

ALQUIMIA DE SABORES

Para já entrar no clima da primavera, que está próxima, apresentamos uma receita leve e colorida como a nova estação. E para mostrar por que Santa Cruz é o 18º município com maior número de cervejarias registradas no Ministério da Agricultura, esta edição também brinda a cerveja artesanal santa-cruzense.



CORES E sabores

A poucos dias de terminar o inverno, a primavera já mostra seus sinais. E para dar as boas vindas à nova estação, a chef Cátia Leal, professora do curso de Gastronomia da Escola Senac Santa Cruz do Sul, preparou uma massa leve e colorida que é uma explosão de sabor: camarões dourados, tomates cereja brilhantes, um toque suave de pimenta e o frescor cítrico do limão.

E os sabores do prato se equilibram em cada garfada: o camarão mantém a suculência,

os tomates estouram levemente liberando seu doce, a pimenta acrescenta um calor sutil sem dominar, e o limão traz acidez fresca que complementa o conjunto. Já o fio de azeite de qualidade, as raspas de limão e a salsinha finalizam com perfume e leveza.

Pronta para servir, essa receita é perfeita para um almoço ensolarado ou um jantar entre amigos, trazendo cor, frescor e a alegria da primavera.

Confira a receita e mãos à obra!

Farfalle ao camarão cítrico

Ingredientes

- ▶ 400 g de camarão (pré-cozido ou cru) eviscerado
- ▶ 250 g de Farfalle (macarrão gravatinha)
- ▶ 6 tomates cereja cortados ao meio
- ▶ 1 talo de salsão picadinho
- ▶ 1/2 pimenta dedo-de-moça (pode ser verde ou vermelha) picada, sem as sementes e sem a parte branca
- ▶ 6 dentes de alho bem picados
- ▶ 1 cebola pequena picada
- ▶ suco de um limão siciliano e raspas a gosto
- ▶ sal, pimenta-do-reino, azeite de oliva
- ▶ salsa picadinha



VÍDEO

Direcione a câmera de seu celular para o QR-Code para assistir ao vídeo da receita com a chef Cátia Leal



Fotos: Samara Santos

Modo de fazer

Inicie colocando água numa panela para ferver para o cozimento do macarrão. Numa frigideira aquecida, coloque um pouco de azeite de oliva e depois acrescente os camarões para dar uma salteada. O tempo de cozimento é rápido e vai depender da escolha do camarão, se pré-cozido ou cru. Quando começar a alterar a cor, colocar um pouco de sal e pimenta-do-reino. Retire do fogo e reserve.

Neste momento, você pode colocar a massa para cozer na água fervente, que deve estar temperada com sal. O tempo de cozimento é o tempo que será gasto na preparação do molho de camarão.

Na mesma frigideira, que deve estar quente, coloque mais azeite de oliva, o alho picado e frite-o até murchar sem deixar queimar. Acrescente a cebola, continue mexendo e, quando murchar, adicione um pouco de sal e pimenta-do-reino. Junte o talo de salsão e a pimenta.

Refogue mais um pouco para liberar todos os sabores. Entre com o suco do limão e mexa para incorporar bem aos outros ingredientes. Coloque meia conchada da água do cozimento da massa, misture e então deixe reduzir um pouco.

Acrescente os tomates e refogue até que soltem um pouco mais de umidade ao preparo, mas sem deixá-los se desmanchar. Volte com os camarões, misture e acerte o sal. Acrescente a massa cozida e, se for preciso, mais um pouco de água da massa. Misture tudo com delicadeza e finalize com salsa picadinha, raspas de limão e azeite de oliva.

Dicas

Você pode substituir o camarão por cubos de salmão ou de tilápia grelhados. Sirva acompanhado de vinho branco seco ou espumante. A combinação é perfeita.

CURSO DE
**TÉCNICAS
CULINÁRIAS**
DA COZINHA PROFISSIONAL - 300II



Escola de Ensino Médio e Técnico
Senac Santa Cruz
Rua Venâncio Aires, 300
(51) 3376-6025
(51) 99210-5036

Matrículas abertas:
senacrs.com.br/santacruz

Senac Fecomércio IFEP Sesc Sindicatos Empresariais



Nutricionista,

CUIDADO QUE GERA MAIS PRODUTIVIDADE

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), uma alimentação equilibrada é capaz de aumentar a produtividade e reduzir em até 20% o absenteísmo, diminuindo os custos com saúde ocupacional nas empresas. Em paralelo, pesquisas da Organização Internacional do Trabalho (OIT) indicam que um aumento de apenas 1% no consumo calórico e na qualidade nutricional dos trabalhadores pode resultar em até 2,27% de ganho em produtividade. Isso mostra que os efeitos da alimentação saudável ultrapassam a esfera individual e repercutem diretamente nos resultados corporativos.

