essência real de ser mãe. É um processo intenso, transformador e, muitas vezes, solitário”, salienta.



Aos 33 anos, ela representa a fotografia local



Com a sua filha, Heloísa

## RESTAURANTE DO XAMPU

Jantar  
*Dia das Namoradas*

Viva intensamente essa data ao lado de quem faz seu coração bater mais forte

MÚSICA AO VIVO COM CLEBER PANKE

SOMENTE COM RESERVAS INGRESSOS LIMITADOS!

12 de Junho

BUFFET DE PIZZAS E PEIXES,  
SALADAS E SOBREMESA

VALOR: R\$55,00 POR PESSOA  
R\$ 110,00 POR CASAL

51 99714.2030 / 3715.1188

51 99573.6429





# A sorveteira que adoça gerações



Cláudia Priebe  
claudia.priebe@gazetadosul.com.br

**E**m um prédio branco, sem qualquer apelo visual, localizado na esquina das ruas Irmão Emílio e Patric J. Fairon, no Bairro Várzea, em Santa Cruz do Sul, acontecem a fabricação e comercialização de delícias que dão água na boca – e, como garantem os próprios consumidores, “têm gosto de quero mais”. O endereço abriga a lancheria e sorveteria Branca de Neve, de propriedade da aposentada Lidia Becker, 70 anos. O espaço também revela sua história de empreendedorismo, resiliência, coragem e solidariedade.

Foi em 1991, há exatos 34 anos, que o empreendimento teve origem. Desde então, Lidia tem demonstrado dedicação em tudo que se propõe a fazer e inspirado quem a conhece. Ao longo dessas mais de três décadas, enfrentou 16 enchentes, teve incalculáveis perdas materiais, mas decidiu continuar e se reerguer. E, ainda, fez pelos outros: doou, proporcionou alegria e criou memórias afetivas.

Por muitos anos, tornou mais feliz o Natal das crianças do bairro. Juntamente com o marido, Ilgo, já falecido, que se vestia de Papai Noel, distribuía bombons e picolés produzidos na sorveteria. “Era uma festa e as crianças enchiam a rua aqui em volta. Quando chegava a época do Natal, elas já sabiam que ganhariam doces”, lembra.

E foi com o envolvimento da comunidade e dos pequenos que provavam seus sorvetes que Lidia teve dois marcos importantes nos negócios. O primei-

ro, em 1993, foi a escolha do nome para a sorveteria, o que lhe permitiu fazer a inauguração oficial e iniciar, em definitivo, a produção da “marca”. “Eu pedi que as pessoas me ajudassem a escolher o nome e uma moradora do Centro sugeriu o Branca de Neve”, conta.

Mais tarde, já com o empreendimento devidamente registrado, Lidia começou a se especializar na produção. Para tanto, fez cursos em uma empresa do segmento e que fornecia os ingredientes, em Araranguá, Santa Catarina, mas precisava ir além e encontrar a textura e o ponto ideais. “Eu sabia fazer a base, mas queria a fórmula certa. Então, alguém precisava provar e me dizer se estava bom. Pedía sempre para as crianças provarem e elas iam me falando o que achavam.” Lidia fazia isso porque sabia que as crianças lhe diriam a verdade. “Crianças não mentem e elas me ajudaram a chegar no ponto certo”, comemora.

Essa fase de testes levou em torno de quatro a cinco anos, até Lidia conseguir fazer “uma fórmula que todo mundo gostasse”. Hoje, resumidamente, o preparo dos sorvetes demora dois dias. “No primeiro, cozinho as caldas por umas cinco horas e deixo descansar por 24 horas. No dia seguinte, misturo os sabores e demais ingredientes na batedeira e coloco em outra máquina. Após, fica mais um dia no freezer para adquirir consistência. A base é leite pasteurizado.” O resultado é elogiado por cada cliente que chega na sorveteria, seja pela textura, seja pelo sabor.

Ao todo, são produzidos cerca de 20 sabores – abacaxi, nata com morango, chocolate branco com peda-

ços de chocolate preto, leite condensado, creme, morango, uva, flocos, chocolate, crocante com amendoim, maracujá, abacate, *blue ice*, mil cores, menta, banana, bombom, napolitano e açaí.

