ESTADÃO expresso
expresso.estadao.com.br
SÃO PAULO SEXTA-FEIRA 10 DE JULHO DE 2020

Para anunciar: (11) 3855-2001 • anunciar.classificados@estadao.com

CINEMA EM CASA

+DE 40 FILMES

PEXELS

Um listão com as melhores produções nacionais e internacionais dos últimos 20 anos

PÁGs. 4, 5 e 6

LIVROS Estratégias para que seu filho não desista de ser um leitor **PÁG. 2**

ANIMAÇÃO Disney e Pixar divulgam teaser do longa-metragem "Soul" **PÁG. 7**

FIM DE SEMANA Duas receitas de molho para banhar a macarronada **PÁG. 8**

ESTE EXEMPLAR É UMA CORTESIA DE S/A O ESTADO DE S.PAULO – ESTADÃO EXPRESSO. DISTRIBUIÇÃO AUTORIZADA PELO ARTIGO 26, PARÁGRAFO 2º, DA LEI 14.517/2007, COMBINADO COM A LEI 5.250/1967. MANTENHA A CIDADE LIMPA – NÃO JOGUE ESTE MATERIAL EM VIA PÚBLICA

CULTURA

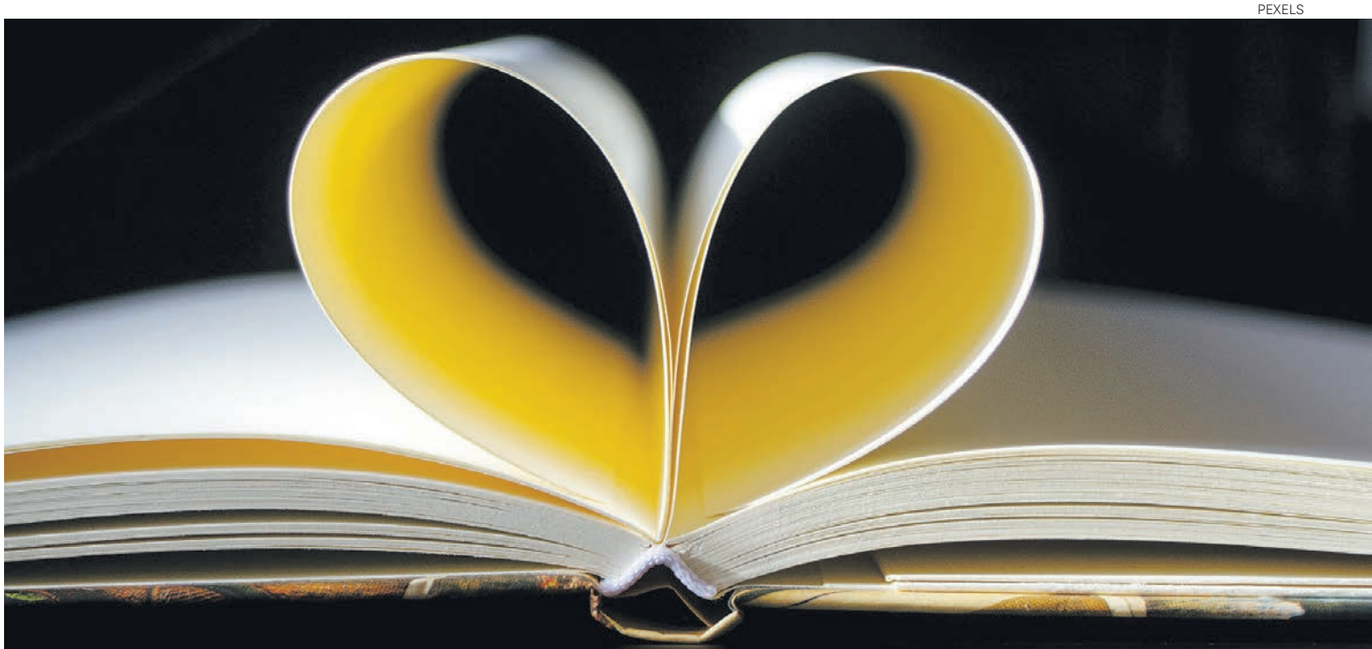
"Se seu filho reluta em ler 'Romeu e Julieta' para a escola, por que não abordar a peça de Shakespeare como uma história sobre relacionamentos que acabam? Qual aluno do 9º ano não está interessado nisso?" ***Jeffrey D. Wilhelm,*** *professor e escritor*

LIVROS

NASCE UM LEITOR

Não adianta desprezar o tipo de livro preferido por seu filho na adolescência: é preciso conhecer essas escolhas e usá-las a favor

PEXELS



REUTERS/AMANDA VOISARD

Papel dos pais. Além de entender melhor os temas escolhidos pelas crianças, é preciso dar abertura para as leituras online

Os adolescentes estão lendo menos, mostram pesquisas, e a queda começa no 6º ano do ensino fundamental. No entanto, muitos especialistas acham que os critérios usados por estudiosos só refletem o que achamos que define a leitura: livros de ficção literária e livros físicos, sem incluir digitais. Os jovens leem, sim, impresso e online. Só que o que muitos têm escolhido é terror e distopia, perfis em revistas, notícias online e etc. – algo que, em geral, mães, pais e professores desmerecem.

