

# Diário da Serra

f www.facebook.com/jornalds

O DIA-A-DIA DA NOTÍCIA

ANO XXII // EDIÇÃO Nº 10.724  
TANGARÁ DA SERRA - MT - BRASIL  
04 DE AGOSTO DE 2020

R\$ 2,00

Terça-feira

diariodaserra.com.br  
ds.jor.br

## ATEC

**Inicia o segundo semestre letivo com aulas remotas**

Foram mais de 90 dias conectados no primeiro semestre **P4**



DIÁRIO  
HOJE



4 PÁGINAS+  
CADERNO B

## COTAÇÃO



DÓLAR  
COMPRA: R\$ 5,32  
VENDA: R\$ 5,32



EURO  
COMPRA: R\$ 6,25  
VENDA: R\$ 6,25

## ARROBA DO BOI GORDO

TANGARÁ DA SERRA - MT



BOI  
R\$ 194,04  
VACA  
R\$ 182,61

## TEMPO



MAX 33º MIN 16º

Sol o dia todo sem nuvens no céu. Noite de tempo aberto ainda sem nuvens.

Envie Pautas, Fotos Sugestões e Vídeos para o whatsapp do DIÁRIO DA SERRA (65) 99809.2921



CENTRAL DO ASSINANTE (65) 3326.6501



Fotografe o QR code ao lado e acesse a página do site do seu jornal DIÁRIO DA SERRA

POR UMA PRÁTICA SUSTENTÁVEL RECICLE. PASSE ESTE JORNAL



# Corpo de Bombeiros realiza descontaminação biológica em órgãos públicos de Tangará

**OPERAÇÃO BIODEFESA** Doze órgãos públicos de Tangará da Serra serão descontaminados **P3**



A ação segue até quarta-feira em Tangará

## COVID-19

**Justiça retoma atividades em 50 cidades de Mato Grosso**

A Comarca de Tangará da Serra ainda segue fora da lista **P3**

## ONLINE

**Sebrae realizará série de webinars gratuito sobre o mercado de games**

As inscrições são gratuitas **P4**

## VALE DO SEPTUBA

**Unimed celebra um ano de atividades do Núcleo de Oncologia**

Ao todo 202 pessoas já utilizaram os serviços, mais de 100 pacientes já receberam alta **P2**

**1º ANO**  
Tratamento de Câncer em Tangará da Serra

Unimed  
Vale do Septuba

**DE OLHO NA CIDADE**

APRESENTADO POR IZAÍAS ZENERE

**DE SEGUNDA A SEXTA ÀS 11H**

AO VIVO TAMBÉM PELO FACEBOOK

**bem TV** **sbt HD**

CANAL 3.1

**Viva a vida em alta definição, porque você merece!**

SIGA-NOS @lentesgradual

**LENSES GRADUAL HD**

ARTIGO

DS

RECUPERAÇÃO JUDICIAL NÃO DEVE SER TABU

Com o crescimento e o passar dos meses no cenário crítico de pandemia, não é somente os tristes números de doença e falecimento que ilustram a gravidade do problema; o novo coronavírus (Covid-19) também atingiu drasticamente o setor empresarial e as pequenas cidades, sendo que muitas delas têm a principal fonte econômica no comércio local.

A pandemia não poupou nenhum tipo de negócio, do microempreendedor aos gigantes do mercado. O megaempreendimento canadense Cirque du Soleil, por exemplo, entrou em recuperação judicial após demitir milhares de funcionários, acumulando uma dívida bilionária.

No Brasil, os dados da Secretaria de Política Econômica (SPE) do Ministério da Economia apontam um cenário negativo para as empresas. Cerca de 3.500 companhias irão recorrer à recuperação judicial ou decretar falência nos próximos meses. A inadimplência pode crescer 294% em relação a um cenário sem a pandemia, atingindo 271 mil empresas no país.

De acordo com os dados da Junta Comercial de Mato Grosso (Jucemat), somente nos primeiros seis meses deste ano, houve baixa em todo o Estado de 6.217 empreendimentos.

Assim, mais um termo jurídico passou a fazer parte dos noticiários e despertar curiosidades: recuperação judicial em linhas gerais é a reorganização econômica, administrativa e financeira de uma empresa, feita com a intermediação da Justiça. Importante ferramenta utilizada justamente para evitar a falência.

