



LAGARTO À
PORTUGUESA

Ingredientes

1300 a 1500 g de lagarto,
bem limpa, tire toda gordura.

MOLHO:

2 cebolas grandes bem pica-
das ou fatiadas bem fininha/1
maço cheiro verde bem pica-
do/1 cálice de vinho branco/5
tomates picados sem pele/
Salsinha/Pimenta a gosto/1/4
de copo de azeite/2 tabletes
de caldo de carne
100 g de azeitonas picadas/
Orégano/Se preferir, colocar
pimentão picado
1/2 copo de vinagre/2 copos
e meio de água.

Modo de preparo

Limpe bem a carne, é impor-
tante não deixar nenhuma
gordurinha.
Limpe e asse com sal em
toda a volta da carne.
Coloque óleo em uma panela
de pressão.
Coloque a carne quando es-
tiver bem quente, e doure
virando sempre, até quan-
do todos os lados estiverem
dourados.
Coloque 1/2 copo de vinagre
diluído em 1/2 copo de água,
mais 2 copos de água.
Deixe ferver na panela de
pressão mais ou menos 40
minutos.
Tire a carne e deixar esfriar
Corte em fatias bem finas
Junte no molho que sobrou
da panela, todos os ingre-
dientes do molho.
Deixe ferver.
Junte a carne fatiada e o mo-
lho em camadas alternadas.
Deixando na geladeira de um
dia para o outro fica um sabor
especial.
Sirva em lanches, como ape-
ritivo ou refeição.

FILE DE SALMÃO AO
FORNO FACÍLIMO

Ingredientes

500 g de filé de salmão/Azei-
tonas fatiadas sem caroço/
Orégano/3 colheres de sopa
de Molho de soja (shoyu)/Sal
a gosto/Azeite a gosto/Limão/
Papel alumínio/1/2 cebola fa-
tiada.

Modo de preparo

Lave o salmão com suco
de limão.
Aqueça o azeite e adi-
cione a cebola fatiada,
deixando no fogo até que
fique transparente.
Reserve.
Cubra uma assadeira
com papel alumínio de
maneira que a sobra dê
para forrar todo o peixe.
Sobre o papel alumínio
na assadeira, coloque o
peixe já temperado com
sal, regue com azeite e
shoyu.
Decore com fatias de
azeitonas e um pouco de
orégano.
Despeje a cebola por
cima.
Embrulhe com o papel
alumínio, de maneira que
o líquido não derrame
quando começar a es-
quentar.
Leve ao forno médio para
assar por cerca de 30 mi-
nutos.
Sirva com legumes e sa-
lada verde.



ESTADO DO RIO DE JANEIRO



Prefeitura Municipal de Iguaba Grande

ATOS OFICIAIS


CHAMADA PÚBLICA Nº 001/2026
PROCESSO Nº 738 / 2024

O Município de Iguaba Grande/RJ, através da Secretaria de Compras, Licitações e Transparência, torna público que realizará a Chamada Pública n.º 001/2026, que trata do Credenciamento de Instituições Financeiras, autorizadas pelo Banco Central do Brasil, para prestação de serviços de concessão de empréstimos e financiamentos,

mediante consignações em folhas de pagamento, aos Servidores Públicos, Aposentados e Pensionistas do Município de Iguaba Grande/RJ. Data Apresentação dos Documentos: de 19/01/2026 a 19/02/2026, no horário de 08h30min às 17h na Protocolo Geral, localizado na Sede Administrativa da PMIG, Rodovia Amaral Peixoto, nº 3399, Cidade Nova, Iguaba Grande / RJ. O Edital e Anexos estarão disponíveis gratuitamente na página oficial do Município: <https://www.iguaba.rj.gov.br>, na aba “transparência – licitações 14.133/21”; no endereço eletrônico do Portal Nacional de Compras Públicas - PNCP ou podendo obtê-lo em meio magnético na Sala da Comissão de Licitação, sede da PMIG, de segunda à sexta feira no horário das 08h30min às 17h.

Iguaba Grande, 15 de janeiro de 2026.
André Luiz Façanha Macedo
Agente de Contratação

ESTADO DO RIO DE JANEIRO



Câmara Municipal de Nova Iguaçu

ATOS OFICIAIS

CORREÇÃO

Na Portaria n.º 002, publicada no Jornal Hora H do dia 15 de janeiro de 2026,
Onde se lê: a contar da data da publicação.
Leia-se: a contar de 01 de janeiro de 2026.

Na Portaria n.º 003, publicada no Jornal Hora H do dia 15 de janeiro de 2026,
Onde se lê: a contar da data da publicação.
Leia-se: a contar de 01 de janeiro de 2026.

Nova Iguaçu, 16 de janeiro de 2026.

MARCIO LUIS MARQUES GUIMARAES
Presidente