Esses nativos digitais consomem cada vez mais textos, especialmente notícias, artigos de esportes e de entretenimento. Tudo online. Um adolescente, leitor apaixonado, me disse recentemente que "é preciso muito mais esforço para ler um livro do que olhar a tela, embora a leitura na tela também carregue a tentação de "começar a jogar ou verificar suas redes sociais".

Michael W. Smith e Jeffrey D. Wilhelm, professores e autores do livro *Reading Unbound: Why Kids Need to Read What They Want – and Why We Should Let Them* (Leitura livre: Por que as crianças precisam ler o que querem – e por que devemos deixar que façam isso; em tradução livre), chamam a atenção para alguns pontos: as crianças ficam bastante envolvidas em textos não valorizados por adultos; muitos adolescentes são leitores ávidos de conteúdos marginalizados, mas ainda assim são leitores; outros interessam-se por livros e artigos que "ensinem" algo, como a história de um esporte favorito ou o manual de um carro. Subestimar essas escolhas não ajuda a fazer com que os jovens se vejam como leitores.

ESTRATÉGIAS PARA INCENTIVAR A LEITURA

CONFIRA E VALORIZE O QUE ELE GOSTA

Você pode não gostar, mas evite criticar. É crucial permitir que os adolescentes, que geralmente têm muita lição por fazer, escolham o que ler no tempo livre. Quem tem um filho que gosta de ler notícias, por exemplo, pode assinar vários (e bons) veículos de comunicação.

UMA PONTE PARA OUTRAS LEITURAS

Que tal propor diferentes tipos de leitura sobre os tópicos que interessam a seu filho? E não deixe de fora os textos online. "Cometemos um erro ao traçar linhas duras entre os livros e outros tipos de leitura", diz Michael W. Smith, professor, escritor e especialista em leitura entre crianças. "Leio mais online e me considero um leitor."

LEIA EM VOZ ALTA

Sim, seu filho sabe ler. Mas há um prazer distinto e uma oportunidade de aproximação importante em ter alguém lendo em voz alta para você. E isso cria uma "experiência em comum", diz Abigail Foss, professora de inglês avançado da Northwood High School, em Silver Spring, Maryland. Outra possibilidade é vocês ouvirem audiolivros juntos.

CRIE TEMPO PARA LER

Os adultos nem sempre dão o melhor exemplo: fique menos no telefone com mensagens ou mídia social e dedique 20 minutos por dia para ler um livro ou artigo de revista, enquanto os demais integrantes da família também leem algo que cada um escolheu. Se seu filho não topar a ideia, você ainda poderá desfrutar desse prazer.

Conteúdo baseado em texto de Karen MacPherson, do "The Washington Post". Leia a íntegra traduzida para o **Estadão** *por Romina Cácia:* ***bit.ly/meu-filho-leitor***

MEDIA LAB ESTADÃO

APRESENTADO POR ALBERT EINSTEIN
SOCIEDADE BENEFICENTE ISRAELITA BRASILEIRA

Paciente recebe cuidado após o fim do tratamento de câncer

Medicina integrativa e programas de reabilitação oferecidos pelo Centro de Oncologia e Hematologia Einstein dão suporte e acolhimento

Os avanços nas terapias contra o câncer vêm possibilitando o aumento significativo de desfechos bem-sucedidos e, por consequência, de uma população que precisa de atenção e cuidado para reassumir a vida pós-tratamento, em todos os aspectos. "É muito comum a pessoa nessa etapa relatar uma sensação de abandono, de insegurança", diz o terapeuta corporal Fabio Romano, coordenador do Programa Survivorship do Hospital Albert Einstein. O serviço, pioneiro no Brasil e disponível também para quem concluiu o tratamento em outras instituições, foi criado para dar acolhimento e ajudar a vencer dificuldades clínicas e emocionais decorrentes da doença ou de seu manejo.

"O foco deixa de ser o câncer. A pessoa já está livre de quimioterapia, radioterapia ou outros procedimentos. Ela está de alta, mas sente um estranhamento; afinal, ainda passa por certas restrições, como evitar lugares cheios", pondera Fabio. "Há ainda as limitações impostas pelo organismo, sem contar questões psicossociais", ressalta.

