

# Das 9h às 5h

Edição mensal : Junho 2021

## Manjericos – história e tradições



O manjericos é uma herbácea aromática de folhas pequenas. A sua origem é o Médio Oriente, mas em Portugal está associada às festas de Santo António e São João. É conhecido como a “erva dos namorados” porque pela altura do Santo António, santo casamenteiro, os rapazes ofereciam manjericos em pequenos vasos às namoradas.

Para manter os manjericos por mais tempo devemos por um prato com água nas horas de maior calor e retirar à noite.

E pode cheirar o seu manjericos como quiser, mesmo com o nariz!

Formandos de Jardinagem

## Como preparar o melhor arraial do mundo – Edição covid-19

1. Convidar 10 pessoas com teste negativo e com máscara.
2. Escolher a música pimba
3. Comprar sardinhas, bifanas, enchidos, caracóis e entrecosto
4. Pôr a cerveja no congelador e outras bebidas no frigorífico
5. Por os manjericos nas janelas e as bandeirinhas penduradas
6. Ligue a música, coma, dance e converse com os amigos.



**Nota:** Se o seu arraial for no dia de jogo da seleção nacional, beba uma bebida fresca com uns tremoços e veja o jogo.

Formandos de andares.

## Santos populares

### Santo António

Nasceu em Lisboa junto à Sé, mas vai viver para Itália. É um dos santos mais populares da Igreja Católica e é conhecido como o Santo Casamenteiro. Em Lisboa os arraiais acontecem dia 13 de Junho, dia da morte da sua morte.

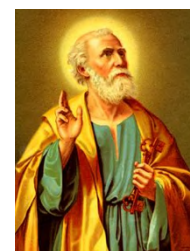


### São João

O São João é o padroeiro das festas do Porto no dia 24 de Junho. Estas festas têm muitas tradições: os martelinhos para bater na cabeça, os balões de ar quente que são lançados à noite, os saltos nas fogueiras e o fogo de artifício.

### São Pedro

As festas de São Pedro acontecem dia 29 de Junho. Este santos tem as chaves do céu e comanda a metrologia. Muitas vezes com há trovoada falamos que o São Pedro anda a arrastar os móveis.



Formandos de AFAC e Cozinha

## O Verão já chegou!

No dia 21 de junho de 2021 começou o verão. É o dia mais longo do ano, conhecido por solstício.

Para nós o verão é:

Praia

Calor

Estar com a  
família

Piscina

Festas

Passeios  
noturnos

Cinema

Gelados

Bolas de  
Berlim

Formandos de Lavandaria.

## Sugestão musical 🎵

### Verão Azul - D'zrt

Formandos de Lavandaria.



## Receita – Bolo de Laranja

### Ingredientes:

- 300 g de açúcar
- 200 g de farinha
- 6 ovos
- 3 laranjas
- 1,5 dl de óleo
- 1 colher (chá) de fermento em pó
- Açúcar em pó q.b.
- Manteiga para untar
- Farinha para polvilhar
- Hortelã para decorar

Tempo de preparação: 50 minutos

Tempos de cozedura: 50 minutos



### Preparação:

1. Aqueça o forno a 175 graus.
2. Unte uma forma com manteiga e polvilhe-a com farinha.
3. Lave as laranjas, corte 2 em quartos e retire-lhes os caroços.
4. Coloque-as num liquidificador, junte o açúcar, os ovos, a farinha, o fermento e o óleo e triture muito bem.
5. Verta depois a massa para a forma e leve ao forno aproximadamente 40 minutos.
6. Verifique a cozedura e retire do forno.
7. Deixe o bolo arrefecer um pouco e só depois desenforme.
8. Sirva decorado com açúcar em pó, a restante laranja e hortelã.

Formandos de Pastelaria

## Descobrir as 5 diferenças:



Hugo Teixeira

### **Ficha técnica**

Imagens retiradas da internet.

### **Referências dos textos:**

<https://rfm.sapo.pt/content/4471/a-verdadeira-historia-do-manjerico>

<https://revistajardins.pt/manjerico-planta-dos-santos-populares/>

<https://www.calendarr.com/portugal/inicio-do-verao/>

<https://www.teleculinaria.pt/receitas/receita-de-bolo-de-laranja-2/>

### **Jornalistas:**

Márcio Dias, Amilton Carvalho, Henrique Matias, Reinaldo Semedo (Formandos do curso de AFAC)

Liliana Pires, Joana Lopes (Formandos do curso de Cozinha)

Rodrigo Pinto, Hugo Teixeira, Myroslav Klose, José Jacinto, Miguel Antunes (Formando do curso de Jardinagem)

Ivan Lopes, Micael Ramos, Daniel Guedes, Fábio Esperança (Formandos do curso Pastelaria)

Cláudia Pina, Inês Sabroso, Bruno Reis, José Mário, Carlos Dias, Ana Paula, Nelson Vicente, Rafael Francisco (Formandos do curso de Empregados de Andares)

Ana Catarina Castanheira, Maria João Vinagre, Tiago Soares, Florbela Rochinha, Tomás Barbosa (Formandos do curso de Lavandaria).

### **Soluções:**

Bolha, cinto, mala, barbatana, coração.

