



Mantenha a cidade limpa! Não jogue lixo nas ruas. A população agradece!

MINI ABÓBORAS RECHEADAS COM CARNE MOÍDA

Ingredientes

1 colher de sopa azeite de oliva; ½ cebola picada em cubinhos; 1 dente de alho picado; 200g de carne bovina moída; Sal a gosto; Pimenta do reino a gosto; 2 colheres de sopa de extrato de tomate; ½ maço de salsinha picada; 2 abobrinhas de tronco redondas.

Modo de preparo

Refogar a cebola e o alho no azeite de oliva. Juntar a carne moída. Temperar com sal e pimenta a gosto. Adicionar o extrato de tomate, em seguida a salsinha. Misturar e reservar. Em uma panela, com água fervente, dispor as abobrinhas e deixar cozinhar por 15 minutos. A casca e o miolo devem ficar macios. Cuidar para não se desmancharem. Com o auxílio de uma faca, cortar a parte de cima da abobrinha e com uma colher, retirar as sementes de dentro. Rechear com a carne moída e servir.

ESTROGONOFE DE FRANGO

Ingredientes

500 gramas de peito de frango cortado em tirinhas 1/4 xícara (chá) de manteiga 1 unidade de cebola picada 1 colher (sobremesa) de mostarda 1 colher (sopa) de ketchup (ou catchup) 1 pitada de pimenta-do-reino 1 unidade de tomate sem pele picado 1 xícara (chá) de cogumelo variado | variados escorridos 1 lata de creme de leite • sal a gosto

Modo de preparo

Derreta a manteiga e refogue a cebola até ficar transparente. Junte o frango e tempere com o sal. Mexa até o frango dourar de todos os lados. Acrescente a mostarda, o catchup, a pimenta-do-reino e o tomate picado. Cozinhe até formar um molho espesso. Se necessário, adicione água quente aos poucos. Quando o molho estiver encorpado e o frango macio, adicione os cogumelos e o creme de leite. Mexa por 1 minuto e retire do fogo. Sirva imediatamente, acompanhado de arroz e batata palha.



ESTADO DO RIO DE JANEIRO

Câmara Municipal de Nova Iguaçu
 ATOS OFICIAIS

O PRESIDENTE DA CÂMARA MUNICIPAL DE NOVA IGUAÇU, no uso de suas atribuições regimentais,

RESOLVE:

PORTARIA Nº 255, DE 04 DE SETEMBRO DE 2025.
EXONERAR GABRIELLE NUNES LEDO, do cargo em comissão de Assessor Parlamentar I, a contar da data da publicação.

PORTARIA Nº 256, DE 04 DE SETEMBRO DE 2025.
EXONERAR MAX MANGUEIRA RANGEL, do cargo em comissão de Assessor Parlamentar II, a contar da data da publicação.

PORTARIA Nº 257, DE 04 DE SETEMBRO DE 2025.
NOMEAR GABRIELLE NUNES LEDO, para exercer o cargo em comissão de Assessor Parlamentar II, a contar da data da publicação.

PORTARIA Nº 258, DE 04 DE SETEMBRO DE 2025.
NOMEAR MAX MANGUEIRA RANGEL, para exercer o cargo em comissão de Assessor Parlamentar I, a contar da data da publicação.

Nova Iguaçu, 04 de setembro de 2025.

MARCIO LUÍS MARQUES GUIMARÃES
 Presidente

1			2			4	
	2				3	9	
9		7				5	
		4					5 7
			5	4	1		
3	5					1	
		3				7	9
		1	4				8
	9				2		6