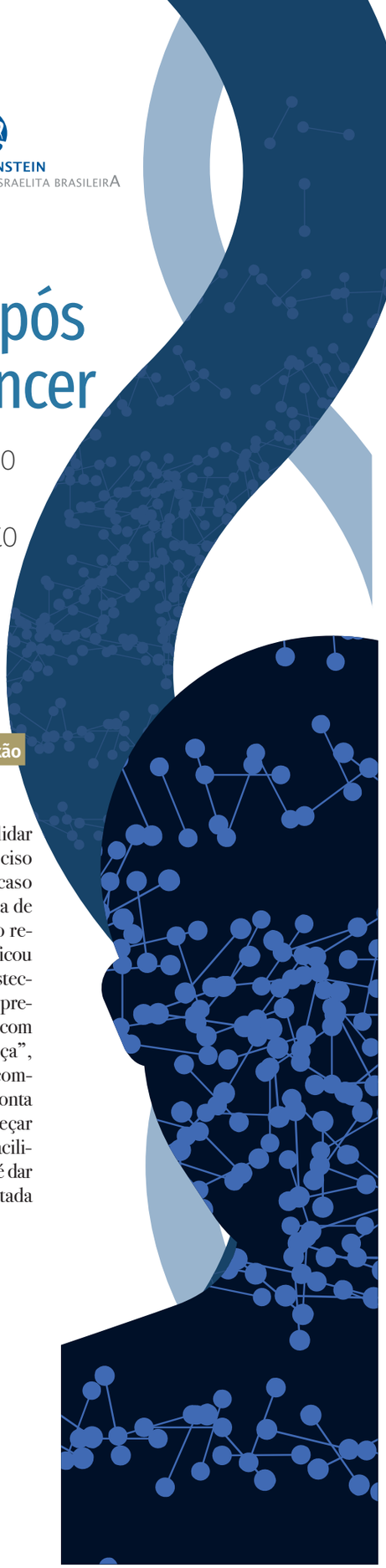
Entre as queixas, os principais relatos são de:

- Fadiga
- Formigamento nas mãos
- Problemas de memória
- Perda de massa muscular
- Disfunções sexuais
- Dificuldades alimentares
- Medo
- Ansiedade
- Questões de autoimagem e reconexão com o corpo

Para elaborar um plano capaz de lidar com esse conjunto de reações é preciso levar em conta as particularidades caso a caso. "Tem paciente que necessita de auxílio mais orgânico mesmo, como recuperar o movimento do ombro que ficou comprometido em razão de uma mastectomia", exemplifica Fabio. "Já outros precisam recuperar a autoestima ou lidar com o medo do reaparecimento da doença", complementa. Para dar conta dessa complexidade, a equipe do Survivorship conta com equipe multidisciplinar, a começar por enfermeiros navegadores, que facilitam toda a programação. O princípio é dar voz a quem teve sua autonomia limitada durante o tratamento.

Integram o processo:

- Terapeutas corporais
- Coaches em saúde
- Psicólogos
- Nutricionistas
- Terapeutas integrativos



A avaliação para a montagem da estratégia de cuidado acontece em cinco encontros.

Passo 1: reunião do paciente com todos os profissionais que integram o Survivorship, quando se toma conhecimento do panorama geral relacionado ao tratamento do câncer.

Passo 2: três sessões com a presença do coach de saúde e do terapeuta integrativo. Nessa etapa o propósito é ajudar a identificar as principais dificuldades.

Passo 3: é a vez de se juntar novamente com toda a equipe multidisciplinar. Ao final desse encontro, está pronto o desenho do plano de cuidado customizado, que pode ser voltado a resolver temas ligados à vida profissional, a relacionamentos afetivos ou sobre como encarar o chamado "novo normal" da vida pós-câncer.

Na estratégia de cuidado, o Einstein conta ainda com a área de medicina integrativa, que atende também os pacientes internados e seus familiares durante o tratamento. "As práticas de alongamentos gentis, respirações e meditação têm como meta promover relaxamento e bem-estar", afirma Maria Ester Azevedo, coordenadora do setor. "Os atendimentos se baseiam em técnicas de ioga, massagens leves denominadas terapia de toque e escuta empática", descreve.

A medicina integrativa tem como tripé favorecer autonomia, autocuidado e bem-estar.

