LOMBO AO LEITE

Ingredientes

Lombo de porco de 1 kg (aproximadamente)/Alecrim/Salvia/Alho em pasta ou picado/Pimenta do reino/Sal/Azeite extra virgem extra/1 l de leite integral
Sal/Pão italiano.

Modo de preparo

Limpar o lombo do eventual excesso de gordura, temperá-lo com a as ervas frescas (pode usar também as desidratadas, mas as frescas garantem gosto mais intenso) trituradas com uma faca afiada
Junte o alho picado o sal e a pimenta do reino e espalme o composto no lombo em sua totalidade.
Esquente o azeite em uma ampla panela e deixe o lombo fritar até ficar bem corado.
Acrescente todo o leite e deixe cozinhar por uma hora em fogo médio baixo e com a penela tampada
Verificar de tempo em tempo que o líquido não se seque.
Se no final de uma hora o molho estiver ainda muito liquido deixe a panela destampada por mais 10 minutos.
O molho deve resultar mediamente grosso.
Fatie o lombo e sirva nos pratos onde colocarás fina sfatias de pao italiano torrado e cobertas pelo molho do lombo.
Pode ser acompanhado maravilhosamente por ervilhas ou espinafre cozidos.

BIFE DE CARNIÇA

Ingredientes

200 g de bife de contrafilet ou alcatra/4 colheres de sopa de óleo/2 colheres de sopa de extrato de tomate
2 colheres de chá de alecrim/Orégano a gosto/Sal a gosto/1 colher de manteiga.

Modo de preparo

Tempere o bife com sal.
Em uma frigideira funda (ainda sem fogo), ponha o bife e despeje o óleo em cima, ponha o extrato em cima, distribua a manteiga, ascenda o fogo.
A partir que for fritando, acrescente o alecrim e o orégano.
Frite até dar a aparência de queimado e virar um molho (o bife não vai queimar, só da aparência de queimado).
E está pronto o bife de carniça.
Sirva com arroz ou pão.
E um vinho seco tinto ou branco.

QUENTÃO DE VINHO

Ingredientes

2 l de vinho tinto suave/1 copo de água 200 ml/Meio copo de cachaça/1 1/2 copo de açúcar/2 pauzinhos de canela/12 cravos (ou a gosto)/8 rodelinhas de gengibre (ou a gosto).

Modo de preparo

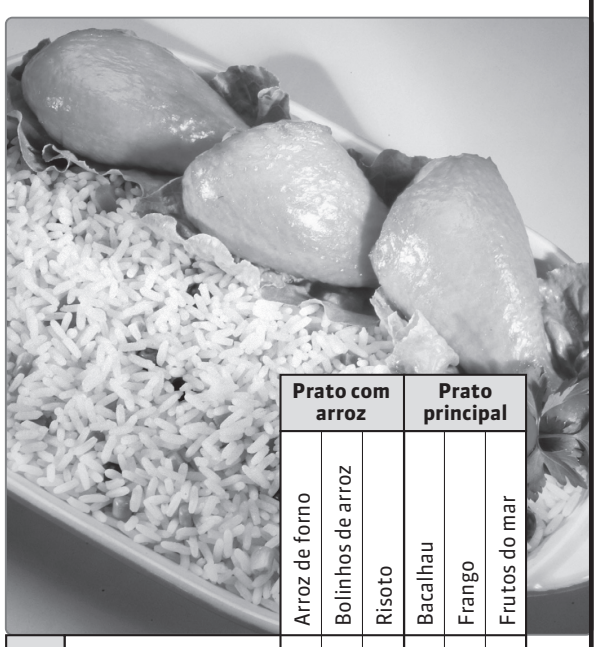
Misture todos os ingredientes ao fogo em uma panela.
Depois que levantar fervura, deixe por mais 10 minutos.
Está pronto é só servir.
Tomar a bebida quente.

PROBLEMAS DE LÓGICA

www.coquetel.com.br © Revistas COQUETEL

Resolva o passatempo, preenchendo o quadro. Coloque S (Sim) em todas as afirmações e complete com N (Não) os quadrinhos restantes (veja o exemplo). Para isso, use sempre a lógica.

