

**4 PALAVRAS
PARA O
SEDUZIREM
EM SEGUNDOS!**

**COMO
POUPAR
MAIS €**
Pág. 56

ESPECIAL
Festas
O guia de Natal
de uma
cosmogirl

*Eva
Mendes*
A história da
latina mais sexy
de Hollywood

**O SEGREDO
DOS CASAIS
FELIZES**

Está aqui...
Pág. 68

Fantástica

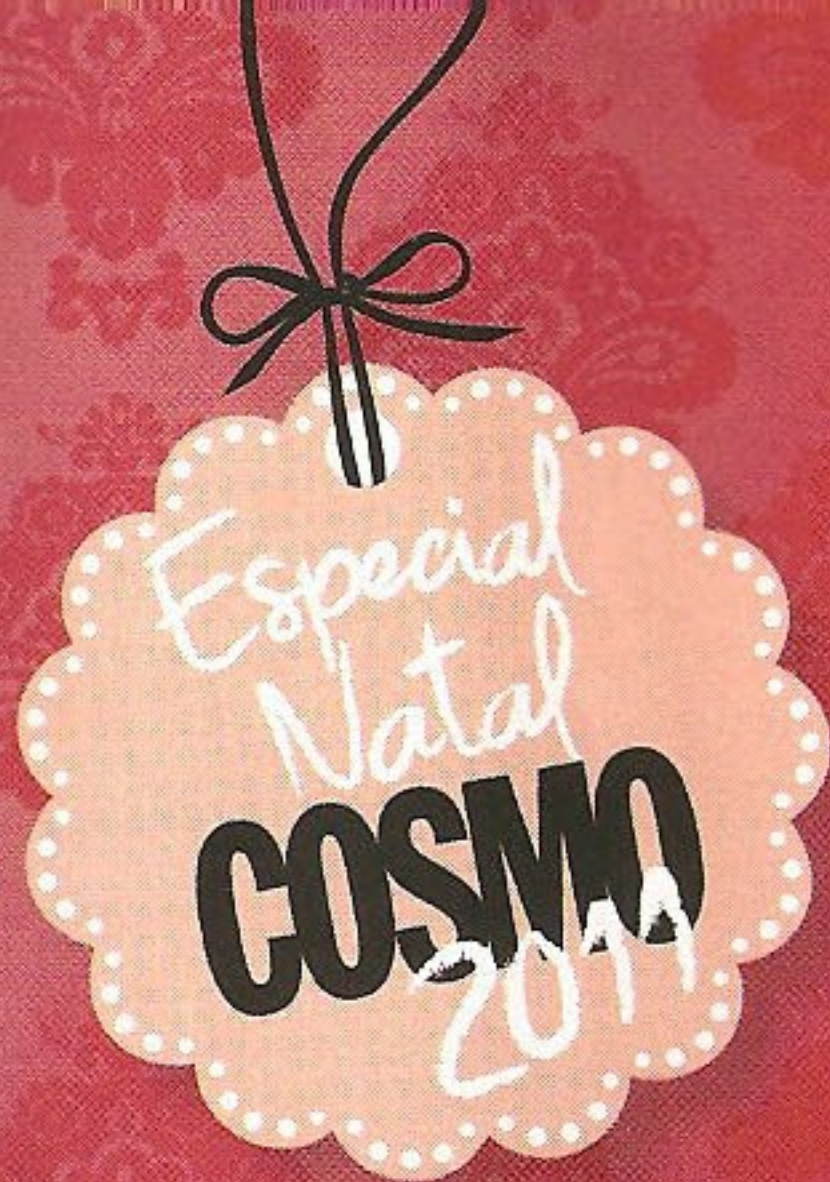
*O teu vestido de festa perfeito!
E ainda... os melhores acessórios*

*Party
look*
**PENTEADOS
SIMPLES
E RÁPIDOS**
(QUE PODES FAZER
EM CASA)

**PERDE
BARRIGA
EM 6
MINUTOS!**

PORTUGAL (CONT.) € 2,90





Um Natal mais "light"

Bacalhau, peru, cabrito, polvo, filhós, bolo-rei... invadem a tua mesa na noite da Consoada e fazem disparar os números na balança! Mas este ano pode ser diferente: segue as saudáveis sugestões do chef Pedro Sommer e tem um Natal muito mais *light*!

POR RITA TILLY

Entrada

Vieiras salteadas com puré de batata-doce e variedade de alfaces

Ingredientes:

- 8 Vieiras
- 800g Batata-doce
- 4g Tomilho
- 1 Dente de alho
- 1 Pau canela
- Azeite q.b.
- Sal
- Pimenta

Confeção:

- 1 Descasca e corta em cubos a batata-doce.
- 2 Coloca os cubos num tabuleiro, com um ramo de tomilho, pau de canela, um dente de alho e um fio de azeite.
- 3 Leva o tabuleiro ao forno coberto por papel de prata, cerca de 50 minutos a 160°C.
- 4 Depois de pronto, retira o pau de canela e tritura até conseguir um puré bem ligado e sem grumos.
- 5 Coloca um fio de azeite numa frigideira e, com o lume forte, cora as vieiras até ficarem douradas.
- 6 Serve as vieiras sobre o puré de batata-doce e acompanha com uma salada de variedade de alfaces.