Para isso, oferece:

- Ioga (inclusive para crianças e adolescentes)
- Meditação

QUARENTENA

O que será do cinema no pós-pandemia? Reinvenção não é novidade para o setor, porque há anos a nova era digital tem desafiado e transformado a produção cinematográfica e o modo como o público vê filmes

CINEMA EM CASA

LINHA DO TEMPO

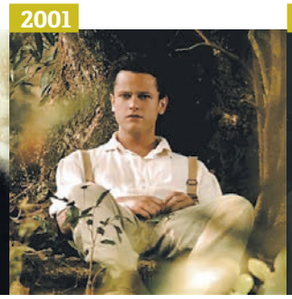
Crítico do **Estadão**, Luiz Carlos Merten faz um listão dos melhores filmes nacionais e internacionais das últimas duas décadas, de 2000 a 2019. São mais de 40 títulos. Com quais escolhas você concorda? Que tal fazer sua própria retrospectiva ano a ano?

NACIONAIS

2000

BICHO DE SETE CABEÇAS
Laís Bodanzky ataca o sistema manicomial na história de Neto (Rodrigo Santoro), que o próprio pai envia para o instituto psiquiátrico por causa de um baseado.

2001



LAVOURA ARCAICA
Sufocado pelo carinho da mãe, pelo autoritarismo do pai e por um amor proibido, André foge de casa. Romance de Raduan Nassar por Luiz Fernando e Walter Carvalho.

2002

EDIFÍCIO MASTER
Obra-prima de Eduardo Coutinho (1933-2014), este documentário celebra a arte do encontro, da conversa e da escuta – como só o cineasta paulistano sabia fazer.

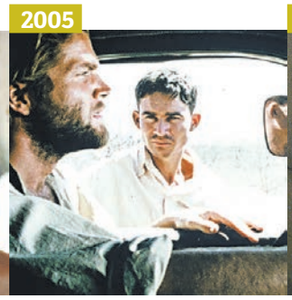
2003

LISBELA E O PRISIONEIRO
Lisbela e Leleu querem aventura e romance, mas não é fácil. Para este filme, Caetano Veloso interpretou a canção "Você não me ensinou a te esquecer", de Fernando Mendes.

2004

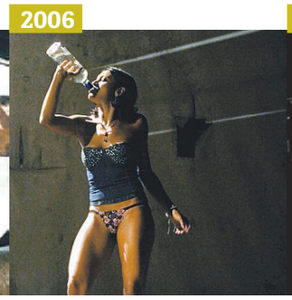
CIDADE DE DEUS
O filme de Fernando Meirelles (do livro de Paulo Lins) virou um espelho do Brasil para o mundo. Teve quatro indicações ao Oscar (diretor, roteiro, fotografia e montagem).

2005



CINEMA, ASPIRINAS E URUBUS
Em 1942, um alemão fugitivo da guerra percorre o sertão nordestino vendendo aspirina num caminhão. No caminho, encontra um sertanejo.

2006



O BAIXIO DAS BESTAS
A jovem Auxiliadora é explorada sexualmente pelo avô. Cícero leva a vida em sexo e drogas. Na direção, Cláudio Assis vai fundo; a fotografia é de Walter Carvalho.

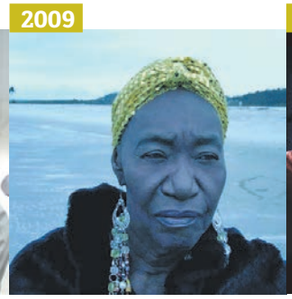
2007

SANTIAGO
No maior documentário da história do cinema brasileiro, na opinião de Merten, João Moreira Salles reconstitui a história de sua família no perfil do mordomo.

2008

ESTÔMAGO
Nonato, migrante nordestino, tenta a sorte na cidade grande, vira cozinheiro renomado, envolve-se com prostituta e termina cozinhando na cadeia.

2009



RECIFE FRIO
Neste filme de preciosos 24 minutos, um meteorito muda a paisagem do Recife, com temperaturas abaixo de zero e pinguins nas praias geladas. De Kleber Mendonça Filho.

2010

ESTRADA PARA YTHACA – ALUMBRAMENTO
Quatro amigos viajam e choram a morte de um companheiro. Um filme pequeno no custo, imenso na ambição e, esteticamente, um marco.

2011

AS CANÇÕES
A arte da conversa por quem a dominava, Eduardo Coutinho. Frente a frente com o entrevistador, uma a uma as pessoas se revelam por meio de suas canções preferidas.

2012

FEBRE DO RATO
O poeta fora de controle, a Eneida que não quer saber dele: o diretor Cláudio Assis retira da marginalidade um retrato estético do Brasil. Fotografia de Walter Carvalho.

2013

OS DIAS COM ELE
Maria Clara Escobar se propôs a recuperar a história de seu pai, Carlos Henrique Escobar, um filósofo que foi preso e torturado pela ditadura militar.

INTERNACIONAIS

2000

DANÇANDO NO ESCURO
Selma (Björk) migra da República Tcheca para os Estados Unidos, na tentativa de mudar a sorte do filho. Mas ela acaba presa e condenada à morte. Musical.