Delícias com arroz



Apesar de não ser o prato principal nas refeições, o arroz está sempre presente em nossas mesas. Hoje, Rosana e outras duas mulheres resolveram caprichar nesse cereal para o almoço. Considerando as dicas, descubra o nome de cada mulher, como preparou tal iguaria e qual foi o prato principal.

1. Uma das mulheres preparou risoto e frutos do mar.
2. Talita fez bolinhos de arroz para o almoço.
3. O prato principal no almoço de Márcia foi bacalhau.

		Prato com arroz			Prato principal		
		Arroz de forno	Bolinhos de arroz	Risoto	Bacalhau	Frango	Frutos do mar
Nome	Márcia						
	Rosana						
	Talita						
Prato principal	Bacalhau			N			
	Frango			N			
	Frutos do mar	N	N	S			

Nome	Prato com arroz	Prato principal

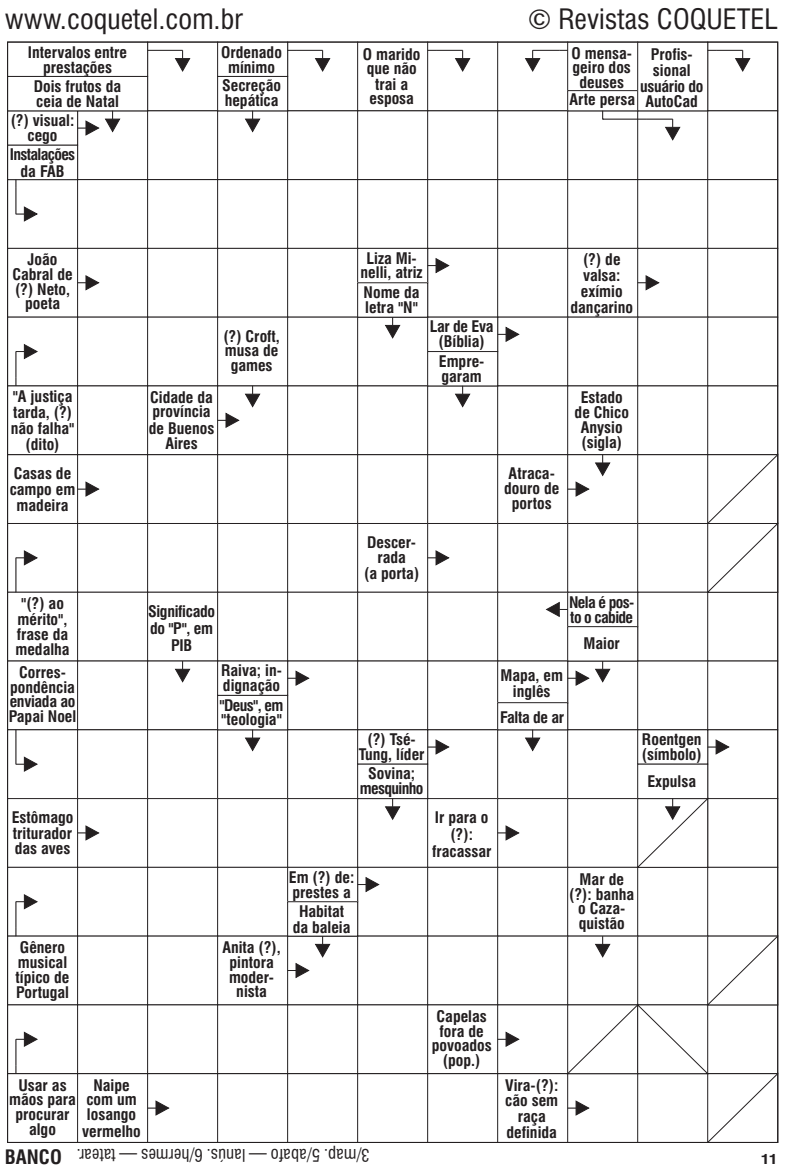
6

Solução

Nome	Prato com arroz	Prato principal
Márcia	Arroz de forno	Frutos do mar
Rosana	Risoto	Frango
Talita	Bolinhos de arroz	Bacalhau

PALAVRAS CRUZADAS DIRETAS

www.coquetel.com.br © Revistas COQUETEL



BANCO 3/map. 5/abafo — lanús. 6/hermes — tatear.