Uma empresa precisa passar por um processo de recuperação quando está endividada e não consegue gerar lucro suficiente para cumprir suas obrigações, como pagar seus credores, fornecedores, funcionários e impostos.

Os efeitos colaterais da Covid-19 mostram um cenário caótico, o setor empresarial também está enfermo, e o acompanhamento jurídico para as empresas seguirem com flego se faz ainda mais necessário.

Imprevistos acontecem e uma empresa sólida (de todos os portes) também pode passar por reestruturação e ver nisso um importante meio de evitar falências. O plano de recuperação interessa a todos os envolvidos. É uma forma de garantir os interesses dos credores e dos empregados, graças à possibilidade de recuperação dos créditos e de manutenção dos empregos.

Recuperação judicial é diferente de falência. Uma interrogação frequente que se faz oportuno esclarecer. Na falência a empresa encerra completamente suas atividades e seus ativos são recolhidos pela Justiça e vendidos para o pagamento de suas dívidas.

Segundo informações do Estadão, a crise fez o número de falências dar salto de 71,3% no mês de junho e especialistas veem piora. Levantamento da Boa Vista SCPC mostra ainda alta de 44,6% nos processos de recuperação judicial; pequenas companhias respondem por mais de 90% dos negócios afetados.

Vale mais uma vez de forma didática enfatizar que a recuperação judicial é um processo pelo qual a empresa passa com o objetivo de permitir que se reorganize financeira, econômica e administrativamente com a intermediação do Poder Judiciário.

O instrumento da recuperação judicial que até então era um tabu entre os empresários, agora, com o fenômeno de 2020, deverá ser tratado de outra forma, e não mais como sinônimo de erro das empresas.

Sem sombra de dúvidas, o novo coronavírus também será um marco no âmbito do Direito Empresarial.

VALE DO SEPOTUBA

Unimed celebra um ano de atividades do Núcleo de Oncologia



Núcleo de Oncologia e Centro de Infusão atende Tangará da Serra e região

202 pessoas já utilizaram os serviços, mais de 100 pacientes já receberam alta

FABÍOLA TORMES / Redação DS

A Unimed Vale do Sepotuba atua na região há 22 anos, conta com uma rede ampla de médicos especialistas, hospitais, clínicas e laboratórios, oferece atendimentos de segurança e cuidados diferenciados aos mais de 40 mil beneficiários.

A fim de manter a humanização e excelência nos atendimentos aos seus clientes, principalmente aos que necessitam realizar o tratamento de câncer, no ano de 2019 inaugurou o Núcleo de Oncologia e Centro de In-

fusão para atender Tangará da Serra e região. O desgaste físico e emocional para batalhar contra esta doença é enorme e ofertar este serviço aos seus clientes faz toda diferença.

Um ano depois os resultados do projeto de expansão das atividades já podem ser vistos e vividos pelos beneficiários. Ao todo 202 pessoas já utilizaram os serviços, mais de 100 pacientes já receberam alta e seguem em acompanhamento médico, outros 68 continuam com tratamento humanizado e próximos de seus familiares.

Para o presidente da Unimed Vale Sepotuba, Ricardo Gonsales, o primeiro ano deve ser classificado como muito positivo. “Os resultados operacionais superaram muito as expectativas criadas para

o primeiro ano. É notório a forma como conseguimos proporcionar melhor qualidade de vida aos beneficiários que fazem tratamento de câncer, e isso nos deixa muito felizes. Esperamos cada vez mais diminuir as distancias, atender mais e melhor, proporcionar qualidade de vida aos clientes Onco-lógicos bem como àqueles que utilizam nossos serviços de infusão para medicamentos especiais.”

“Só o fato de estar tratando perto de casa, já ajuda bastante. Com a força dos familiares tudo fica diferente”, completou médico oncologista clínico, Cestênio Magalhães, ao garantir que o fator psicológico faz toda a diferença no tratamento de um paciente, não só nos casos de câncer, mas em qualquer tratamento.

TODA SEMANA

Estado promove II Encontro Mato-grossense de Aleitamento Materno

Fernanda Nazário / SES-MT

Começou nesta segunda-feira, 3, o II Encontro Mato-grossense de Aleitamento Materno (Emama), realizado pela Secretaria Estadual de Saúde (SES-MT). Devido à pandemia pelo coronavírus, o evento será virtual e transmitido pelo Telessaúde, por meio do canal Tele Educa Mato Grosso, no YouTube.