Outro diferencial, além do toque caseiro de Lidia, é a adição de pedaços de fruta a alguns dos sorvetes. O mais pedido deste ano tem sido o crocante, uma combinação de amendoim caramelizado. Embora faça tudo com muito capricho e sabor, ela diz que não consome mais os sorvetes. “O meu preferido era abacaxi, mas hoje não consumo mais; de tanto cozinhar e sentir o cheiro, não tenho mais vontade de provar”, revela.

## • DE BOCA EM BOCA

A fama dos sorvetes Branca de Neve se fez, literalmente, de boca em boca. É apostando no resultado do trabalho bem feito e na propaganda dos próprios clientes que Lidia mantém seu negócio. “Todo mundo diz que não tem outro sorvete em Santa Cruz do Sul como o meu. E eu nunca fiz divulgação. Para mim, a propaganda são os fregueses que vêm aqui e no outro dia vêm de novo”, define. Nos dias em que precisa deixar o estabelecimento fechado para se dedicar ao preparo, os clientes comentam que sentem falta do seu sorvete.

Ela diz que há consumo tanto no verão quanto no inverno. No verão, a cada cinco dias, 100 litros de leite são utilizados na fabricação. Para dar conta de todo o trabalho de preparo, Lidia tem a ajuda do filho Natalício Padilha e da nora Lori. Mesmo em escala de produção reduzida, após a perda do marido, ela nem cogita a ideia de parar. “Enquanto eu puder trabalhar, vou fazer. Estou viva e isso é o mais importante.” Portanto, a oferta de sorvete está garantida e os clientes, bem servidos.



Rodrigo Assmann

DIA DOS NAMORADOS

LEVE **GRATIS** UM BRACELETE EM COMPRAS A PARTIR DE R\$599 NAS JOIAS DA PANDORA

Esmeralda



☎ 51 99666-7957 📷 ESMERALDASCS 📍 JÚLIO DE CASTILHOS 370 PANDORA





## Fonte de **energia** e imunidade

**M**andioca, macaxeira ou aipim. Seja qual for o termo, o alimento é um dos mais versáteis e presentes na mesa dos brasileiros. Cultivada nas cinco regiões do Brasil, a mandioca

se adapta em várias receitas regionais. Em pratos doces e salgados, ela pode ser vista na forma de bolos, cremes, pudins, pães, bolinhos, sopa, tapioca e outros preparos.

De origem vegetal, a mandioca

contém carboidratos, fibras, potássio e vitaminas A e C. Fonte de energia, o alimento auxilia no controle da diabetes, na saúde do intestino e da visão, além de fortalecer a imunidade, prevenir doenças e combater a artrite.



### RECEITA

Fotos: Divulgação/GS



#### Escondidinho de mandioca com carne moída

##### INGREDIENTES

- 2 colheres (sopa) de óleo
- 600 gramas de carne moída
- 1 cebola picada
- 1 dente de alho picado
- 1 tomate sem sementes em cubos
- Sal, pimenta-do-reino e cheiro-verde picado a gosto
- 1 xícara (chá) de requeijão cremoso
- 1 xícara (chá) de queijo muçarela ralado
- 5 colheres (sopa) de queijo parmesão ralado

##### PURÊ

- 500 gramas de mandioca descascada em pedaços
- 1 lata de creme de leite
- Sal, pimenta-do-reino e noz-moscada a gosto

##### MODO DE PREPARO

Para o purê, cozinhe a mandioca em água fervente com sal por 30 minutos ou até amaciar. Escorra e passe, ainda quente, pelo espremedor. Misture com o creme de leite. Tempere com sal, pimenta e noz-moscada, formando um purê e, então, reserve.

Enquanto isso, aqueça uma panela com o óleo e frite a carne por 3 minutos. Adicione a cebola e o alho e refogue por 3 minutos ou até dourar. Depois acrescente o tomate, sal, pimenta e cheiro-verde. Desligue o fogo. Despeje o refogado de carne no fundo de um refratário retangular grande, espalhe o requeijão, metade da muçarela e o purê. Cubra com a muçarela restante e o parmesão e leve ao forno médio, preaquecido, por 20 minutos ou até gratinar. Sirva em seguida.

# Happy Mother's Month!

Amor de **mãe** ou **mom**.  
Um idioma universal!

**Cod. promocional: Idioma Universal**

**100% Desconto na Matrícula**

**YÁZIGI**  
VOCÊ CIDADÃO DO MUNDO

Rua 7 de Setembro, 243 - Centro - SCS  
Telefone: (51) 3056-2727