

OMELETE DE FORNO COM PRESUNTO

INGREDIENTES

Um quarto de xícara de leite

2 dentes de alho picados

1 colher de chá de sal
1 colher de sopa de azeite

1 xícara de presunto Sadia Livre&Lev; picado

2- xícaras de brócolis cru picado

Um quarto de xícara de cebolinha picada

Pimenta-do-reino moída a gosto

Um quarto de xícara de queijo provolone ralado

2. Numa tigela, coloque os ovos, o leite, o alho picado, meia colher de chá de sal e misture bem.

3. Em uma frigideira que possa ir ao forno, coloque o azeite, o presunto Sadia Livre&Lev, brócolis, a cebolinha picada, meia colher de chá de sal, pimenta-do-reino moída a gosto e refogue por 5 minutos.

4. Acrescente os ovos reservados e o queijo provolone ralado.

5. Leve a frigideira ao forno e asse a omelete a 200 graus Celsius por 20 minutos.

MODO DE PREPARO

1. Preaqueça o forno a 200 graus Celsius por 20 minutos.



Resumo das Novelas



Lobão se recusa a entregar Karina e incentiva a menina a disputar o campeonato Warriors. Delma pede que Nando converse com Pedro. Gael interrompe a luta entre Karina e Diego, e a menina deixa a academia acompanhada de Lobão. Bianca avisa a Edgard que não tem condições de atuar. Nando convence Pedro a tentar reconquistar Karina.



Mathias diz a Eric que o tratamento com Bebeth está evoluindo e que a levará para visitar o túmulo da mãe. Eric aceita Domênico como detetive particular para investigar o roubo do hotel. Dom revela a Cristóvão que é seu filho e que já fez o teste de DNA com Dilson. Antônia questiona Arlete sobre o motivo de ela ter abandonado Júlio.



José sofre um castigo cruel dos irmãos. Neferíades tem uma discussão com Kéfera.



Pedro não reconhece Tonico, que fica frustrado. Teresa se encanta com Dolores. Borges prende Lupita. Chega o dia da festa de noivado de Samuel e Pilar. Cândida diz que Justina e ela trabalharão juntas. Borges segue Abena e Baltazar, que vão ao encontro de Minervina. Quinzinho afirma a Clemência que não desistirá do sonho de ter um cassino. Pedro e Teresa se beijam.



Maria Clara, José Pedro e João Lucas hostilizam Maurílio. Maria Marta confirma a morte de José Alfredo. Cláudio e Beatriz ridicularizam o convite para a festa de aniversário de Magnólia e Severo. Enrico garante a Felipe que acabará com a reputação de Vicente. Manoel leva Cora para ver o depósito de bebida de seu bar. Jurema sonha novamente com Jairo. Leonardo convida Amanda para representar Maria Marta na escola de samba. Maria Marta conta para Cora o resultado da exumação.



Vitor está inconsciente na beira da escada. Lopo sacode Vitor e tenta acordá-lo. Lopo chama Doutor Leandro e uma ambulância. Diana e Júlio tocam o interfone na casa de Lopo. Toca o telefone na casa de Beatriz, ela atende, mas desliga. Beatriz sente um arrepio e pensa em Vitor. Daniel acha que Lopo pode fazer mal ao pai só para ficar com os negócios da família. Daniel pensa em produzir outra identidade falsa para se proteger de Lopo. Detetive contratado por Daniel segue Gerião.