O encontro faz alusão à

Semana Mundial de Aleitamento Materno, que trata a temática mundial “Apoie o aleitamento materno: por um planeta saudável”. A atividade também marca o início da campanha nacional Agosto Dourado, movimento que visa à conscientização sobre a necessidade da amamentação na primeira hora de vida, mantendo-a de forma exclusiva por seis meses e complementada até os dois anos de idade ou mais.

As atividades do Emama

ocorrerão de segunda a sexta-feira, das 9h às 17h, com pausa durante o horário do almoço. Entre os temas a serem abordados, está a evolução dos indicadores de aleitamento materno no Brasil, o conflito de interesses e o impacto na amamentação e o aconselhamento em Aleitamento Materno em tempos de pandemia.

O evento é aberto aos profissionais da saúde e às pessoas que tiverem interesse na temática.

JORNAL DIÁRIO DA SERRA

Propriedade da AJOTA

ASSOCIAÇÃO JORNALÍSTICA DE TANGARÁ DA SERRA

CNPJ: 29.464.235/0001-16

Av. Tancredo Neves - 1247 W - Parque Mansões 78300-000 Tangará da Serra-MT

ISSN 22386467

REDAÇÃO

DIREÇÃO DE JORNALISMO

Fabíola Tormes

CONTATO

ds@diariodaserra.com.br

Envie Pautas, Fotos Sugestões e Vídeos para o whatsapp do

DIÁRIO DA SERRA

(65) 99809.2921

www.diariodaserra.com.br

www.ds.jor.br

TIRAGEM

1 MIL EXEMPLARES

CIRCULAÇÃO

Tangará da Serra, Nova Olímpia, Barra do Bugres, Porto Estrela, Campo Novo do Parecis, Sapezal, Denise, Arenópolis, Nortelândia e Santo Afonso.

CENTRAL DO ASSINANTE

(65)3326.6501

DEPARTAMENTO COMERCIAL

PUBLICIDADE ASSINATURA

PUBLICIDADE LEGAL

Associação Jornalística de Tangará da Serra - AJOTA

SERVIÇOS GRÁFICOS

E. Tormes e Cia. LTDA

CNPJ: 14.048.123/0001-07

CONTATO: adm@diariodaserra.com.br

Fone: (65) 3326-4724

Diário da Serra

O DIA-A-DIA DA NOTÍCIA

FUNDADO EM 11 DE NOVEMBRO DE 1996

EDIÇÃO ON-LINE DESDE 06 DE SETEMBRO DE 1997

Endereço: Av. Tancredo Neves - 1247 W

Parque Mansões - CEP:78300-000

Tangará da Serra - MT - Brasil

www.facebook.com/jornalds

@diariodaserra

## OPERAÇÃO BIODEFESA

# Corpo de Bombeiros realiza descontaminação biológica em órgãos públicos de Tangará

# Doze órgãos públicos de Tangará serão descontaminados

**FABÍOLA TORMES** / Redação DS

A 3ª Companhia Independente de Bombeiros Militar de Tangará da Serra iniciou nesta segunda-feira, dia 3 de agosto, os trabalhos de desinfecção biológica dos órgãos públicos de sua área de atuação, de grande concentração de público. A ação está sendo realizada em cumprimento ao Plano de Operações nº 016/2020 - Operação Bio-defesa Mato Grosso, para a prevenção e combate ao coronavírus.

De acordo com o Soldado BM Rafael Barretes, especialista na área de produtos perigosos, serão ao todo 12 órgãos públicos de Tangará da Serra

que receberão o trabalho de desinfecção, além de dois do município de Nova Olímpia e outros nove de Barra do Bugres.

Neste primeiro dia, segundo Barretes, a descontaminação biológica foi realizada na Delegacia Regional da Polícia Judiciária Civil e a Delegacia da Mulher, prédio da 22ª

“  
Operação  
Biodefesa para  
a prevenção  
e combate ao  
coronavírus

Circunscrição Regional  
de Trânsito (Ciretran) e  
no quartel da 3ª CIBM.

Nesta terça-feira, 4, os trabalhos seguem no Campus local da Universidade do Estado de Mato Grosso (Unemat). Co-

mando Regional da Polícia Militar, unidade local da Secretaria de Educação e ainda o prédio da Promotoria de Justiça de Tangará da Serra.

