

Seja bem-vinda, primavera!

Aproveite a estação mais floral com pratos saborosos e refrescantes, frutas sazonais, eventos ao pôr do sol e muito mais

Após meses de frio, clima seco e a baixa frequência de chuvas, finalmente a Primavera chegou para transformar o cenário climático! A nova estação teve início no último domingo, 22 de setembro, e vai até 21 de dezembro, quando se inicia o verão. Como uma transição do período seco (inverno) para o período úmido (verão), a estação das flores traz dias de calor e o aumento gradual da frequência das chuvas.

Para combinar com a estação florida, de clima fresco e o sentimento de um recomeço, o Jornal da Barra selecionou algumas atividades, pratos especiais com ingredientes saudáveis e da época, e eventos para que a sua primavera seja ainda mais memorável. Confira a lista:

Experimente receitas sazonais com frutas, na Figs & Co

A padaria artesanal Figs & Co, localizada na Barra da Tijuca, apresenta um novo cardápio sazonal. Entre as novidades para a estação, estão as sobremesas Apple Pie (R\$15), feita com massa amanteigada e recheada com maçãs caramelizadas; e o Morangoffec

(R\$16), uma massa crocante preparada com doce de leite, morangos, chantilly e toque de canela. Já para os que seguem a dieta à risca e buscam ficar em forma, a casa também sugere a tradicional Salada de Frutas (R\$8), com combinações de frutas variadas da estação.

Serviço

Local: Av. João Cabral de Mello Neto, 850 - loja D, Barra da Tijuca

Funcionamento: Segunda à sexta (7h às 19h), sábado (7h às 12h)

Contato: (21) 99728-2134

Prove pizzas gourmet com recheios leves, na House Forneria

Para celebrar o frescos dos ingredientes típicos da estação mais floral do ano, a rede de pizzarias gourmet House Forneria aposta em pizzas com recheios leves, para a chegada da primavera. O início da temporada é marcado pela combinação dos sabores tradicionais da marca carioca e um toque de cor e produtos refrescantes.

Entre as sugestões da casa, estão a Pizza de Burrata (a partir de R\$96), com massa de farinha italiana de longa fermentação, molho de tomate pelati, mozzarella, tomate, burrata de búfa-



Chegamos a estação das flores, a primavera, e o início das temperaturas elevadas no Rio

la, manjeriço e finalizada com grana padano e pesto de manjeriço. Outro sabor adorado pelo público é a Pizza de Parma e Rúcula (a partir de R\$90), com massa de farinha italiana de longa fermentação, molho de tomate pelati, mozzarella, rúcula, presunto de parma Ceratti, tomate cereja e finalizada com grana padano e orégano.

Serviço

Locais: Av. das Américas, 5001 - Barra da Tijuca; e Av. Salvador Allen-

de, 6700 - Recreio dos Bandeirantes

Funcionamento: Domingo a quinta (17h às 23h30), sexta e sábado (17h às 00h)

Contato: (21) 2042-4930

Uma salada refrescante, no Porto do Sabor

Com 26 anos de história, a marca carioca Porto do Sabor, consolidada em diversos locais do Rio, é especializada em alimentação saudável e oferece diversas opções de

saladas refrescantes para o período de primavera. É o caso da Salada Tropical (R\$18,90), um mix de folhas, cenoura, pickles, cebola, tomate, blanquet e manga.

As opções para a estação já estão disponíveis nas 35 unidades da rede, presentes no Rio de Janeiro. Na Zona Oeste, a marca está presente em shoppings como o Barra Shopping, Via Parque, Shopping Metropolitano, Freeway, Città América, Downtown e muito mais.

SEGURANÇA ALIMENTAR

O TRABALHO NÃO PARA.



Quando o assunto é segurança alimentar, o Governo do Estado do Rio de Janeiro trabalha todos os dias para fazer a diferença na vida das pessoas.

Já são **12 unidades do Restaurante do Povo, 46 do Café do Trabalhador e seis do RJ Alimenta**. Somando os três programas, são **31 milhões de refeições** servidas à população. E mais investimentos e ações de combate à fome vêm por aí.

O trabalho não para. É todo dia e é de todos.

Saiba mais em: www.rj.gov.br



GOVERNO DO ESTADO
RIO DE JANEIRO