

todos os jogos de azar - jandlglass.org

Autor: jandlglass.org Palavras-chave: todos os jogos de azar

Como usar uma côtea de alface inteira antes que ela azedgue - por favor, nenhuma salada

Estamos falando sobre o uso de calor aqui, porque a alface crusera é *tudo* sobre saladas (a menos que você use as folhas para embrulhar carne moída ou cogumelos, o que também é uma ótima ideia). Fricasser é um ótimo lugar para começar, diz Farokh Talati, chef-executivo no St John Bread and Wine Londres. Corte a alface ao meio pelo tronco e tempere, e coloque uma tija de ferro fundido no aquecedor. "Se estivesse fazendo isso no restaurante", diz Talati, "eu usaria banha de vaca, mas você pode fritar bacon azeite vegetal, então retire-o e use a gordura restante na panela; ou, para vegetarianos, use só azeite de oliva." Uma vez que a gordura esteja fumegando, coloque a alface, lado cortado para baixo, cozinhe até ficar muito caído - "Estamos falando *escuro*" - então retire da panela. Talati então fritaria cogumelos castanhos ou rins cozidos e bacon defumado, antes de retornar a alface à panela com um pouco de caldo de galinha ou caldo de cogumelo seco, e talvez um pouco de alecrim esmagado e alho picado. Cubra, aqueça até ter "uma linda salsa rica", e termine com umas gotas de vinagre balsâmico ou vinagre de xerez.

Para um leve choque do queimador, Olly Oakley, chef-executivo no Harcourt Arms Oxfordshire, grelha a alface inteira. "Isso termina com um meio quente, suave, centro quente", diz ele, tornando-o ideal para servir com uma versão do tipo caesar ou manteiga de anchovia, mais um trespassado de pangrattato para "esquentar as coisas". Alternativamente, Talati adiciona, frote alface fatias com azeite de oliva extra-virgem e harissa. "Trabalhe-os nas folhas, então coloque-os no queimador e cozinhe, virando todo os três minutos, até aquecer". Transfira para uma bandeja e "repouse o resto que você está grelhando, seja que sejam salsichas, costeletas de porco ou bife, sobre a alface, de modo que todos os sucos de descanso gotem para fora."

A alface é um ótimo transportador de sabor, então marinar (em azeite de oliva, limão e manjerona, Oakley sugere) e assar é outra jogada boa, assim como fritar. Em seu livro *Tenderheart*, Hetty McKinnon corta um coração de alface pedaços, cozinha-os um wok quente com óleo e alho e alho picados, depois cobre com água-de-mel, óleo de gergelim e um pouco de condimento. "Quando a alface é fritada, ela se encolhe, mas mantém a textura e crucificação", ela diz, "então é ideal para comer com arroz."

Em seguida, havia sopa de alface, que pode ser feita com ervilhas ou batatas, e definitivamente um saco cheio de ervas claras macias. Para o meu dinheiro, no entanto, Rachel Roddy do *Feast* tem a ideia certa ao encher folhas de alface abobrinha cozidas com uma mistura de ovo batido, pão ralado, parmesão, alho, nozes e salsa picada de peregrino e marjorana, seguida, amarrando as parcelas com pinos de dente e cozendo-as caldo vegetal.

Finalmente, as batatas não querem ser o jogo da gratinada, então dê a alface uma chance também. Tom Hunt, colunista do *Guardian*, sugere reduzir 150 ml cada de caldo e creme duplo pela metade. Enquanto isso, deixe o óleo uma frigideira, adicione os ovos picados, alho picado, alface fatias, fatias e manteiga e solte-os até que a alface fique molhada. Espalhe o queijo parmesão picado e coloque sob um ferro quente até ficar fofo e bulburinho. Isso vai te dar um gole de salada a qualquer dia.

"O trabalho de parentalidade é essencial não só para a saúde das crianças, mas também da sociedade", escreve o cirurgião-geral dos EUA Dr Vivek Murthy. Ele próprio um pai com 47 anos e dois filhos: "Sabemos que os pais estão diretamente ligados ao bem estar do filho". De acordo com o conselho, os pais estão sobrecarregados e também passam uma grande

quantidade de horas creche. "As demandas tanto do trabalho quanto da assistência à criança chegaram ao custo dos tempos qualitativo para um parceiro: sono ou lazer parental", diz a declaração consultiva
skip promoção newsletter passado

Informações do documento:

Autor: jandlglass.org

Assunto: todos os jogos de azar

Palavras-chave: **todos os jogos de azar - jandlglass.org**

Data de lançamento de: 2024-11-29