2001

MOULIN ROUGE
A história de Satine (Nicole Kidman), mais deslumbrante do que nunca, é na verdade a história de Christian: "There was a boy/A very strange enchanted boy...". Musical.

2002

INTERVENÇÃO DIVINA
Assim como em "Kedma" (próxima indicação), o conflito no Oriente Médio conduz a narrativa. Mas os dois filmes diferem na perspectiva. Aqui, Suleiman e sua amada estão separados pela barreira israelense. Ele mora em Jerusalém e ela vive em Ramallah. Produção palestina.

2002

KEDMA
Nesta face do conflito, judeus sobreviventes do Holocausto chegam de navio em busca da Terra Prometida e expulsam os palestinos. Começa outra diáspora.

2003

A MELHOR JUVENTUDE
Relata 40 anos da história da Itália na ligação entre dois irmãos, Nicola e Matteo. Belo e maldito, Matteo coloca na tela o estigma das almas atormentadas.

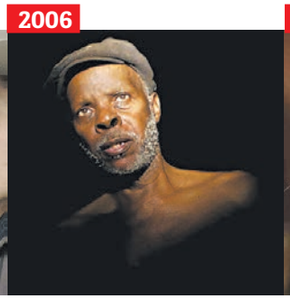
2004

O SENHOR DOS ANÉIS – O RETORNO DO REI
Fecho da trilogia do neozelandês Peter Jackson sobre a obra de J.R.R. Tolkien. Novas tecnologias, efeitos, fantasia (e o Gollum).

2005

O SEGREDO DE BROKEBACK MOUNTAIN
No Oeste dos EUA, entre 1963 e 1984, dois caubóis vivem marcados por um contato sexual. Jake Gyllenhaal e Heath Ledger estão excepcionais.

2006



JUVENTUDE EM MARCHA
Natural de Cabo Verde, Ventura é operário em Lisboa e vivencia o processo de especulação imobiliária no bairro de Fontainhas.

2007

RATATOUILLE
O ratinho que quer ser chef e o crítico que, numa cena memorável, encerra sua busca por um tempo perdido. A tecnologia transforma fantasia em realidade. Coisa de gênio.

2008

BATMAN – O CAVALEIRO DAS TREVAS
Este episódio da trilogia é quase sempre considerado o maior filme de super-heróis. O Coringa de Heath Ledger faz o lado maníaco e psicótico.

2009

A TETA ASSUSTADA
A cineasta Claudia Llosa levou o Urso de Ouro em Berlim pelo filme peruano que retrata a ameaça de guerrilha de uma organização terrorista, o Sendero Luminoso.

2009

O SEGREDO DOS SEUS OLHOS
Oscar de melhor filme estrangeiro para Juan José Campanella. A produção argentina explora a herança da ditadura militar.

2010

TIO BOONMEE
Palma de Ouro em Cannes. O tio cercado de fantasmas; a princesa envolvida com um peixe: religião e encantamento na jornada para o maravilhoso.

2011

A PELE QUE HABITO
Filme extravagante e brilhante de Pedro Almodóvar: um médico faz uma cirurgia de mudança de sexo no homem que considera responsável pela morte de sua filha.

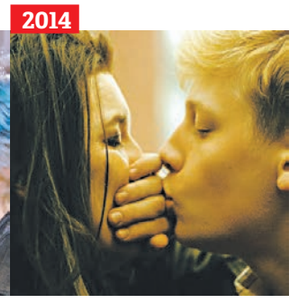
2012

O ARTISTA
Quando o artista desce ao fundo do poço, um cachorrinho e uma mulher o resgatam. A história é narrada como num filme mudo, em suntuoso preto e branco.

2013

AZUL É A COR MAIS QUENTE
Duas garotas iniciam uma relação em época de protestos nas ruas da cidade. O filme fala de questão de gênero, linguagem e afirmação de identidade.

2014



MOMMY
Drama canadense dirigido por Xavier Dolan fala de uma família disfuncional. Diane e Steve. Ela é mãe e viúva. Ele, um adolescente com déficit de atenção.

QUARENTENA

O setor audiovisual tem trabalhado para reocupar as salas de exibição dos filmes. Uma das ações é a campanha **#JuntosPeloCinema**. O objetivo é garantir que a experiência volte a atrair o público com conforto e segurança

NACIONAIS

2014

PRAIA DO FUTURO

No mais belo filme de Karim Aïnouz, Wagner Moura interpreta o salva-vidas que vai para a Alemanha encontrar o homem que ama. Inverno de sentimentos.

2015

QUE HORAS ELA VOLTA?

Jessica entra de mansinho e começa a ocupar espaços na casa em que sua mãe, Val, trabalha como doméstica. O filme de Anna Muylaert causou rebuliço naquele ano.

