

## PRODUÇÃO

ANUALMENTE, SÃO PRODUZIDAS MUNDIALMENTE CERCA DE 190 MILHÕES DE TONELADAS DE SOJA. OS ESTADOS UNIDOS SÃO O PRINCIPAL PRODUTOR, SEGUIDO PELO BRASIL, ARGENTINA, CHINA E ÍNDIA



## DERIVADOS

O ÓLEO DE SOJA É O MAIS UTILIZADO NA PREPARAÇÃO DE ALIMENTOS. A SOJA TAMBÉM SERVE DE MATÉRIA-PRIMA PARA PRODUTOS NÃO ALIMENTÍCIOS, COMO SABÃO, COSMÉTICOS, RESINAS, SOLVENTES E ATÉ BIODIESEL



## TOFU

TAMBÉM CONHECIDO COMO QUEIJO DE SOJA, É FABRICADO A PARTIR DO LEITE DE SOJA. TEM UMA TEXTURA FINA, SABOR DELICADO, COR BRANCA E SE APRESENTA, GERALMENTE, COM A FORMA DE UM QUADRADO



## a soja



## Pitadas



## CURSO

**Preconceitos à parte, lugar de homem é na cozinha, tanto que a maioria dos mais renomados chefs do mundo são homens. Mas, se no Brasil, geralmente, são as mulheres que assumem as panelas, pelo menos em casa, a Unifor promove mais uma vez - devido ao grande sucesso das edições anteriores - o curso "Lugar de Homem é na Cozinha", com aulas demonstrativas e degustativas de pratos marroquinos, franceses, gregos etc. Ministradas pelo chef Leo Gondim, as aulas acontecem nos dias 23, 24 e 25 de setembro, entre 18h e 22h, no Laboratório de Hotelaria da Universidade de Fortaleza. Mais informações no (85) 3477.3114 ou site [www.unifor.br](http://www.unifor.br).**



## NOVO PRATO

**OD'Abelle Bistrô, requintado restaurante que traz a Fortaleza a bucólica e charmosa paisagem da região de Provence, na França, acaba de lançar em seu cardápio a Fondue de Camarão, deliciosa iguaria que vem agradando em cheio aos clientes da casa. Os clientes que gostam do típico prato suíço também podem saborear as Fondues de Carne, Queijo e Chocolate, já existentes no cardápio, em um espaço climatizado e reservado especialmente para os amantes da iguaria. O restaurante D'Abelle Bistrô fica localizado na Rua Antônio Augusto, 799, no bairro Meireles. Mais informações nos telefones (85) 3226.0121 e 8847.7367.**



## BUFFET

**O restaurante Arre Égua Espaço Cultural, oferece diariamente almoço com buffet regional self-service, que conta com mais de 80 opções de pratos da culinária regional, além de buffet de saladas, grelhados e deliciosas sobremesas. No cardápio, são encontradas opções como carne de sol com macaxeira, feijão verde, galinha cabidela, assado de panela, paçoca, sarapatel, panelada, além de opções como camarão a grega, moqueca de peixe, dentre outras delícias. E aos sábados, tradicional feijoada ao som de muito chorinho. O restaurante Arre Égua Espaço Cultural fica localizado na Rua Delmiro Gouveia, 420, na Varjota. Mais informações: (85) 3267.5610**

## RECEITA

## TOFU (QUEIJO DE SOJA) FRESCO OU DEFUMADO\*



**O tofu é utilizado por muitos como substituto para o queijo tradicional derivado do leite de vaca. A aparência entre os dois é a mesma, mas o sabor é bem diferente**

## INGREDIENTES

- 1 litro de leite de soja
- 1 colher (sopa) de vinagre

## MODO DE PREPARO

1. Coloque o leite para ferver. Quando começar a ferver, adicione o vinagre e apague o fogo;
2. Tampe e deixe descansar até que o leite talhe e forme soro;
3. Coe em uma peneira com um pano limpo para extrair bem o líquido. Com a retirada do líquido obtém-se um tofu cremoso ou consistente.

\* Receita retirada do livro "Soja - Nutrição e Gastronomia"

## PUDIM DELÍCIA\*



**Sabor doce: o pudim delícia também pode ser feito com soja, basta substituir o leite de vaca pelo leite de soja, tornando o prato mais nutritivo**

FOTO: JOSÉ LEOMAR

## INGREDIENTES

- 1 lata de leite condensado
- A mesma medida de leite de soja
- 3 ovos
- 1 colher (café) de essência de baunilha
- 3 colheres (sopa) de açúcar para caramelar
- Raspas de uma laranja

1. Coloque o açúcar numa forma própria para pudim. Leve ao fogo baixo, vire a forma de todos os lados para caramelar o fundo e as laterais. Reserve;

2. Bata no liquidificador o leite com todos os outros ingredientes. Coloque o conteúdo na forma;

3. Leve ao forno em banho-maria;

4. Desenforme quando esfriar.

\* Receita retirada do livro "Soja - Nutrição e Gastronomia".