11

Solução

T	A	T	E	A	R	O	R	A	D	A	S			
R	U		M	A	L	F	A	T	T	I				
F	A	D	O		V	I	A		E	E				
M	O	E	L	A		B	R	E	J	O				
C	A	R	T	A		M	A	O		R				
	T	P		I	R	A		M	A	P				
	E		A	R	A	R	A		I	E				
H	O	N	R	A		A	B	E	R	T	A			
	C	H	A	L	E	S		C	A	I	S			
	S		L	A	N	U	S		Ç	H				
M	A	S		S	E		E	D	E	N				
	M	E	L	O		L	M		P	E				
B	A	S	E	S	A	E	R	E	A	S				
	D	E	F	I	C	I	E	N	T	E				
D				F	H		P		M					

ESTADO DO RIO DE JANEIRO

Câmara Municipal de Nova Iguaçu

ATOS OFICIAIS

Decreto Legislativo n°: 2.011 de 24 de junho de 2026

Concede a Medalha de Mérito Comendador Soares, acompanhada de Diploma, ao senhor Luís Eduardo Lopes da Costa.

Autor: Vereador Igor Porto Gavazzi – IGOR PORTO

FAÇO SABER QUE A CÂMARA MUNICIPAL DE NOVA IGUAÇU-RJ, POR SEUS REPRESENTANTES LEGAIS, APROVOU E EU PROMULGO O SEGUINTE DECRETO LEGISLATIVO

Art.1° Fica concedida a Medalha de Mérito Comendador Soares, acompanhada de Diploma, ao senhor Luís Eduardo Lopes da Costa, pelos relevantes serviços prestados à sociedade Iguaçuana.

Art.2° O presente Decreto Legislativo entra em vigor na data de publicação.

Câmara Municipal de Nova Iguaçu, 24 de junho de 2026

MARCIO LUÍS MARQUES GUIMARÃES
Presidente da Câmara Municipal de Nova Iguaçu

Decreto Legislativo n°: 2.012 de 24 de junho de 2026

Concede a Medalha de Mérito Comendador Soares ao deputado federal Marcos Paulo Barbosa Tavares.

Autor: Vereador Elton Cristo da Silva – ELTON CRISTO
FAÇO SABER QUE A CÂMARA MUNICIPAL DE NOVA IGUAÇU-RJ, POR SEUS REPRESENTANTES LEGAIS, APROVOU E EU PROMULGO O SEGUINTE DECRETO LEGISLATIVO

Art. 1º Fica concedida a Medalha de Mérito Comendador Soares, acompanhada de Diploma, ao deputado federal Marcos Paulo Barbosa Tavares, em reconhecimento aos relevantes serviços prestados ao Estado do Rio de Janeiro e à Cidade de Nova Iguaçu-RJ.

Art. 2º O presente Decreto Legislativo entra em vigor na data de sua publicação.

Câmara Municipal de Nova Iguaçu, 24 de junho de 2026

MARCIO LUÍS MARQUES GUIMARÃES
Presidente da Câmara Municipal de Nova Iguaçu

Decreto Legislativo n°: 2.013 de 24 de junho de 2026

Concede o Título Honorífico de Cidadania Iguaçuana ao coronel PM Roberto Christiano Dantas.

Autor: Vereador Mauricio Morais Lopes – MAURICIO MORAIS

FAÇO SABER QUE A CÂMARA MUNICIPAL DE NOVA IGUAÇU-RJ, POR SEUS REPRESENTANTES LEGAIS, APROVOU E EU PROMULGO O SEGUINTE DECRETO LEGISLATIVO

Art. 1° Fica concedido o Título Honorífico de Cidadania Iguaçuana ao coronel PM Roberto Christiano Dantas, em reconhecimento aos relevantes serviços prestados para a Cidade de Nova Iguaçu-RJ.

