



## FILÉ DE PEIXE ASSADO

### Ingredientes

500 g de filé de peixe (tilápia, saint peter ou outro) / 4 batatas grande descascada em rodela de 0,5 centímetro de espessura / 2 tomates picadinhos / 1/2 pimentão(se ele for grande) 1 cebola média picada em cubos / 1 colher (sopa) cheia de alcaparras / cheiro-verde a gosto / coentro a gosto (opcional) / 1/2 colher (sopa) de sal / 1 dente de alho (pequeno) bem espremido / azeite a gosto

### Modo de preparo

Tempere o filé de peixe com sal e alho e reserve  
Misture o tomate, cebola, pimentão e alcaparras e tempere com um pouco de sal e junte o cheiro verde e coentro  
Reseve  
Unte um refratário com azeite, e forre com as batatas cruas  
Cubra as batatas com o peixe e por cima distribua a mistura do tomate  
Regue com bastante azeite e leve ao forno por mais ou menos 30 a 40 minutos  
Quando secar o líquido que acumula no fundo da forma quando está assando e ficar dourado está pronto  
Sirva com arroz intergal ou branco, é uma delícia!

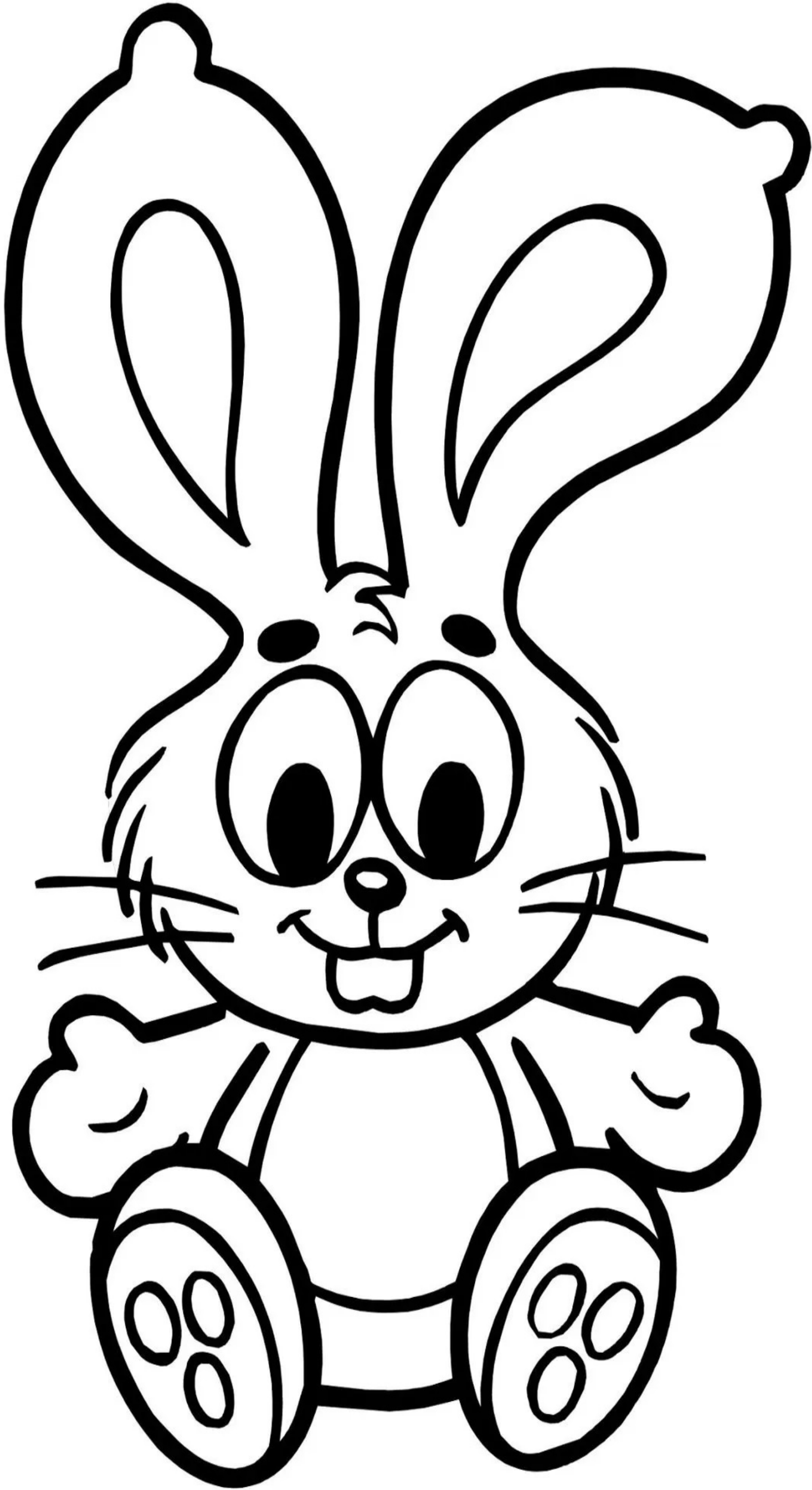
## MOQUECA DE PEIXE


### Ingredientes

4 postas de cação ou garoupa (700 gramas) / suco de 1 limão / 1 cebola grande cortada em rodela / 1 pimentão vermelho cortado em rodela / 1 pimentão verde cortado em rodela/ 2 tomates maduros cortados em rodela / 2 colheres (sopa) de coentro picado / 200 ml de leite de coco / 1 colher (sopa) de azeite de dendê / 2 tabletes de caldo de camarão

### Modo de preparo

Lave bem o peixe, regue com o suco de limão e deixe descansar por cerca de 1 hora  
Em uma panela grande, coloque o peixe, a cebola, os pimentões, os tomates e polvilhe coentro  
Esfarele os tabletes de caldo de camarão, misture-os ao leite de coco e regue o peixe  
Leve ao fogo baixo, com a panela parcialmente tampada, por 20 minutos  
Mexa algumas vezes até que esteja cozido  
Junte o azeite de dendê e adicione sal  
Retire do fogo e sirva





ESTADO DO RIO DE JANEIRO

Câmara Municipal de Nova Iguaçu

ATOS OFICIAIS

PORTARIA Nº 01, DE 13 DE JANEIRO DE 2026.

DISPÕE SOBRE PONTO FACULTATIVO NO DIA 15 DE JANEIRO DE 2026.

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

Art. 1º - Fica concedido, no âmbito da Câmara Municipal de Nova Iguaçu, ponto facultativo no dia 15 de janeiro de 2026, em razão do aniversário do Município de Nova Iguaçu - RJ.

Art. 2º - Os servidores públicos da Câmara Municipal de Nova Iguaçu, efetivos ou comissionados, poderão ser convocados para prestação de serviço presencial ou atividade remota a fim de atender ao interesse público.

Art. 3º - Esta Portaria entra em vigor na data de sua publicação.

Marcio Luis Marques Guimarães  
Presidente da Câmara Municipal de Nova Iguaçu

VAMOS COLORIR?



MURICIO