

## Gloucester-Hartpury se consagra campeón en un emocionante partido frente a Bristol

Gloucester-Hartpury, líder de la tabla, finalizó 18 puntos por delante 0 de Bristol, pero durante un tiempo pareció que las matemáticas no son el fuerte de los osos. El equipo de 0 Dave Ward actuó como campeones en la primera mitad contra oponentes que los derrotaron en dos ocasiones durante la temporada 0 regular, pero Gloucester-Hartpury remontó una desventaja de 10 puntos en la primera mitad para su segundo título consecutivo de PWR.

La 0 fullback Emma Sing anotó 16 puntos, un ensayo, una penal y cuatro conversiones, en una exhibición sensacional y Gloucester-Hartpury fue 0 abrumadoramente dominante después del medio tiempo. Los campeones defensores habían sido sorprendentemente superados por tres ensayos a uno antes del 0 descanso cuando la England frontrow Hannah Botterman se destacó en particular. Gloucester-Hartpury también superó una decisión controvertida del TMO que 0 les negó un ensayo temprano en la segunda mitad.

## Rejuvenecido Inglaterra anota ocho ensayos para aplastar a Japón y abrir la 0 gira a lo grande

"Fue muy tranquilo", dijo el entrenador jefe de Gloucester-Hartpury, Sean Lynn, sobre su conversación en el medio 0 tiempo. "El gran mensaje fue tener fe. Crédito total a Bristol, esa fue una primera mitad sobresaliente, pero cómo reaccionamos 0 es de lo que estoy muy orgulloso".

En un hermoso día en Devon, las defensas comenzaron encima. La extraordinaria captura de 0 Evie Gallagher ganó una penal para Bristol, mientras que en el otro extremo, Sam Monaghan ejecutó una tackleada salvadora en 0 Abbie Ward.

El punto muerto se rompió espectacularmente después de 17 minutos con un ensayo de 23 fases de Bristol con 0 la física y la habilidad de Botterman prominentes. Courtney Keight anotó, liberada por Gallagher, después de la distribución autoritaria de 0 Holly Aitchison.

Bristol's Sarah Bern ganó otra penal en el breakdown y Gloucester-Hartpury se sentía el calor, especialmente cuando Monaghan fue 0 obligada a salir lesionada después de 18 minutos. Pero Gloucester-Hartpury no se amilanó.

[apostas sportingbet hojeapostas sportingbet hojeapostas sportingbet hoje](#)

Bethan Lewis y Sarah Beckett establecieron a Natasha Hunt para que corriera bajo los postes, Sing convirtió para poner 0 a los campeones en el marcador. Pero Bristol cambió suavemente a un simple empuje de delanteras con Lark Atkin-Davies redondeando 0 una fuerte carrera corta para restaurar su ventaja.

Nuevamente, los osos cambiaron suavemente de marcha, una manejo hábil permitió que Botterman 0 se abriera camino y creara una ventaja de 10 puntos en la mitad. Casi sorprendente ya que Bristol había concedido 0 una penal a sus oponentes nueve.

Los osos esperaban un comienzo sólido en la segunda mitad, pero se les negó cuando 0 Lewis anotó. El árbitro, Sara Cox, otorgó el ensayo que fue convertido, pero el TMO, Nikki O'Donnell, persuadió a Cox 0 para que revertiera la decisión.

Pip Hendy luego se zambulló para reducir la brecha y un excelente gol de conversión de 0 Sing acercó a Gloucester a tres. Ninguna verificación del TMO esta vez. Fue todo Cherry y Whites a partir de 0 ese momento y lideraron cuando Sing embistió después de un hermoso pase de Lleucu George antes de convertir su propio 0 ensayo.

Mia Venner corre hacia el ensayo para Gloucester-Hartpury.

Mia Venner corrió hacia el ensayo para Gloucester-Hartpury y de repente fue 26-17. O Hannah Jones, el centro exterior, capitalizó más manejo hábil después de un rápido lineout para caer sobre el flanco y 0 hacerlo 24 segundos ensayos sin respuesta.

Ella Lovibond, una suplente de Bristol, corrió hacia el ensayo y Reed convirtió para reducir 0 la brecha, pero no hubo forma de detener a Gloucester-Hartpury. Sing redondeó una actuación virtuosa con un gol de penalización 0 tardío.

"Va a ser uno difícil de digerir", dijo Ward. "Pero no podemos pensar en eso durante mucho tiempo porque la 0 temporada comienza en aproximadamente ocho semanas. Estaremos jugando el primer juego de la liga antes de que nos demos cuenta".

De 0 la avalancha de segunda mitad de los campeones, la ala Zoe Aldcroft dijo: "Estaba superaliviado. Una vez que tuvimos la 0 pelota en nuestra mano y comenzamos a atacar, no había forma de que pudieran detenernos. Crédito absoluto a las niñas 0 por salir y realmente luchar ... y crédito a Bristol, porque salieron absolutamente volando en la primera mitad. Estaban listos 0 para una final".

Esta receta convierte una comida para uno en una verdadera fiesta. Las cantidades indicadas son para una cena individual, pero se puede aumentar fácilmente según el número de personas que se vayan a servir. También es muy fácil de adaptar, ya que se puede decorar con una variedad de ingredientes. Para mí, es una comida reconfortante para la semana y algo que comes regularmente con tu familia.

## **Bowl de fideos instantáneos con huevo picante y chile**

Es una deliciosa receta para cuando tienes prisa. Utiliza una bolsa de fideos instantáneos y solo unos pocos ingredientes más, pero sigue teniendo mucho sabor. Me gusta decorar el bol con pulpos de frankfurter por diversión.

Tiempo de preparación **5 min**

Tiempo de cocción **10 min**

Rinde **1** porción

**1 -2 frankfurters**

**1 bolsita de 100g de fideos instantáneos con sobre de sopa deshidratado**

Para el huevo picante

**1 huevo**

**2 cda de aceite de chile picante** – uso Lee Kum Kee

Para servir (todos opcionales)

**Aceite de chile picante**

**Verduras mixtas cocidas al vapor**, como bok choy, brócoli, espinacas y repollo chino

**Tofu fermentado rojo o tofu**

**Salsa de soya**

**Cebollines cortados**

**Aceite de sésamo**

**Semillas de sésamo**

Para hacer los pulpos de frankfurter, corta cada frankfurter a la mitad a la mitad, luego BR un cuchillo afilado para cortar longitudinalmente dos tercios del medio de cada pieza, dejando la parte superior tercera intacta, que será la cabeza del pulpo. Gira la pieza de frankfurter en 90 grados, corta cada sección cortada nuevamente para que cada pieza tenga cuatro piernas, luego corta cada una de estas nuevamente para hacer ocho piernas. Ten cuidado al cortar, ya que los frankfurters pueden romperse fácilmente.

Trae una olla de agua a hervir y agrega los frankfurters, las piernas se enroscarán en dos

minutos y las piezas comenzarán a parecerse un poco a los pulpos. Sácalos cuidadosamente con una cuchara ranurada y déjalos a un lado.

Cocina los fideos en la misma olla de agua hirviendo durante cinco minutos, o hasta que estén al dente, luego escúrrelos; si estás usando verduras como acompañamiento,

---

**Informações do documento:**

Autor: symphonyinn.com

Assunto: bet 3 6 5

Palavras-chave: **bet 3 6 5 - symphonyinn.com**

Data de lançamento de: 2024-08-28