

sortudo 2024 slots - symphonyinn.com

Autor: symphonyinn.com Palavras-chave: sortudo 2024 slots

Tara VanDerveer se aposenta: una carrera récord de 45 años en el baloncesto femenino de la NCAA

La entrenadora del equipo de baloncesto femenino de la Universidad de Stanford, Tara VanDerveer, anunció su retiro el martes, poniendo fin a la carrera con más victorias en la historia del baloncesto universitario después de 45 años.

Esta temporada, VanDerveer superó al exentrenador del baloncesto masculino de Duke y miembro del Salón de la Fama del Baloncesto Naismith Memorial, Mike Krzyzewski, convirtiéndose en el entrenador con más victorias en la historia de la NCAA. Termina con 1,216 victorias en su carrera.

La entrenadora de 70 años dirigió a Stanford a tres campeonatos nacionales en sus 38 temporadas como entrenadora del equipo Cardinal y fue nombrada Entrenadora del Año en dos ocasiones durante su estadía.

"El baloncesto es el proyecto en grupo más grande que existe, y estoy increíblemente agradecida por cada persona que ha apoyado a mí y a nuestros equipos a lo largo de mi carrera como entrenadora", dijo VanDerveer en un anuncio compartido por Stanford Athletics.

"He tenido el privilegio de entrenar a lo mejor y a los más destacados en una de las instituciones más importantes del mundo durante casi cuatro décadas. Agregado a mi tiempo en Ohio State e Idaho, y como entrenadora del equipo nacional de EE. UU., ha sido un viaje inolvidable", agregó. Sin embargo, el récord de victorias de VanDerveer puede no durar mucho, ya que el entrenador del equipo de baloncesto femenino de UConn, Geno Auriemma, que también la superó este año, actualmente se ubica solo tres victorias por debajo de la entrenadora saliente de Stanford con 1,213 victorias en su carrera, todas como entrenador del Huskies.

"VanDerveer seguirá trabajando con Stanford y el Departamento Athletics en una capacidad asesora", dijo Stanford en su anuncio.

Stanford agregó que está en negociaciones con la entrenadora asociada de larga data de VanDerveer, Kate Paye, para asumir el cargo de entrenadora del equipo de baloncesto femenino de Stanford.

Receitas Simples e Deliciosas com Peixe e Mariscos

Quando encontro peixe e mariscos belos e frescos, prefiro tratá-los de forma simples, geralmente assando, grelhando ou cozinhando no forno com manteiga e ervas, ou acompanhados por um molho leve à base de creme e ervas. A ideia é deixar o peixe e mariscos serem os protagonistas do prato, com o mínimo de preparo possível para que **sortudo 2024 slots** frescura natural possa brilhar.

Filetes de sardinha grelhados **sortudo 2024 slots** pão com 'nduja

Essa receita é ótima para aproveitar filetes de sardinha. Se você comprar sardinhas inteiras, terá que limpá-las e retirar as espinhas antes de prepará-las.

Ingredientes

- 8 filetes de sardinha desossados e sem pele

- 4 pães moles
- **Para o molho de 'nduja**90g de manteiga macia150g de 'nduja1 colher de sopa de folhas de tomilho

Modo de Preparo

Para preparar o molho de 'nduja, bata a manteiga **sortudo 2024 slots** um recipiente até que fique cremosa. Adicione a 'nduja e misture até obter uma massa homogênea. Incorpore as folhas de tomilho e reserve.

Asses os filetes de sardinha no forno ou **sortudo 2024 slots** uma chapa grelhante untada com óleo por cerca de 6-7 minutos de cada lado. Espalhe o molho de 'nduja nos pães e coloque as sardinhas quentes **sortudo 2024 slots** cima. Aperte os pães para fazer sanduíches e sirva imediatamente.

Assado de peixe branco com molho doce e adoçado

Essa receita é deliciosa com qualquer tipo de peixe branco, mas é especialmente boa com bacalhau. Acompanhe com batatas cozidas e saladas.

Ingredientes

- **Para o molho doce e adoçado**1 cebola média, picada4 colheres de sopa de azeite de oliva1 dente de alho, picado125ml de vinagre de vinho branco50ml de água2 colheres de chá de açúcar2 colheres de sopa de passas de uva8 grãos de pimenta do reino
- **Para o peixe**4 bife de peixe branco (como bacalhau)Farinha para rolar o peixe4 colheres de sopa de azeite de oliva2 colheres de sopa de salsa

Modo de Preparo

Frite a cebola **sortudo 2024 slots** azeite de oliva até que esteja transparente. Adicione o vinagre, a água, o açúcar, as passas, os grãos de pimenta e a salsa. Deixe ferver por alguns minutos até que o molho engross

Informações do documento:

Autor: symphonyinn.com

Assunto: sortudo 2024 slots

Palavras-chave: **sortudo 2024 slots - symphonyinn.com**

Data de lançamento de: 2024-07-16