

Para mim, um bom salada é tudo sobre o equilíbrio. É necessário algo crocante, algo cremoso, algo com um toque de acidez e algo um pouco doce. Esta receita atinge todas essas notas. Se puder, use uma mistura de sementes, cada uma das quais trará sua própria coisa para a festa. Se quiser torná-lo mais filling, adicione alguns croûtons grosseiramente partidos ao mix.

Salada de blackberry, feta e sementes

Preparo **10 min**

Cozer **5 min**

Sirve **4**

150g de blackberries

2 colheres (sopa) de vinagre de vinho tinto

2 colheres (sopa) de sementes grandes, como abóboras e girassóis

1 colher (sopa) de sementes pequenas, como gergelim e pepitas de abóbora

½ colher (chá) de feno-grego pó

Sal marinho e pimenta-preta

1 colher (chá) de mostarda de Dijon

1 colher (sopa) de mel

3 colheres (sopa) de azeite de oliva extra-virgem

1 rabanete (aproximadamente 230g), limpo e finamente cortado

120g de roquete selvagem

½ ramo de hortelã-rússa, folhas picadas e cortadas

100g de feta, ou queijo de cabra

Coloque as blackberries em um pequeno tigela e misture com o vinagre. Torra as sementes grandes em uma pequena frigideira seca a fogo médio até ficarem levemente douradas; perto do fim, adicione as sementes pequenas e o feno-grego moído. Adicione uma pitada de sal marinho, então retire a frigideira do fogo e deixe esfriar.

Em um tigela grande para salada, bata a mostarda, o mel e o azeite, adicione muito generosas pitadas de sal marinho e pimenta-preta fresca e misture até ficar suave e combinado.

Experimente esta receita e muitas outras na nova aplicativo Feast: digitalize ou clique aqui para sua versão de teste gratuito.

Quando estiver pronto para servir, misture suavemente o rabanete cortado ao molho mostard

Família real britânica divulga mensagem de aniversário para o príncipe Harry

A família real britânica divulgou publicamente seus parabéns ao príncipe Harry, seu primeiro mensagem desde 2024, marcando o aniversário dele completar 40 anos.

Uma postagem foi compartilhada no X e Instagram com a mensagem: "Desejando um feliz 40º aniversário a Sua Alteza Real, o Duque de Sussex!"

A postagem foi acompanhada por uma imagem de Harry sorrindo e um emoji de bolo de aniversário.

Uma hora depois, a postagem foi compartilhada pelo príncipe William e Catherine, Princesa de Gales, que adicionaram sua própria mensagem: "Desejando um Feliz 40º Aniversário ao Duque de Sussex!"

Os parabéns públicos podem vir como uma surpresa, considerando que Harry é conhecido por estar distanciado de seu irmão e ter relações difíceis com seu pai, o Rei Carlos III.

INSCREVA-SE GRATUITAMENTE NA NOSTRA NEWSLETTER REALE

- Inscreva-se na Newsletter Real da , um boletim semanal que lhe traz as últimas notícias sobre a família real britânica, o que eles estão fazendo público e o que está acontecendo por trás das paredes do palácio.

O príncipe Harry e a Duquesa de Sussex vivem na Califórnia desde 2024, após terem renunciado à sua posição como membros ativos da monarquia britânica.

Desde então, as relações têm sido tensas, particular relação ao lançamento do livro de memórias de Harry 'Spare', que além de outras bombas revelou que Harry chamou William de "arqui-inimigo" e alegou ter sido atacado por ele.

As interações entre Harry e outros membros seniores da realeza têm sido escassas: Harry visitou Carlos após o diagnóstico de câncer do Rei no início deste ano, mas passou apenas 45 minutos sua companhia. Ele também retornou brevemente a Londres para comemorar o 10º aniversário de seus Jogos Invictus, mas não viu nenhum dos Windsors durante a visita rápida.

Harry é suposto estar celebrando seu 40º com a Duquesa de Sussex e seus filhos, o Príncipe Archie e a Princesa Lilibet. Ele então é suposto estar fazendo uma viagem com amigos próximos.

Nesta semana, Harry disse à um comunicado que estava "emocionado" com o marco, contraste com seu aniversário de 30 anos, quando se sentiu "ansioso". Ele continuou: "A minha missão é continuar comparecendo e fazendo o bem no mundo, a qualquer idade."

O duque também abordou como a paternidade o mudou, dizendo: "Ser pai é uma das maiores alegrias da vida e me fez mais determinado e mais

Informações do documento:

Autor: jandlglass.org

Assunto: slot be

Palavras-chave: **slot be - jandlglass.org**

Data de lançamento de: 2024-12-05