Art. 2° O presente Decreto Legislativo entra em vigor na data de sua publicação.

Câmara Municipal de Nova Iguaçu, 23 de junho de 2026

MARCIO LUÍS MARQUES GUIMARÃES
Presidente da Câmara Municipal de Nova Iguaçu

Decreto Legislativo n°: 2.014 de 24 de junho de 2026

Concede o Título Honorífico de Cidadania Iguaçuana ao deputado federal Marcos Paulo Barbosa Tavares.

Autor: Vereador Elton Cristo da Silva – ELTON CRISTO

FAÇO SABER QUE A CÂMARA MUNICIPAL DE NOVA IGUAÇU-RJ, POR SEUS REPRESENTANTES LEGAIS, APROVOU E EU PROMULGO O SEGUINTE DECRETO LEGISLATIVO

Art. 1º Fica concedido o Título Honorífico de Cidadania Iguaçuana ao deputado federal Marcos Paulo Barbosa Tavares, em reconhecimento aos relevantes serviços prestados à sociedade e à população de Nova Iguaçu-RJ.

Art. 2º Este Decreto entra em vigor na data de sua publicação.

Câmara Municipal de Nova Iguaçu, 24 de junho de 2026

MARCIO LUÍS MARQUES GUIMARÃES
Presidente da Câmara Municipal de Nova Iguaçu

Decreto Legislativo n°: 2.015 de 24 de junho de 2026

Concede a Medalha de Mérito Comendador Soares, acompanhada de Diploma, ao senhor Douglas Ruas dos Santos.

Autor: Vereador Thadeu Alves Fernandes - THADEU DO MARCOS FERNANDES
FAÇO SABER QUE A CÂMARA MUNICIPAL DE NOVA IGUAÇU-RJ, POR SEUS REPRESENTANTES LEGAIS, APROVOU E EU PROMULGO O SEGUINTE DECRETO LEGISLATIVO

Art. 1º Fica concedida a Medalha de Mérito Comendador Soares, acompanhada de Diploma, ao senhor Douglas Ruas dos Santos, em reconhecimento aos relevantes serviços prestados ao Estado do Rio de Janeiro e à sua contribuição para o desenvolvimento regional e fortalecimento das políticas públicas.

Art. 2º Este Decreto Legislativo entrará em vigor na data de sua publicação.

Câmara Municipal de Nova Iguaçu, 24 de junho de 2026

MARCIO LUÍS MARQUES GUIMARÃES
Presidente da Câmara Municipal de Nova Iguaçu

Decreto Legislativo n°: 2.016 de 24 de junho de 2026

Concede a Medalha de Mérito Comendador Soares, acompanhada de Diploma, ao senhor Pedro Henrique da Silva Fernandes de Oliveira.

Autor: Vereador Thadeu Alves Fernandes - THADEU DO MARCOS FERNANDES
FAÇO SABER QUE A CÂMARA MUNICIPAL DE NOVA IGUAÇU-RJ, POR SEUS REPRESENTANTES LEGAIS, APROVOU E EU PROMULGO O SEGUINTE DECRETO LEGISLATIVO

Art. 1º Fica concedida a Medalha de Mérito Comendador Soares, acompanhada de Diploma, ao senhor Pedro Henrique da Silva Fernandes de Oliveira, em reconhecimento aos relevantes serviços prestados ao Estado do Rio de Janeiro e à sua contribuição para o desenvolvimento urbano e fortalecimento da infraestrutura dos municípios fluminenses.

Arte. 2º Este Decreto Legislativo entra em vigor na data de sua publicação.

Câmara Municipal de Nova Iguaçu, 24 de junho de 2026

MARCIO LUÍS MARQUES GUIMARÃES
Presidente da Câmara Municipal de Nova Iguaçu