As vieiras são moluscos bivalves que podes encontrar em lojas gourmet





Sobremesa

“Raviolis” de ananás com mousse de requeijão, laranja, mel e nozes

Ingredientes:

- 1 Ananás
- 1 Requeijão
- 1 Laranja
- Mel
- 30g Nozes
- Hortelã

Confeção:

- 1 Corta o ananás em fatias muito finas.
- 2 Numa tigela, desfaz o requeijão e junta um pouco de sumo de laranja, 2 colheres de sopa de mel, as nozes partidas e a hortelã cortada finamente.
- 3 Emprata em forma de ravioli.



Prato principal

Rolinho de peru recheado com queijo fresco e manjericão sobre legumes

Ingredientes:

- 4 Bifes de peru fininhos com cerca de 170g
- 100g Queijo fresco
- 4 Folhas de manjericão
- 240g Cogumelos
- 120g Brócolos
- 120g Alcachofras
- 80g Tomate cherry
- Amêndoas torradas
- Azeite q.b.
- Sal
- Pimenta

Confeção:

- 1 Corta os legumes em pedaços pequenos.
- 2 Estende os bifes de peru e tempera com sal e pimenta.
- 3 Dispõe por cima dos bifes o queijo fresco e o manjericão já cortados e enrola em forma de charuto.
- 4 “Fecha” os rolinhos com a ajuda de palitos. Cora os rolinhos numa frigideira.
- 5 Leva-os ao forno a cerca de 175°C, durante cerca de 7 minutos.
- 6 Noutra frigideira coloca azeite, deixa aquecer bem e salteia os legumes, sem os deixar queimar, nem esquecer de temperar com sal e pimenta.
- 7 Junta as amêndoas torradas. Serve o rolinho sobre o salteado de legumes.

Para te dar uma ajuda...

● Experimenta a Masterchef Gourmet Moulinex, que permite cortar, ralar, amassar, moer e misturar todo o tipo de ingredientes. Com um conjunto de acessórios metálicos que permitem realizar todo o tipo de preparações rapidamente e sem qualquer dificuldade, vais poder ter mais tempo para compor o teu look para a festa! (Com acessórios, 320€; sem acessórios, 230€)



MAS SE NÃO TE APETECER (MESMO) COZINHAR...

Podes sempre encomendar a tua ceia de Natal à la carte, e ainda assim fazer um brilharete! Se procuras um menu mais tradicional, mas que te poupe tempo e trabalho (e ainda te dê a fama de *Master Chef!*), damos-te algumas sugestões de restaurantes e empresas de catering onde uma ementa de sonho está à distância de um telefonema:

EL CORTE INGLÉS

● Podes começar com sapateira recheada, abacaxi com lavagante e camarão ou crepes de marisco. Bacalhau com presunto e broa de milho ou leitão da bairrada são outras das opções de *nuestros hermanos*.

Lisboa – Tel. 213 711 700.
Gaia – Tel. 223 781 400.

COOK IT

● O nome engana. Se procurares o Cook It, tudo o que tens de fazer é decidir qual o menu que queres e eles cozinham para ti. A noite de Natal não é exceção. Sugerimos o creme de castanhas com *ragout* de cogumelos, o cabrito assado com chipolata ou os brigadeiros.
Lisboa – Tel. 210 107 422.
www.cookit.pt

CASA DA COMIDA

● Aqui é a comida que vai à tua casa. Entre o bacalhau Casa da Comida, o cabrito assado à norte-nha ou o peru assado com recheio de castanhas, o difícil é mesmo escolher.