2016

AQUARIUS

Sonia Braga (Clara) compra guerra para impedir que seu velho prédio seja destruído para dar lugar a um espigão na orla do Recife. Longa de Kleber Mendonça Filho.

2017

ARÁBIA

A partir do encontro de um diário numa fábrica de alumínio, os diretores João Dumans e Affonso Uchoa reconstroem a histórica opressão da classe trabalhadora no Brasil.

2018

BENZINHO

Mãe, pai, filho, cunhada. Quando uma crônica familiar vira metáfora de um país em crise. Karine Teles, Otávio Müller e Adriana Esteves são excepcionais em seus papéis.

2019

BACURAU

Em parceria com Juliano Dornelles, Kleber Mendonça Filho fez o grande filme em que um vilarejo do sertão some do mapa – e seus moradores resolvem reagir.

INTERNACIONAIS

2014

ADEUS À LINGUAGEM

Jean-Luc Godard investiga como falam, o que dizem e o que querem as pessoas. Este filme sobre crises questiona as coisas do mundo.

2015

AS 1001 NOITES

Fábula portuguesa em que Miguel Gomes transforma a crise de Portugal numa rica antologia de contos: "O Inquieto", "O Desolado" e "O Encantado". Genial.

2016

ELLE

Isabelle Huppert tenta descobrir quem a estuprou. Senhor de sua arte, o diretor Paul Verhoeven usa fantasia científica e aborda aspectos sombrios da natureza humana.

2017

MOONLIGHT – SOB A LUZ DO LUAR

Hollywood e Academia escolheram o cinema de gênero de Jordan Peele para celebrar a nova geração de autores afroamericanos. Grande filme.

2018

ROMA

Nesta parceria entre cinema e Netflix, o diretor Alfonso Cuarón faz surgir, da história da empregada doméstica, uma crônica familiar em preto e branco.

2019

PARASITA

A família do subsolo subverte a ordem na mansão dos ricos. Como tema, a revolta dos deserdados dominou o ano ("Parasita", "Os Miseráveis", "Coringa", "Bacurau").

VITRINE ESTADÃO EXPRESSO

LIGUE E ANUNCIE:
(11) 3855-2001 / 0800-055-2001

ITU
TERRAS DE SÃO JOSÉ
2 lotes, Alameda Pierrot
(11)3167-4559

AVENIDA PAULISTA
Laje corporativa, 557m² de área privativa, 12º andar, excelentes vagas. Aluguel de ocasião!
Tratar direto com proprietário
(11) 3241-3855 horário comercial

Anuncie seu produto ou serviço em nossa próxima edição.
LIGUE:
3855 2001
SÃO PAULO CAPITAL
anunciar.classificados@estadao.com
0800 055 2001
OUTRAS CIDADES
QUER RESULTADOS? ESTADÃO

O escritor Matthew Cherry, que dirigiu o curta, também estará à frente da série. Enquanto o produto não vem, dá para ver a animação sobre a garotinha Zuri e seus pais no YouTube: **bit.ly/hair-love-short**

ANIMAÇÃO

REPRODUÇÃO

'HAIR LOVE' VAI VIRAR SÉRIE

Produção terá 12 episódios sobre a família de Zuri

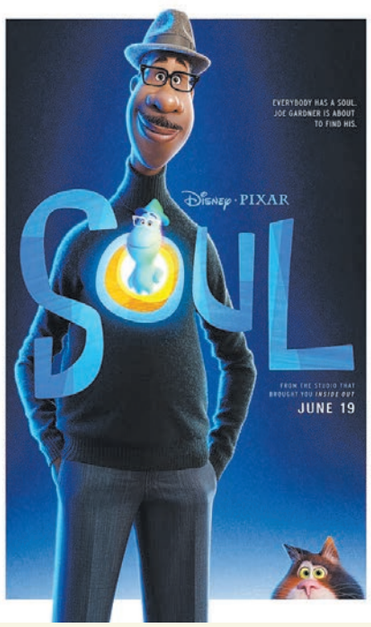
Esta é a ilustração da capa do livro de Matthew Cherry que deu origem ao filme

O serviço de streaming HBO Max, dos Estados Unidos, anunciou que irá produzir a série "Young Love", que terá 12 episódios e mostrará os personagens do curta-metragem "Hair Love". Lançada em 2019, a produção foi a ganhadora do Oscar de melhor curta de animação na premiação, realizada em fevereiro de 2020.

"Hair Love" é inspirado no livro homônimo do escritor Matthew Cherry, que também dirigiu o filme. Ele mostra um pai, Stephen, tendo que aprender a arrumar o cabelo da filha Zuri pela primeira vez, porque Angela, sua mulher, não está em casa.

