

Opinião/Publicações

Sugestões de Culinária

Por: Maria de Lurdes Pereira

Ovo no Forno em Ramequim

Ovos são a minha comida de paixão! Podia comê-los de todas as maneiras e feitios, todos os dias que não me cansava.

Talvez o meu fígado não achasse muita piada mas eu era capaz. Aliás, se apenas pudesse consumir um alimento na vida a minha escolha seriam os ovos.

Esta é apenas uma das melhores maneiras de os preparar, a juntar a tantas outras.

É receita para um e pode ser multiplicada ad aeternum... (ou enquanto houver ovos)

1 ovo
2 colheres de sopa de natas
Sal, pimenta e noz-moscada q.b.
1 raminho de tomilho

Pôr uma colher de sopa de natas num ramequim. Por cima pôr o ovo e a outra colher de sopa de natas. Temperar com uma pitada de sal, pimenta moída e noz-moscada raspada. Pôr um raminho de tomilho por cima.

Levar ao forno num tabuleiro com água a ferver e deixar cozer em banho-maria por cerca de cinco a sete minutos.

Mais receitas em: <http://belitaarainhadoscouratos.blogs.sapo.pt/>



Armando da Silva Vigário

Um homem que tinha uma câmara de filmar

➤ António Costa Valente
Cine Clube de Avanca

Por volta dos anos 80 do século passado, uma das primeiras atividades do que viria a ser o Cine Clube de Avanca foi a organização de uma Mostra do Cinema Amador de Avanca.

Aconteceu no salão da JAU (Juventude de Avanca Unida), defronte do Largo de São Sebastião.

Ali se exibiram filmes inesperados. Os jogos de futebol do Avanca no Campo de Fontela filmados pela câmara demasiado ágil de Manuel Valente (o empreendedor barbeiro da terra), e os filmes duma dupla que em filme super 8 e com um gravador portátil de cassetes áudio fazia reportagens *in loco* de acontecimentos igualmente inesperados, como a escalada da torre dos Clérigos no Porto.

Depois exibiram-se um conjunto de outros filmes, imagens de família, de tempos felizes de que nos ficamos sobretudo o enquadramento dos Açores e do amarelo das

suas águas quentes onde se mergulhava e sorria para a câmara de filmar.

Eram imagens de um outro mundo que aqueceram a noite de inverno dessa primeira mostra do nosso cinema. A noite foi longa porque à volta de uma rodada de cadeiras as conversas surgiram como cerejas.

De todos os cineastas presentes nessa noite, restava Armando da Silva Vigário. No sábado nove de janeiro de 2021, apagou-se a luz da sua presença amiga.

Entretanto a sua máquina de filmar foi estando lá por casa e, enquanto isso, o Cine Clube de Avanca legalizou-se (em 1982) e foi continuando a projetar filmes e também a fazê-los. A Mostra viria a dar em 1997 um festival de cinema, agora internacional e com filmes diferentes, mas sempre com um lugar para os da terra, os filmes de Avanca.

Armando Vigário, sempre presente, emprestou já não os seus filmes ou a sua máquina de filmar, mas depois viu a sua família a integrar o cineclubes. Seus filhos e netos têm estado por entre os tra-

balhos do festival e da associação, ajudando a incrementar projetos que nos mantêm de sorriso aberto, assim como se todos copiassemos o seu.

A amizade é um motor e um conforto. É por isso um fator imprescindível para a concretização do que realmente vale a pena. Por entre os pingos da chuva e da pandemia, neste inverno de 2021, o tempo de distância que vivemos não deixará de permitir sussurrar a memória de mais de 40 anos de um feliz encontro continuamente renovado. É a felicidade que enrolou rapidamente estas décadas num saber cultivar amizade com que muito aprendemos e nos deixa gratos.

E a máquina de filmar parece que continua lá em casa, que bom.

Estimados assinantes:
Estamos a trabalhar à porta fechada devido ao novo confinamento! Qualquer assunto ligue para 966 481 536 .

Caso pretenda fazer o pagamento da sua assinatura por transferência bancário o IBAN é PT50004530404019240138492.



Colocação de fitofarmacêuticos
Limpeza de terrenos e pinhais
Corte de árvores
Arranjo de Pomares
Serviço de rachar lenha

Rua do Monte, 15 | 3860-229 Beduído
Tlm: 969 042 403



IRO Implantologia e Reabilitação Oral
Estarreja | Oliveira de Azeméis | Sever do Vouga

Dra Fátima Santos - Médica Dentista

ADERENTE AO CHEQUE DENTISTA

Convenções com PT-ACS ; Sávida ; CGD
Seguros WDA e Seguros Dentalrede

Ortodontia Fixa e Implantes

Rua Dr. Manuel Lopes Rodrigues Edif. Mirantuã n.º1, 1.º esq. 3860 - 384 Estarreja
Tel. 234 843 733 / 936 520 613