



CARAPEBA GRELHADA

Ingredientes

1 carapeba limpa e sem vísceras/ Suco de 1 limão/ Sal a gosto/ 3colheres (sopa) de azeite/ 1 folha de alface para decorar

Modo de preparo

Tempere a carapeba com o suco de limão e o sal. Grelhe-a em uma grelha, untada com o azeite por 20 minutos. Na metade do tempo, vire o peixe, para grelhar por igual. Arrume a folha de alface em uma travessa e coloque o peixe sobre ela.

ARROZ DE FORNO

Ingredientes

4 xícaras (chá) de arroz cozido 100 gramas de queijo mussarela ralada 100 gramas de açaí cortado em cubos pequenos 1 cenoura ralada 2 colheres (sopa) de salsa (ou salsinha) picada 2 unidades de ovo 1 xícara (chá) de leite 1/2 copo de requeijão 1 xícara (chá) de queijo parmesão ralado • sal a gosto • pimenta-do-reino a gosto

Modo de preparo

Em uma tigela, misture o arroz, a mussarela, o presunto, a cenoura e a salsa. Coloque em um refratário untado com margarina. No liquidificador, bata os ovos, o leite, o requeijão, o queijo ralado, o sal e a pimenta. Despeje sobre o arroz e asse no forno, preaquecido, a 200 °C durante 30 minutos ou até dourar.

ARROZ DE TACACÁ

Ingredientes

1 xícara (chá) de arroz arbóreo cozido/ 1 xícara (chá) de Tucupi/ 50g de camarões secos/ 1/4 xícara (chá) de jambu cozido e picado

Modo de preparo

Em uma frigideira, coque o arroz e acrescente o tucupi e os camarões, mexendo sempre. Deixe cozinhar até reduzir o volume à metade e ficar cremoso. Acrescente o jambu picado, misture bem e sirva.

www.coquetel.com.br

SUDOKU

© Revistas COQUETEL

Exemplo

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

1 Preencha os espaços em branco com algarismos de 1 a 9, de modo que cada número apareça apenas uma vez na linha.

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

2 O mesmo deve acontecer em cada coluna. Nenhum número pode ser repetido, e todos os números de 1 a 9 se encontram presentes.

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

3 Nos quadrados menores (3x3), a regra é a mesma: aparecem números de 1 a 9, mas nenhum se repete.

A

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

B

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

29

SEUS PASSATEMPOS PREFERIDOS SEM SAIR DE CASA



#FaçaCoquetel @editoracoquetel @coquetel

ASSINE AGORA!
www.coquetel.com.br



Solução

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

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

PALAVRAS CRUZADAS DIRETAS

www.coquetel.com.br

© Revistas COQUETEL

Qualidade da pessoa amável	Como é chamado o ringue de MMA	Fixo a quantidade A do céu é o azul	Mulher da terceira idade		(?) Popular, grupo de pagode	Lanchar na escola Pequena flecha	
→	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓
Festejar; celebrar (p. ext.)	→						
Período de 90 dias	→						
O popular bicho-papão (Folc.)		Desvio moral Monarca; soberano	→			Conjunto de vozes	
→		↓				↓	
			Local onde se criam cães			Código (abrev.) Emude-cidas	→
→			↓			↓	
Hiato de "moeda"	→		Ingrediente da cocada Operação (Medicina)	→			Classe (?): elite Caloroso
			↓				↓
→					Atividade básica do agricultor		
Frente (?), tipo de blusa		Absorver pelas vias respiratórias	→				Assim, em espanhol
							↓
Acompanha o vau da noiva "Globo (?)", programa dominical	→						
(?) Gil, apresentador	→						
					Morada dos anjos (Rel.)		Inter-jeição de silêncio
Formato da curva de retorno	→	Orlando Teixeira, poeta			Tipo de calça O campo (bras.)	→	
→		↓			↓		
Desenvolvimento do país	→					Selo de qualidade total	→
Avivou o fogo		Código da pilha pequena	→			Líquido expelido na transpiração	→

BANCO 2/0C: 3/asi: 4/psiu — tara: 6/imerso — inalar: 12

SEUS PASSATEMPOS PREFERIDOS SEM SAIR DE CASA



#FaçaCoquetel @editoracoquetel @coquetel

ASSINE AGORA!
www.coquetel.com.br



Solução

H	O	N	S	V	V	T
O	S	I	N	O	I	V
O	S	S	E	8	O	V
I	H	d	V	C	8	N
S	O	d	1	N	V	H
V	O	1	V	N	I	8
H	V	1	V	N	I	O
H	V	H	V	C	I	N
V	O	C	O	C	E	O
O	O	C	S	O	8	9
N	O	V	H	V	I	O
E	H	I	S	E	W	I
H	V	O	W	E	W	O
E	V	O	D	I	1	O
W						

LEMBRETE BEBA ÁGUA!

Um corpo hidratado é um corpo saudável.



MANTENHA A CIDADE LIMPA!

A Lei de Crimes Ambientais (Lei nº 9.605/1998) considera o descarte irregular de lixo um crime, com possibilidade de multa, detenção ou reclusão.



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 251, DE 29 DE AGOSTO DE 2025.
EXONERAR JULIANA CAVALCANTI DE OLIVEIRA AFONSO, do cargo em comissão de Assessor Parlamentar II, a contar de 01.09.2025.

Nova Iguaçu, 29 de agosto de 2025.

MARCIO LUÍS MARQUES GUIMARÃES
Presidente

VAMOS COLORIR?