Esses dados são especialmente relevantes diante do crescimento de doenças como obesidade, hipertensão e diabetes, que representam, hoje, uma parcela expressiva dos custos empresariais com planos de saúde e afastamentos médicos. Por isso, a alimentação corporativa tem sido vista como recurso estratégico. Ao promover saúde, prevenir doenças e melhorar a qualidade de vida, ela amplia o engajamento, a eficiência e o desempenho das equipes em um mercado cada vez mais competi-

tivo, no qual o capital humano é considerado o principal diferencial.

Diante desse cenário, o papel dos nutricionistas que atuam em empresas de fornecimento de alimentação coletiva, como a Refeições Ao Ponto, tem se tornado fundamental para a melhora dos indicadores de saúde, da produtividade e do bem-estar nas empresas. São esses profissionais que planejam cardápios equilibrados e adaptados às necessidades nutricionais, orçamentárias e operacionais, além de conduzirem diagnósticos alimentares, campanhas de educação nutricional e estratégias para incentivar hábitos mais saudáveis.

Ao aliar conhecimento técnico a uma visão estratégica, eles colaboram diretamente para o aumento da disposição física e mental dos colaboradores, tornando-se peças-chave para empresas que buscam ambientes mais humanos, sustentáveis e produtivos. Por isso, o Dia do Nutricionista é mais do que uma data simbólica: é o reconhecimento da relevância do trabalho desses profissionais e a reflexão sobre a importância de políticas corporativas que integrem saúde, bem-estar e desempenho organizacional por meio da alimentação saudável.

A origem do Dia do Nutricionista



Neste domingo, 31, comemora-se o Dia do Nutricionista. A origem da data remonta ao ano de 1949, quando foi criada a Associação Brasileira de Nutricionistas (ABN) – hoje Associação Brasileira de Nutrição (Asbran).

O primeiro curso de Nutrição foi criado em 1939 e tinha a duração de um ano. Em 1966, esse tempo destinado à formação foi ampliado para três anos. A duração atual de quatro anos foi estabelecida, em 1972, pelo Ministério da Educação. Já a criação dos conselhos federais e regionais aconteceu em 1978.

Ao estudar as características dos alimentos e orientar as pessoas em relação ao modo de se alimentar, esses profissionais são imprescindíveis para a melhora e a manutenção da saúde. O acompanhamento nutricional pode ser feito para o combate a doenças, a reabilitação, o emagrecimento, o ganho de massa muscular e o acompanhamento de gestantes, entre outras funções.

Fonte: <https://mundoeducacao.uol.com.br/>



Uma das demonstrações de buffet da Refeições Ao Ponto preparado para alimentação corporativa

Alimentar vai além de nutrir:

é cuidar de pessoas, cultivar saúde e transformar a alimentação em um gesto de carinho e equilíbrio.

Feliz Dia do Nutricionista!

Ao Ponto

Refeições coletivas | Refeições transportadas | Administração de restaurantes
Projetos personalizados | aoponto.com.br | @refeicoesaoponto

RECEITAS

Bolo de mel da Ilha da Madeira

Com aroma de especiarias e o toque doce do melado, este bolo é a escolha perfeita para aquecer os dias frios com muito sabor e afeto. Vai muito bem acompanhado de um chocolate quente ou café com leite.

Ingredientes

- ▶ 250 gramas de manteiga ou margarina sem sal
- ▶ 3 xícaras (chá) de açúcar
- ▶ 8 gemas
- ▶ 1 noz-moscada ralada
- ▶ 2 colheres (sopa) de canela em pó
- ▶ raspas de 1 limão
- ▶ 600 ml de melado de cana
- ▶ 1 xícara (chá) de leite
- ▶ 1 quilo de farinha de trigo
- ▶ 250 gramas de nozes picadas
- ▶ 250 gramas de uvas-passas sem sementes
- ▶ 250 gramas de frutas cristalizadas
- ▶ 8 claras em neve
- ▶ 1 colher (sopa) de bicarbonato de sódio

Fotos: Divulgação/GS



Preparo: bata a manteiga com o açúcar até ficar bem cremoso. Junte as gemas uma a uma, batendo até esbranquiçar. Adicione a noz-moscada, a canela, as raspas de limão e o melado e bata mais. Aos poucos, acrescente a farinha e continue batendo até a massa ficar mais firme – se não couber em sua batedeira, incorpore manualmente. Sem bater, apenas misturando, adicione as frutas, o bicarbonato de sódio e a clara em neve. Espalhe a massa em forma retangular (30 x 40) untada e enfarinhada. Asse em forno preaquecido (200 graus) por aproximadamente 50 minutos, ou até que enfiaando palito este saia limpo.