A ação segue até quarta-feira em Tangará da Serra. Depois disso, na quinta e sexta-feira em Nova Olímpia, e, posteriormente, em Barra do Bugres. Para a ação, a guarnição está composta por três Bombeiros Militares que estão utilizando materiais e equipamentos específicos para a atividade, sendo dois pulverizadores manuais, máscaras, roupas de proteção e luvas.

O Corpo de Bombeiros Militar de Mato Grosso (CBMMT), desde o lançamento da Operação de Biodefesa no dia 15 de julho, já atendeu diversas instituições públicas, oferecendo melhores condições de trabalho e garantindo a prestação



A ação segue até quarta-feira em Tangará

de serviços à sociedade diante da situação atual de pandemia do Coronavírus. A Operação visa intensificar as atividades

de desinfecção biológica na capital e municípios do estado, atendendo principalmente órgãos públicos.

# COVID-19

# Justiça retoma atividades em 50 cidades de MT

## A Comarca de Tangará da Serra ainda segue fora da lista

REDAÇÃO DS / Assessoria

Mais 28 comarcas do Poder Judiciário de Mato Grosso retomam nesta segunda-feira, 3, as atividades em meio à pandemia da Covid-19. Com as 22 que começaram semana passada, dia 27, o número de comarcas que aderiram ao plano chega a 50, do total de 79.

Essas 28 comarcas foram classificadas pelo Boletim Epidemiológico da Secretaria Estadual de Saúde (SES), do dia 30/07, como de risco baixo ou moderado para contaminação da Covid-19. São elas: Alta Floresta, Campo

Verde, Canarana, Chapada dos Guimarães, Colíder, Juara, Juína, Pontes e Lacerda, São José do Rio Claro, Vila Rica, Apiacás, Arenápolis, Campinápolis, Guarantã do Norte, Jauru, Matupá, Nobres, Nortelândia, Novo São Joaquim, Paranaíta, Pedra Preta, Porto dos Gaúchos, Porto Espiridião, Ribeirão Cascalheira, Rio Branco, Santo Antônio de Leverger, São Félix do Araguaia e Vila Bela da Santíssima Trindade.

“  
Demonstra a  
disposição do  
judiciário na  
retomada  
das atividades

A Comarca de Tangará da Serra ainda segue fora da lista, pois, conforme segundo boletim epidemiológico divulgado da última semana, o risco de contaminação elevou-se de moderado à alto. “Seguimos com os devidos cuidados e recomendação a observância as medidas de prevenção para que nos próximos boletins Tangará da Serra, Barra do Bugres e Sapezal baixem do risco alto de modo a que possa se programar a retomada das atividades presenciais”, espera o presidente da OAB de Tangará da Serra, Franco Ariel dos Santos, ao afirmar que apesar dessas unidades estarem fechadas, a abertura de 50 comarcas é um grande avanço. “O que demonstra a disposição do judiciário na retomada das atividades com os devidos cuidados e precauções”.



**Autorização dada pelo Comitê de Monitoramento do TJMT**



Atividades online pela Plataforma Poliedro

ENSINO A DISTÂNCIA

# Atec inicia segundo semestre letivo com aulas remotas

**Foram mais de 90 dias conectados no primeiro semestre**

FABIOLA TORMES / Redação DS

Considerando a necessidade de manutenção das medidas de distanciamento social para contenção do novo Coronavírus, a Associação Tangaraense de Ensino e Cultura (Atec) iniciou nesta segunda-feira, 3, as atividades letivas no segundo semestre de 2020 com aulas a distância.

Professores e alunos iniciam este período letivo exclusivamente de forma remota, seguindo um planejamento de ações com o intuito de preservar o processo de ensino e aprendizagem de maneira segura. “Hoje ainda a distância, de forma remota, porém com número maior de au-

las online”, garante o diretor Robson Costa.

Antes dessa retomada das aulas, porém, os educadores e equipe realizaram um treinamento, com o objetivo de planejar o que deve ser posto em prática ao longo do semestre, assim como para melhorar ainda mais o uso da plataforma de ensino aos alunos do fundamental I, do período da tarde, que também terão aula online, não somente gravadas. “Acreditamos que nossos alunos são tecnológicos e vão conseguir trabalhar bem com a ferramenta”, afirma o diretor. Os professores tem acompanhado os alunos e/ou pais por meio das redes

“  
Hoje ainda a  
distância, de  
forma remota

sociais, orientando-os em relação as atividades online, na Plataforma Poliedro Home School (<https://www.poliedroeducacao.com.br>).

