

DS

ARTIGO

PARA 2023, EU DESEJO UM "VOCÊ" AINDA MELHOR

O início de mais um ano vem aí, e a pergunta que mais se repete nas diversas esferas de nossas vidas é: o que temos pela frente? A bem da verdade, cada ano que passa essa pergunta bate à nossa porta, sem ter uma resposta clara para ela. Categoricamente, sempre fazemos uma autoafirmação de que "o próximo ano será melhor!".

E aí, na tentativa de transformarmos essa sentença em realidade, criamos a ambição de viver uma nova história, procurar novos postos de trabalho, conhecer novas pessoas, frequentar novos lugares, e assim por diante.

Não que isso esteja errado, mas mudar o mundo externo sem mudar a nós mesmos é o mesmo que pendurar uma maçã em uma laranjeira e esperar que, com o tempo, a maçã vire uma laranja.

A verdadeira mudança requer um plano que comece por nós mesmos, estruturando-nos a assumirmos uma direção.

Recomeçar é mais que somente superar o que deu errado por meio de uma mudança de ambiente ou uma troca de relacionamentos. Recomeçar é, antes, modificar, em si mesmo, o jeito, os trejeitos, a fala, a forma, a maneira; apostando na sua própria transformação como combustível de renovação do mundo.

A evolução é uma sequência de recomeços, e recomeçar requer um encadeamento de práticas e hábitos capazes de alterar a essência de si próprio. Eu chamo isso de Autoliderança!

Mudar o ambiente ao seu redor é excelente, mas como escrevo no meu livro - (Auto)liderança Antifrágil -, "toda e qualquer mudança só fará sentido se você se expuser a ela, abrir-se às novas circunstâncias para buscar, na verdade, uma transformação interna", porque recomeçar nunca é "que mude", "que seja", "que vá", mas sempre "serei", "mudarei", "irei". De outra forma não é recomeço, é apenas troca de experiência.

Entenda. De nada adianta trocar de empresa para recomeçar uma carreira se você não for sincero consigo mesmo sobre se realmente está fazendo o que quer, caso contrário qualquer lugar será ruim e estressante.

Não basta trocar de parceiro para recomeçar um relacionamento se você não for rever seu ciúme excessivo, sua forma hostil de tratar, sua falta de atenção (ou seja lá o que você precise adequar), do contrário todos os seus relacionamentos estarão fadados ao fracasso.

De nada adianta trocar o mundo à sua volta se você não transformar sua forma de encará-lo, sua forma de tratá-lo. E por isso, dessa vez eu não desejo um 2023 melhor para você. Eu desejo para 2023 um "você" ainda melhor!

Assuma o protagonismo por um verdadeiro recomeço em sua vida e jamais se esqueça de que a fórmula secreta para evoluir é sempre partir de si mesmo. Altere-se, alterne-se, transforme-se. Autolidere-se!

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
78302-028 Tangará da Serra-MT

ISSN 22386467

REDAÇÃO

DIREÇÃO DE JORNALISMO

Fabiola Tormes

CONTATO

ds@diariodaserra.com.br

Envie Pautas, Fotos Sugestões e Vídeos para o whatsapp do

DIÁRIO DA SERRA

(65) 3326-4724

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

f

www.facebook.com/jornalds

@diariodaserra

CONFRATERNIZAÇÃO

A magia do Natal para sua ceia

Dicas de uma ceia democrática, saudável e saborosa

REDAÇÃO DS

Quando o assunto é Natal e confraternizações de fim de ano, um dos momentos mais esperados entre famílias e amigos é a ceia. Além de proporcionar encontros e reencontros entre familiares e amigos, a ocasião é marcada por deliciosos pratos clássicos natalinos, que variam entre salgado e doce, ou na mistura de ambos.

Entre as principais receitas tradicionais servidas no dia, destacam-se o peru assado, o arroz à grega, o salpicão, a farofa com frutas secas, a rabanada, e claro, o pavê.

Mas se você é como a maioria dos brasileiros e ainda não ‘fechou’ o cardápio de Natal, vão algumas dicas para te ajudar nesta saborosa decisão.

BRUSQUETA



Brusqueta

A brusqueta é um prato extremamente fácil e rápido de fazer, além de ser muito barato, por utilizar pão baguete ou pão francês – que pode inclusive ser aquele pãozinho que sobrou do dia anterior.

Ingredientes

1 baguete pequena
1 dente de alho
2 tomates grandes e maduros
2 ramos de manjerição
2 colheres de sopa de azeite
Sal a gosto
Pimenta-do-reino a gosto

Modo de preparo

Corte a baguete em fatias de 1 cm; coloque-as em uma assadeira e leve-a ao forno pré-aquecido a 180º graus por cerca de 10 minutos ou até que fiquem crocantes e levemente douradas. Reserve.

Lave os tomates, corte-os ao meio e retire as sementes. Corte os tomates em cubos, cerca de 0,5 cm. Em uma tigela, coloque os tomates em cubos, as folhas de manjerição, o azeite, o sal, a pimen-



Ocasão é marcada por deliciosos pratos clássicos natalinos

Modo de preparo

Em uma panela com fogo desligado, coloque o leite condensado, o amido de milho e misture bem para que o amido se dissolva.

Acrescente o leite, as gemas peneiradas, a essência de baunilha e misture bem.

Ligue o fogo e mexa bem por cerca de 9 minutos ou até engrossar.

Transfira o creme para um recipiente, cubra com papel filme (encostando na parte de cima do creme) e leve para a geladeira por cerca de 1 hora.

Após gelado, transfira o creme para uma vasilha grande. Com uma batedeira, bata até que fique com uma consistência bem cremosa e reserve.

Em outra vasilha, coloque a manteiga, o açúcar e bata, com a batedeira, por cerca de 5 minutos.

Volte ao creme e, gradualmente, vá acrescentando o creme de manteiga e açúcar, misturando com a batedeira até que tudo se incorpore. Reserve.

Em uma assadeira, com o fundo removível (e com papel manteiga forrando o fundo), vá dispondo as bolachas Calipso na lateral da forma (com a parte de chocolate virada para a forma).

Com cuidado, espalhe o creme preenchendo toda assadeira. Deixe um pouco de espaço para finalizar com a cobertura (deixe o creme um pouco abaixo do nível das bolachas).

Leve para a geladeira por cerca de 1 hora.

Cobertura e montagem

Leve o chocolate e o creme de leite ao microondas de 30 em 30 segundos até que tudo se incorpore.

Retire a torta da geladeira e vá espalhando a cobertura por toda a superfície dela.

Leve mais uma vez para a geladeira, por cerca de 2 horas. Retire da geladeira e desinforme com cuidado.

Agora é só servir. Bom apetite.

Ingredientes da massa

1 caixinha de leite condensado
3 colheres de sopa de amido de milho
500 ml de leite
4 ovos (apenas as gemas)
1 colher de chá de essência de baunilha
400 gramas de manteiga sem sal (em temperatura ambiente)
½ xícara de chá de açúcar
2 pacotes de bolacha Calipso (ou outra similar de sua preferência)

Ingredientes da cobertura

300 gramas de chocolate meio amargo
1 caixinha de creme de leite