

Flores mais Frescas

Para prolongar a vida das flores que acabou de comprar ou ganhar, não esqueça de eliminar todas as folhas do caule antes de colocá-las na água. Isso evita que elas apodreçam.

Batons claros e rosados na boca para o verão... mas isso não é motivo para deixar os olhos de lado, nos olhos uma sombra em tom pastel, alaranjado ou bege, são a última pedida da estação.

SALADA FRIA

Ingredientes:

01 peito de frango
01 cebola
01 maçã picada sem casca
01 colher (sopa) de suco de limão
02 cenouras
01 lata de ervilha escorrida
01 lata de milho verde escorrido
0100 gramas de azeitonas verdes
01 maço de cheiros-verdes
02 xícaras (chá) de maionese
sal a gosto
200 g de batata palha

Modo de fazer:

Cozinhe o frango com água e sal, escorra, desfie e reserve. Pique a cebola, o pimentão e a maçã sem casca em cubinhos. Junte-os ao frango. Regue com o suco de limão e misture. Rale a cenoura no ralo grosso e coloque-a na saladeira. Acrescente a ervilha, o milho, a azeitona picada e o cheiro-verde picado. Mexa e adicione a maionese. Misture delicadamente e verifique o sal. Espalhe a batata palha pela superfície e decore com alface e tomate-cereja.