"Eu estou muito animado para continuar a contar a história de Stephen, Angela e Zuri e explorar mais as dinâmicas de uma jovem família negra e millennial", escreveu Cherry em uma série de publicações em sua conta no Twitter. Segundo o escritor, "Young Love" vai abordar o dia a dia da família, como carreiras, paternidade, casamento e problemas sociais, enquanto todos "tentam ter uma vida melhor".

DISNEY PIXAR



MAIS NOVIDADE

A Disney divulgou no sábado, 27/6, um teaser da sua mais nova animação, "Soul", que será lançada em novembro de 2020 após ser adiada devido à pandemia do novo coronavírus. O longa, que tem Jamie Foxx na dublagem do protagonista, trabalha diversas questões sobre a vida após a morte. O elenco é majoritariamente negro.

Com reportagem de João Pedro Malar, estagiário do E+

Classificados

ESTADÃO expresso

IMÓVEIS SÃO PAULO

Vendem-se

CASAS

ZONA NORTE

HORTO FLORESTAL
Casa c/salão tt. 332m²,sl.180m² c/2wc.Piso sup.3ds(1st c/closet) sala 3ambs,2 wc,4vg.R$650mil ☎(11)2231-5975/98662-2416

Anuncie seu produto ou serviço em nossa próxima edição.
LIGUE:
3855 2001
anunciar.classificados@grupoestado.com.br
QUER RESULTADOS? ESTADÃO

Alugam-se

APARTAMENTOS

ZONA SUL

1 DORMITÓRIO

CERQ CÉSAR
Entre Metrô Consolação e Oscar Freire. R$3.000 + R$450 de condomínio. ☎(11)99984-7345

2 DORMITÓRIOS

MOEMA
70m², 2dorms., 1ste., 2banhs., coz.americ., varanda, lazer, 1vaga. Cristiane. ☎(11)4323-3049

4 DORMITÓRIOS OU MAIS

JARDINS
Rua fechada, 1 p/ andar, 13º and., 4dts(1ste) c/árms. embutidos inclusive cozinha, 3 vgs gar., pintura e sinteco novos. (11)99972.9907

Alugam-se

CASAS

ZONA SUL

CH STO ANTÔNIO
Sobrado 200m², 3 dts (1 suíte), 2 vagas gar, sala, lavabo, cozinha, qto empr, banheiro (11)99972.9907

Alugam-se

COMERCIAIS

ZONA SUL

AV PAULISTA
Laje corporativa, 557m² á. priv., 12º and, exc. vgs. Aluguel de ocasião! Dir. prop (11)3241-3855 hc

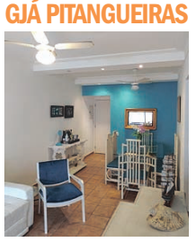
Para anunciar ligue:
3855 2001
anunciar.classificados@grupoestado.com.br

LITORAL

Vendem-se

APARTAMENTOS

GJÁ PITANGUEIRAS



MORRO DO MALUF ! Vendo Apto 3Dts (1ste) Oportunidade R$ 230 Mil + transf. de divida. Consórcio Porto Seguro (R$260 mil). Tratar ☎(11)96838-1615 fone/whats.

SANTOS POMPÉIA
Praia. "Troco SP"(11)99224-3344

PROPRIEDADES RURAIS

TERRAS E FAZENDAS

COXIM - MS
960ha. Pecuária, montada com confinamento/vedada. Temos outras em MS e SP. ☎(11)98255-0162 CRECI 160.241

OPORTUNIDADES

ADVOCACIA

APOSENTADORIAS
Especiais e Insalubres, revisões de benefícios acima de 1 salário mínimo. - OAB 205914 - Tratar com Dr. Maurício. ☎(14)99704-5650

DÍVIDAS IMPAGÁVEIS
Defesas em Execução Bancária e Fiscal. Negociação e Extinção de Dívida. Indenizações. Reclamação e Defesa Trabalhista. Veja site: www.bandeiradecarvalho.com.br ☎(11)3101-1125/ 99912-1040

ARTES E ANTIGUIDADES

ANTIGUIDADES - COMPRO E AVALIO
Pago o melhor preço! Esculturas, Quadros, Pratas, Móveis e Objetos de Artes. (11) 96332-7007 Noely

EMPRESAS E PARTES SOCIAIS

CAFÉ E LANCHES 2ª/6ª
Cafés Lanch. com pratos rápidos (04 Lojas), à venda 1ª Morumbi, mov 140mil - 2ª Berrini mov 120 mil -3ª Sto Amaro, mov 120 mil. 4ª Jardim. Paulistano 110 mil, Ideal Investidor/Sócios. Vdo tds ou individualmente. Dir. Prop. 943551129