Além do treinamento, para o volta as aulas, a escola também está realizando reuniões online e setORIZADAS com os pais. “Na sexta-feira tivemos com pais dos alunos do ensino médio, segunda com pais do fundamental II e a partir de terça teremos reuniões com os pais do fundamental I e educação infantil, para que possamos explicar certinho como será esse retorno”.

Já as aulas presenciais só voltarão após divulgação de decreto autorizando e normatizando a retomada destas atividades. “Não temos nada oficial ainda, mas temos uma expectativa, um otimismo de que setembro, outubro conseguiremos trabalhar com nossas crianças dentro da escola, novamente”.

ONLINE

**WEBINAR**

**GAME É NEGÓCIO**

AS OPORTUNIDADES NA INDÚSTRIA DE GAMES

**FASE 1**

Mediador:

Convidado:

**10 DE AGOSTO**

A PARTIR DAS 19H

EVENTO 100% ONLINE

**PANORAMA GERAL DA INDÚSTRIA DE GAMES**

**JOÃO GUILHERME PAIVA**

DIA DE NEGÓCIOS NA PLAYBOR

PRESIDENTE DA GAMING

**RAFAEL BASTOS**

PRODUTOR E FUNDADOR

NA DUMATIVA CREATIVE STUDIO

Entre os dias 10 a 14 de agosto, a partir das 19h

## Sebrae realizará série de webinars gratuito sobre o mercado de games

Assessoria

Já se foi o tempo em que os jogos digitais eram mero entretenimento, atualmente o Brasil é o 4º lugar em consumo de jogos digitais no mundo e movimenta cerca de US\$ 1,5 bilhão ao ano. Para debater este mercado o Sebrae-MT realizará uma série de webinars gratuitos intitulado “Game é negócio. As oportunidades na indústria de games”.

Entre os dias 10 a 14 de agosto, a partir das 19h, grandes profissionais do

mercado falarão sobre os desafios e oportunidades na indústria de games, cada dia com uma temática diferente.

Na abertura da série de webinars, no dia 10 de agosto, o diretor de negócios da Playbor, João Guilherme Paiva e o produtor e fundador da Dumativa Creative Studio, Rafael Bastos abordarão o tema: “panorama geral da Indústria de games”.

As inscrições são gratuitas e podem ser realizadas pelo link [bit.ly/game-negocio](https://bit.ly/game-negocio).

## INFORMATIVO EXAMES COVID-19

**CORONAVÍRUS POR PCR (RT-PCR)**

- **Método:** PCR em tempo real. / **Jejum:** Não é necessário
- **Material:** Swab nasofaringe/orofaringe.
- O teste identifica o material genético (**RNA**) do novo coronavírus (**2019-ncov**) por **PCR** em tempo real com a utilização de **primers específicos**.
- Este exame é realizado até o 7º dia de sintomas.
- **Prazo para entrega:** Até 9 dias úteis.
- **Consultar cobertura pelo convênio**

**SOROLOGIA PARA COVID-19 IGM/IGG (IMUNOLÓGICO)**

- **Método:** Quimioluminescência (CLIA)
- **Jejum:** Não é necessário
- **Material:** Sangue
- Identifica se houve contato com o vírus.
- O exame fornece determinação quantitativa de anticorpos IgG/IgM.
- Este exame é recomendado a partir do 7º dia de sintomas.
- **Prazo para entrega:** Até 5 dias úteis.

**TESTE RÁPIDO PARA COVID-19 IgG/IgM**

- **Método:** Imunocromatografia
- **Jejum:** Não é necessário
- **Material:** Sangue
- É utilizado para a detecção qualitativa de anticorpos específicos IgG e IgM.
- O exame é recomendado a partir 14º dia dos sintomas.
- **Prazo para entrega:** Até 1 dia útil
- **ESSE EXAME NÃO DEVE SER UTILIZADO COMO UNICA FORMA DE DIAGNOSTICO X IMUNIZAÇÃO.**
- **BAIXA ACURACIA:** Procure seu médico em caso de sintomas ou suspeita de infecção recente.

