



LAGARTO À PORTUGUESA

Ingredientes

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

MOLHO:

2 cebolas grandes bem picadas ou fatiadas bem fininha/1 maço cheiro verde bem picado/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 importante 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 estiver bem quente, e doure virando sempre, até quando 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
Junta no molho que sobrou da panela, todos os ingredientes do molho.
Deixe ferver.
Junta a carne fatiada e o molho em camadas alternadas.
Deixando na geladeira de um dia para o outro fica um sabor especial.
Sirva em lanches, como aperitivo ou refeição.

FILÉ DE SALMÃO AO FORNO FÁCIL

Ingredientes

500 g de filé de salmão/Azeitonas 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 fatiada.

Modo de preparo

Lave o salmão com suco de limão.
Aqueça o azeite e adicione 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 esquentar.
Leve ao forno médio para assar por cerca de 30 minutos.
Sirva com legumes e salada verde.



ESTADO DO RIO DE JANEIRO



Prefeitura Municipal de Iguaba Grande

ATOS OFICIAIS

CHAMADA PÚBLICA N° 001/2026

PROCESSO N° 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>.

[iguaba.rj.gov.br](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