Lisboa – Tel. 213 885 376 / 213 860 889.
www.casadacomida.pt

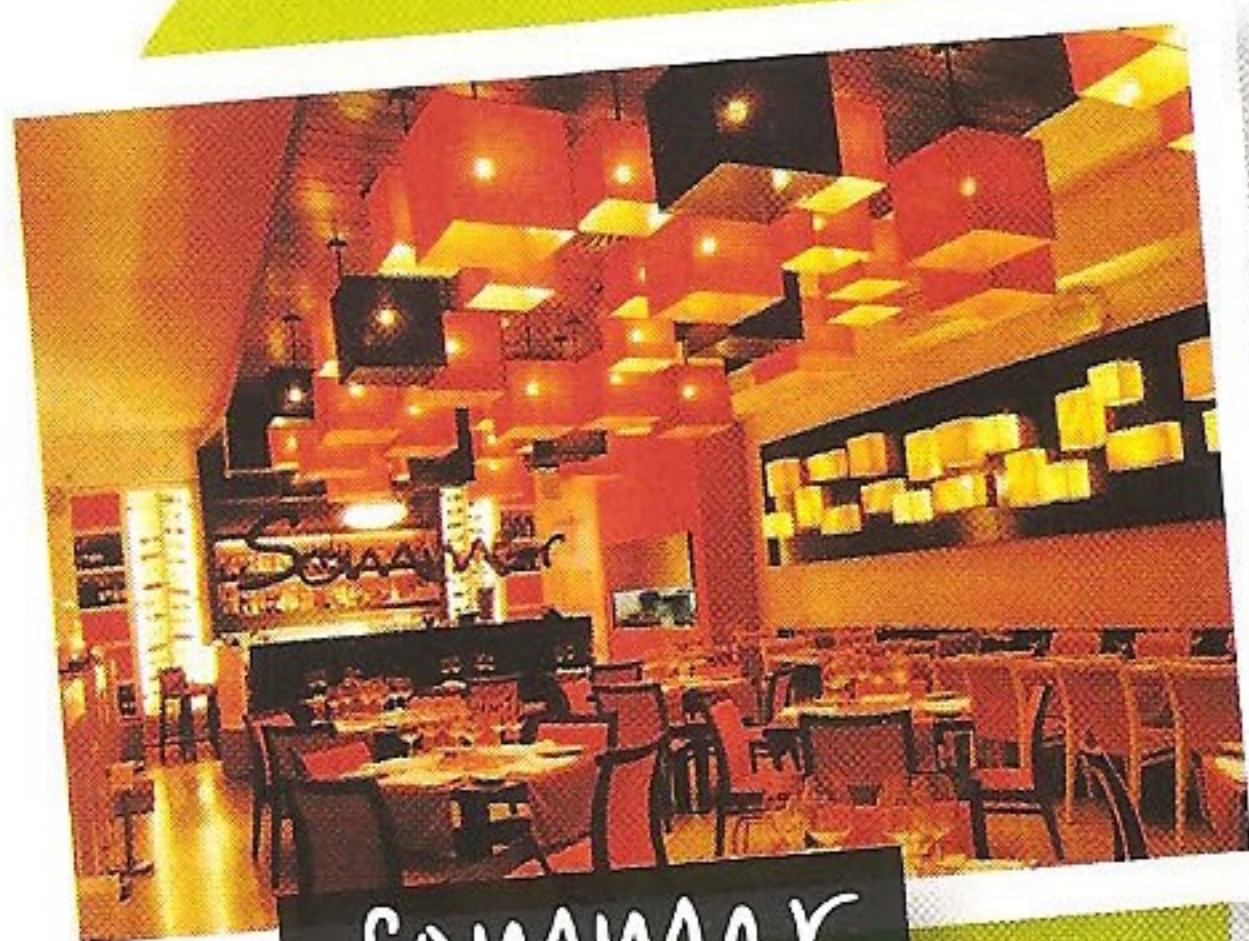
CONFEITARIA FERREIRA

● Se te faltam os doces e os salgados aqui encontras a solução para o teu problema. É só encomendar... e depois tentar resistir a tamanha tentação!

Matosinhos – Tel. 229 378 065.
www.confeitariaferreira.pt

Aproveita em pleno o teu fim de semana

**Sugestões Cosmo
para todos os
estados de espírito!**



Sommer o ano inteiro

O nome do restaurante é demonstrativo da atmosfera *cool* que se sente assim que se entra no Sommer. O espaço do chef Pedro Sommer contagia-nos à primeira vista e à primeira dentada. Os pratos são deliciosos, mas o próprio chef admite que a sua cozinha não tem uma definição específica - no entanto, a cozinha portuguesa com um toque diferente é uma das especialidades da casa, não fosse o Risotto à Bulhão Pato com Camarão um dos pratos mais pedidos. Sommer. R. da Moeda, 1-K, Lisboa. Tel. 213905558.



Estrela por um dia

● Sê a estrela da noite e encanta tudo e todos com os teus dotes musicais! Junta o teu grupo de amigos e arrasem nas noites de karaoke do bar Lobby, no NH Campo Grande Hotel. Todas as sextas-feiras, a partir das 22 horas, podes mostrar ao mundo que nasceste para a música! Arrasa com a concorrência e ainda podes ganhar uma noite no hotel ou um jantar para dois no restaurante Lobby. Arrisca! Bar Lobby. NH Campo Grande Hotel, Campo Grande, 7, Lisboa. Tel. 217917600.

NOVIDADE COSMO!

● Se és apreciadora de sushi, tens agora mais um local onde podes satisfazer os teus desejos desta iguaria! O SushiCorner abriu mais um espaço, desta vez no Atrium Saldanha (Pr. Duque Saldanha, Lisboa). Ideal para quem não tem muito tempo, mas ainda assim pretende uma deliciosa refeição, este novo espaço promete sushi de qualidade e rapidez, enquanto tudo é preparado à tua frente. Experimenta!



Não deixes de visitar o novo SushiCorner no Atrium Saldanha e delicia-te!