65 99609-6350

65 3339-6500

[www.doyonlaboratorio.com.br](https://www.doyonlaboratorio.com.br)

**DOYON**  
medicina laboratorial

Doyon Medicina Laboratorial - CRM/MT 888  
Responsável Técnica: Dra. Thaís Gonsales - CRM/MT 6121





Flávio Ricco

## No SBT, com ou sem Datena, ideia do novo “Aqui Agora” continua em pé

Crédito: Divulgação



José Luiz Datena

Até segunda ordem, ou ordem em contrário de Silvio Santos, a direção do SBT continua pensando num novo “Aqui Agora”, para estrear no mais curto espaço de tempo possível. José Luiz Datena chegou a ser convidado para a sua apresentação e a informação é que, até se decidir pela permanência na Band, o acerto esteve muito próximo de acontecer. Se ainda existe a possibilidade de uma reviravolta no caso ou a busca por outras alternativas, só o tempo dirá. Em se tratando de SBT, sempre é bem complicado assegurar qualquer coisa.

## TV Tudo Aprendizado

Malu Rodrigues integra o elenco de “Tapas & Beijos”, que volta ao ar nesta terça-feira na Globo. Ela começou na série fazendo participação e logo conquistou um papel fixo, como Bia, filha de Jorge (Fábio Assunção). “Foi um enorme aprendizado, tive os melhores amigos e professores de cena, um elenco dos Deuses, diretores e produção incríveis. Foi o trabalho onde descobri que tenho uma veia cômica”, conta a atriz.

Crédito: João Cotta/Globo



## Tentativa

Em relação ao “The Voice Kids”, a mensagem da Globo para os técnicos é a seguinte: tudo será feito para entregar o programa ainda neste semestre. Então devemos entender que Carlinhos Brown vai aparecer nas duas versões, e no mesmo período, ou poderá ser substituído no “Kids”?

## Trabalho conjunto

Profissionais da Record e da parceira Casablanca estão trabalhando em conjunto nos reajustes para a volta das gravações de “Amor Sem Igual” na próxima segunda-feira.

## Redução

Dentro desse plano de emergência para a volta das gravações de novelas na Globo, o autor Daniel Ortiz precisou eliminar cerca de 40 capítulos de “Salve-se Quem Puder”. Só serão produzidos 53, para exibição em 2021.

## Tá dentro

Apesar das modificações em “Salve-se Quem Puder”, a entrada de Rodrigo Simas está confirmada. Foi definida sua escalção para ser o músico Alejandro, aquele que disputará Juliana Paiva com Felipe Simas, seu irmão na vida real.

# SEXO É VIDA

E O MELHOR DELA AINDA ESTÁ POR VIR

Disfunção erétil e ejaculação precoce têm tratamento médico personalizado.

MAIS DE 20 ANOS DE EXPERIÊNCIA INTERNACIONAL, COM TOTAL CONFIDENCIALIDADE.

AGENDE SUA CONSULTA

**0800 205 1900**

**BOSTON MEDICAL GROUP**

www.bostonmedicalgroup.com.br

Responsável técnico: Dr. Orestes Mazzariol Junior - CRM: 30020

# 12 HÁBITOS QUE SUGAM O SEU DINHEIRO



comprar café de R\$ 10,00



comprar água na rua



bilhetes de loteria



deixar para se alimentar na rua



aplicativos pagos



fumar



ter vários cartões de crédito



usar muito o uber



ter muitos serviços de assinatura



não procurar por descontos



ter planos caros de celular



gastar muito dinheiro no bar

@fabricandovencedores

www.mentalidadevisionaria.com.br

Fonte: Pinterest   Fonte: Pinterest   Fonte: Pinterest   Fonte: Pinterest

## - MASSA DE PANQUECA -



2 XÍCARAS DE FARINHA DE TRIGO BRANCA



1 OVO



1 COLHER (SOPA) RASA DE FERMENTO EM PÓ



2 XÍCARAS DE LEITE INTEGRAL



1 COLHER (CHÁ) DE SAL



1 COLHER (SOPA) DE ÓLEO

### - MODO DE PREPARO -

- Misture todos os ingredientes e bata no liquidificador.
- Unte uma frigideira com um fiozinho de óleo e despeje uma concha de massa no meio da frigideira. Faça com que a massa preencha todo o fundo da frigideira de forma circular.
- Espere a massa ficar douradinha de um lado, vire-a e deixe o outro lado dourar também!
- Retire da frigideira e repita o processo com o restante da massa.
- Por último, escolha e prepara seu recheio e deposite-o sobre as panquecas. Enrole com cuidado e finalize com molho de tomate e queijo parmesão ralado por cima!

Receiteira