

quote bwin serie a - symphonyinn.com

Autor: symphonyinn.com Palavras-chave: quote bwin serie a

Um liquidificador de ar é ótimo para granola. De fato, se alguém tivesse que projetar uma máquina de granola, não achamos que seria muito diferente de um liquidificador de ar - basta jogar todos os ingredientes e dar uma mistura de tempos **quote bwin serie a** tempos. Nós gostamos de nossa granola ligeiramente salgada e não muito doce, delicadamente especiada, um pouco semeada e muito nutritiva. Para nós, essa aqui é quase perfeita, mas você pode tomar essas quantidades básicas como um ponto de partida e brincar com os sabores para combinar com o seu gosto.

Granola de gergelim e pinhão no liquidificador de ar

Sarit come iogurte e granola quase todas as manhãs - às vezes com algumas bagas (ou qualquer outro fruta que tenhamos deitada) e, **quote bwin serie a** dias com mais antojos, com uma boa rajada de mel e algumas tâmaras-dátil. Mas é melhor de tudo com nossa nossa geleia de morango e rosa caseira com morangos frescos - um absoluto vencedor com o granola, ligeiramente salgado e nutty.

Preparo **5 min**

Cozinhe **25 min**

Faz **400g** (caixa de pequeno-almoço para 1 por uma semana)

225g de aveia

50g nozes pecã ou nozes ou uma mistura, partidos

50g pinhões

30g gergelim

Uma generosa pitada de sal marinho

1 colher de chá de gengibre **quote bwin serie a pó**

50g açúcar mascavo

50g óleo vegetal ou óleo de coco

50g mel

Primeiro, você precisa forrar cuidadosamente a bandeja do liquidificador de ar ou o prato crisper com papel de hornear: corte um grande quadrado de papel de hornear (aproximadamente 25cm x 25cm), dobre-o **quote bwin serie a** um triângulo, dobre-o novamente e, **quote bwin serie a** seguida, novamente para criar pregas. Em seguida, abra-o e pressione o papel na bandeja do crisper dentro da câmara do liquidificador de ar. O papel deve subir as laterais - recorte-o com tesouras se ele for acima.

Pese todos os ingredientes na câmara forrada na ordem **quote bwin serie a** que estão listados, **quote bwin serie a** seguida, adicione três colheres de sopa de água. Coloque a coisa toda no liquidificador de ar e defina-o para a função assar a 180C/350F por oito minutos (sem precisar pré-aquecer).

Abra e misture o granola dentro de seu cesto de papel na câmara do liquidificador de ar, até que tudo esteja bem coberto pelo líquido doce e oleoso. Cozinhe no mesmo ajuste por mais oito minutos, então pare o liquidificador de ar novamente, misture e cozinhe por mais oito minutos.

Na etapa final, alterne o ajuste para assar ao ar a 180C, então cozinhe por mais cinco minutos. Levante cuidadosamente o papel por seus lados e coloque **quote bwin serie a** uma prancheta ou prancha, para que o granola possa esfriar mais rápido. Uma vez frio, transfira para um frasco à prova de ar.

Igor De Santis enfrenta un desafío en su candidatura a la

alcaldía de Ingria

La última vez que Igor De Santis postuló para alcalde en Ingria, un pequeño pueblo rodeado de bosques y montañas cerca de Turín, ganó una fácil victoria por aplastamiento. Pero se enfrenta a un desafío difícil en su intento de conquistar un cuarto mandato después de que su madre se uniera a un campo rival.

Ingria, uno de los pueblos más pequeños de Italia, tiene 46 habitantes. Otras 26 personas, registradas para votar desde el extranjero, forman parte del electorado.

De Santis, de 42 años, ha dirigido la administración desde 2009 y esperaba competencia en la carrera por la alcaldía del opositor, el concejal de 70 años, Renato Poletto. La situación se complicó cuando Stefano Venuti, un residente de Milán que tiene una segunda residencia en Ingria, se postuló para alcalde. "No esperábamos eso", dijo De Santis.

Y luego, la carrera micro fue completamente volcada cuando Poletto anunció que había asegurado el apoyo de la madre de De Santis, Milena Crosasso, y la había postulado para un cargo de concejal en la boleta para elegir un nuevo consejo el 8-9 de junio, como parte de una lista que incluye a nueve mujeres y un hombre. En total, 30 personas -aproximadamente dos tercios de los habitantes del pueblo- compiten por cargos.

"Le pedí que se uniera a mí, pero después de que vio que la lista de Poletto era en su mayoría mujeres, decidió ir con ellos", dijo De Santis.

Crosasso dijo que la rivalidad no afectaría la armonía familiar. "Tanto mi hijo como yo queremos lo mejor para la comunidad y esto es una oportunidad para dar voz a las opiniones de las mujeres sin socavar los lazos familiares", dijo.

Desafíos y objetivos

Ingria se encuentra en el Valle de Soana en Italia y enfrenta problemas similares a otros pueblos de montaña, como la despoblación, los servicios escasos y los desafíos con la nieve durante el invierno. Desde 2024, cuando se nombró como uno de los "pueblos más hermosos" de Italia, también ha tenido que enfrentar un aumento del turismo.

"Ha habido un aumento increíble y debemos gestionarlo", dijo De Santis. "Hay pocos residentes, pero muchas segundas residencias. Nuestro objetivo principal es preservar la belleza de Ingria".

Venuti le dijo al periódico Corriere della Sera que decidió postularse para alcalde después de ser instado a hacerlo por los lugareños. "Me he integrado muy bien", dijo.

A pesar de la competencia, De Santis, cuyo abuelo fue alcalde de Ingria durante 30 años, dijo que era "optimista" de que podría ganar.

Informações do documento:

Autor: symphonyinn.com

Assunto: quote bwin serie a

Palavras-chave: **quote bwin serie a - symphonyinn.com**

Data de lançamento de: 2024-08-17