IMÓVEIS RENDA SP
(1) Av. Angélica $15mil/ $3,5milhões. (2)Morumbi $43mil/ $10 milhões. (3)Granja Viana $40mil/ $7 milhões. (4) Av. Jôao Dias $82mil /$19milhões. Whats (11)98904-1614/ 96868-5000

MERCADO -GRANDE SP
1ª)Mov1.800 Milhão,Preço.3.1 2ª)Mov R$ 1.100, Preço 2.1 3ª)Mov R$ 800,00 Preço 2.1 4ª)Mov 1.400milhão,Preço 2.1 5ª)Mov 500,00, Preço 3.1 - 6ª)Mov 1.100 milhão, Preço 2.5 Todos contr. 5 anos, sem divida. Temos outros. (11) 96101-3947

EMPRESAS E PARTES SOCIAIS

OPORTUNIDADE !!! VENDO CAFÉ
Rua Augusta - Jardins. Reformado e bem equipado. Custo de oportunidade.☎(11)99250-9982/ 99996-4081 Whats Valter

POUSADA CUMURUXATIBA - BA

R$2.800.000,00 Terreno 3000m² Frente mar. 11 bangalôs, casa propr 2stes, pisc.,jardins,rest.,bar de praia. 5 estrelas Trip Advisor. Tr. Keila ☎(11)3938-1900/98196-6102

JAZIGO

JAZIGO - CEM. GETHSEMANI
R$7.000,00 Novo. 5 gavetas. ☎ (41)98884-7918 / 98721-2343

AUTOS

CAMINHÕES

TRANSPORTADORA VENDE
Ivecos, Caminhões (baú) Barueri SP Tratar ☎(11) 4134-7120 e-mail: djalma.junior@linexgroup.com

SEGURO, NEGÓCIOS E CONSÓRCIO

COMPRO MOTOS
Avaliamos e Retiramos no Local com Toda Segurança. ☎ (11) 3875-1331/94089-1510 (whats)

EMPREGOS

MÉDICO (A) DO TRABALHO
P/ ocupacional, Metrô República ☎(11)3224-9919/ 3331-1196

PALADAR

Um dos preparos mais clássicos e que ganhou diversas versões no Brasil, o ragu à bolonhesa é para saborear sem pressa no almoço demorado do fim de semana, com um copo de vinho para acompanhar

FIM DE SEMANA

Duas receitas de molho para banhar a macarronada neste domingo

RAGU À BOLONHESA

Aprenda a fazer este tradicional molho de carne. Ele vai bem com massa, polenta e arroz
(Patrícia Ferraz, editora do Paladar)

Ingredientes
- 500g de carne bovina moída
- 2 latas de tomate pelado
- 1 cebola cortada em cubos
- 1 cenoura bem picada
- 2 talos de salsão picados
- 2 alhos-porós picados
- 1/2 xícara (chá) de leite
- 1 xícara (chá) de vinho branco seco
- 2 colheres (sopa) de manteiga
- Sal e pimenta-do-reino a gosto

CODO MELETTI

Preparo
1. Derreta metade da manteiga numa panela grande e refogue a carne moída, com sal e pimenta. Tire da panela e reserve.
2. Refogue os vegetais, devolva a carne moída à panela, adicione o leite e deixe evaporar. Ponha o vinho, deixe evaporar, mexendo.
3. Junte os tomates pelados e cozinhe em fogo baixo, por 2 a 3 horas, adicionando duas colheres de água se necessário.
4. Sirva com massa de fio largo.

MOLHO PESTO

Ingredientes
- 2 xícaras (chá) de folhas de manjericão fresco
- 2 dentes de alho sem o germe
- 1 colher (sopa) de pinoli
- 2 colheres (sopa) de queijo parmesão ralado
- 1 xícara (chá) de azeite de oliva
- Sal e pimenta

Preparo
Em um pilão, esmague o manjericão com o alho, acrescente o pinoli, o queijo, o sal, a pimenta e o azeite. Se preferir, use o liquidificador, tomando o cuidado para não bater demais.
(Receita do chef Chico Ferreira, do Le Jazz)

MÁRCIO FERNANDES

ESTADÃO expresso
estadaoexpresso@estadao.com

ESTADÃO EXPRESSO
Publicação da **S/A O Estado de S. Paulo**
Seleção de reportagens publicadas no jornal O Estado de S. Paulo

MEDIA LAB ESTADÃO

Diretor de Conteúdo do Mercado Anunciante: Luis Fernando Bovo MTB nº 26090/SP

Gerente de Publicações: Fernanda Sampaio
Edição: Viviane Zandonadi
Design: Renata Maneschy
Colaboração: Rita Lisauskas

Apoio: Fátima Chicarelli
Circulação: sextas-feiras
Tiragem: 150.000 exemplares
Distribuição gratuita – São Paulo (Capital)