Dica: se quiser, asse a massa em várias fôrmas menores.

Panquecas de abobrinha

Leves, saborosas e fáceis de preparar, elas vão conquistar seu paladar e deixar sua refeição muito mais especial.

Ingredientes

- ▶ 1 e 1/2 xícara (chá) de abobrinha ralada
- ▶ 1 ovo batido
- ▶ 2 colheres (sopa) de cebola picada
- ▶ 1 colher (sopa) de maionese
- ▶ 1/2 xícara (chá) de farinha de trigo
- ▶ 1/2 xícara (chá) de queijo tipo parmesão ralado
- ▶ 1/2 colher (chá) de orégano
- ▶ sal e pimenta a gosto



Preparo

No liquidificador, bata ligeiramente a abobrinha, ovo, cebola e maionese. Acrescente a farinha, o queijo, o orégano, o sal e a pimenta e bata novamente. Numa frigideira com azeite, coloque porções da massa e gire de modo a cobrir todo o fundo. Frite até dourar um lado. Vire a panqueca para que frite e doure por igual. Sirva a seguir.

Vocação cervejeira

Em terra de Oktoberfest, não é novidade o apreço por chope e cerveja artesanal. Pois a vocação cervejeira de Santa Cruz do Sul foi reforçada no mês de agosto, com a divulgação feita pelo Ministério da Agricultura e Pecuária (Mapa) do Anuário da Cerveja 2025, em parceria com o Sindicato Nacional da Indústria da Cerveja (Sindicerv). Pela primeira vez, o município ingressou na lista de cidades brasileiras com maior número de cervejarias.

O relatório mostra que Santa Cruz possui 11 estabelecimentos do segmento registrados junto ao órgão federal. É o 18º lugar da lista, empatado com Florianópolis, capital de Santa Catarina. Já entre as cidades gaúchas fica em terceiro, atrás de Porto Alegre e de Caxias do Sul.

Em 2024, segundo informado pelo Mapa, cinco novos estabelecimentos foram registrados no município, o equivalente a um aumento de 83,3%. O Anuário inclui como cervejaria todo estabelecimento registrado como produtor ou fabricante, padronizador, envasador ou engarrafador, atacadista, exportador ou importador, que possua instalações, equipamentos e capacidade técnica adequados para a execução dessa atividade.



NUTRIR É POESIA
QUE SE SERVE NO PRATO
E ALIMENTA O CORAÇÃO.

31/08 - DIA DO NUTRICIONISTA

Uma homenagem do **Grupo Prato Feito** a todos os nutricionistas que se dedicam diariamente, transformando conhecimento em bem-estar.

grupo prato feito
gastronomia e facilities

HEILIGE

Cada copo de Heilige tem uma história. Fundada em 2010, em Santa Cruz do Sul, a Heilige nasceu para criar cervejas que combinam qualidade, criatividade e identidade local. O nome, que significa “santo” em alemão, é uma homenagem à cidade e reforça sua conexão com a tradição cervejeira.

Ao longo dos anos, a Heilige conquistou reconhecimento nacional e internacional, sendo eleita a Melhor Cervejaria da América do Sul pela South Beer Cup e a Segunda Melhor do Brasil pelo Festival Brasileiro da Cerveja. São premiações importantes. Todavia, a maior conquista da cervejaria é continuar brindando com seus clientes.

Com uma ampla linha de estilos – das clássicas Pilsen, Weiss e Red Ale às mais intensas APA e German IPA, além de sazonais que surpreendem a cada edição – a Heilige oferece cervejas para todos os momentos. Seja em garrafa, lata, long neck ou growler, cada gole traz a essência de sua história: unir pessoas e servir experiências singulares.



Fotos: Divulgação/GS

Onde encontrar:

A **Cervejaria Heilige** está localizada na Rua Venâncio Aires, 1449, e tem atendimento de segunda a sexta, das 8 horas ao meio-dia e das 13h30 às 18 horas. O telefone é (51) 98115 5971. Novidades podem ser conferidas nas redes sociais, em @cervejariaheilige, ou no site <https://heilige.com.br/store/>. Já a **Heilige Express** – Chopeira para eventos fica na Avenida do Imigrante, 440, e atende de segunda a sexta, das 9 horas ao meio-dia e das 13h30 às 19 horas, e aos sábados, das 9 às 17 horas. O fone de contato é o (51) 98354 0123. Novidades nas redes sociais, em @heiligeexpresssantacruz.

HERMOSA

A cervejaria artesanal Hermosa Beer Company surgiu em 2024, com o propósito de levar aos consumidores uma experiência sensorial única, explorando ao máximo os sabores e aromas. Produz somente cervejas não pasteurizadas, em pequenos lotes, o que garante frescor e qualidade excepcionais.

A Hermosa também se diferencia por trabalhar com estilos de linha e por trazer periodicamente rótulos novos que, além de surpreender os clientes, também aguçam o paladar. As cervejas são disponibilizadas em latas, growlers e delivery de barril. Em seu portfólio está desde a tradicional Pilsen até IPAs super aromáticas.

Outra proposta é a busca constante por tendências e estilos inovadores do universo cervejeiro, frequentemente encontrados nos grandes centros, mas raros em Santa Cruz. Esse esforço para sair do óbvio, explorar novos caminhos e oferecer mais variedade e autenticidade em cada gole, deu uma importante conquista para a Hermosa: a medalha de ouro na categoria American Amber Ale, na Brasil Beer Cup 2025.



Onde encontrar:

A **Hermosa Beer Company**, com sua loja de fábrica, fica na Rua Leopoldo Paulo Seidl, 55, em Linha Santa Cruz. Os pedidos podem ser feitos pelo telefone (51) 99843 5446 ou ainda pelo Instagram @hermosabeerco. O email é contato@hermosa.beer.

HELLEN

Descubra o sabor que conquista: chopp Hellen.

Em cada gole de um chopp Hellen, você sente mais do que sabor, você vive uma experiência.

A marca nasceu há oito anos, da paixão por cervejas de qualidade, feitas com ingredientes selecionados e um processo rigoroso que garante pureza, frescor e personalidade. Não é à toa que a Hellen vem se tornando o preferido entre os apreciadores de um bom chopp.

Seu carro-chefe é a clássica Pilsen, leve, dourada e refrescante, com o equilíbrio ideal entre malte e lúpulo. É o chopp perfeito para momentos de descontração e celebração. Harmoniza maravilhosamente com petiscos, carnes grelhadas, queijos leves e até frutos do mar, realçando sabores sem sobrepôr.

Seja no bar com os amigos ou em casa com a família, escolha qualidade, escolha tradição, escolha sabor: escolha chopp Hellen. Afinal, quem prova, prefere.



Onde encontrar:

A **Cervejaria Hellen** fica na Rua 28 de Setembro, 975, em Santa Cruz. Os pedidos podem ser feitos pelo telefone (51) 3121 3331, pelo Instagram (QR Code ao lado) ou ainda pelo WhatsApp (51) 3121 3331.



PROEZA

Para a Cervejaria Proeza, toda ocasião merece ser celebrada com chope artesanal de qualidade. Por isso, leva seus estilos para eventos, aniversários, casamentos e confraternizações, oferecendo os barris tradicionais e as práticas opções em PET de um e dois litros. Além disso, a locação da sua chopeira é gratuita, o que garante mais praticidade para os clientes aproveitarem o chope sem preocupações.

Sua variedade, que agrada a todos os gostos, inclui Pilsen, IPA, Red Ale, Abacaxi, Vinho, Bergamota, Wheatwine, Weiss, Oktober e Export. É por isso que, seja em uma festa intimista ou em uma grande celebração, a Proeza entrega sabor, qualidade e conveniência. Afinal, qualquer ocasião combina melhor quando tem o chope Proeza. Do grão ao copo, cada detalhe da produção carrega dedicação, qualidade e paixão por fazer.



Onde encontrar:

A fábrica e a loja física da **Proeza Bier** estão localizadas na Avenida do Imigrante, 455. O atendimento é prestado de segunda a sexta, das 8h30 ao meio-dia e das 13h30 às 18 horas, e aos sábados, das 8 horas ao meio-dia. O telefone e o WhatsApp para fazer pedidos ou tirar dúvidas é o (51) 98145 0420. Informações sobre novidades podem ser conferidas nas redes sociais, em @proezabier.

