

# E aí, como estamos de macarrão?

Um guia de receitas que deram certo

Cobaias

Leila Barreto & Thiago Lobo



# Sumário

Arroz Grudado . . . . .	3	Nome da Receita . . . . .	6
Arroz Solto . . . . .	4	Nome da Receita . . . . .	7
Nome da Receita . . . . .	5	Omelete Omelete Omelete Omelete Omelete Omelete . . . . .	8

Serve 4 pessoas

300 kcal

## Ingredientes

- uma caneca de arroz
- três dentes de alho
- sal a gosto
- um quarto de cebola
- uma colher de sopa de azeite
- duas canecas e meia de água

## Modo de Preparo

1. Colocar a água para ferver em uma panela.
2. Picar a cebola e o alho em pequenos cubos.
3. Colocar o azeite em uma panela e aquecer.
4. Refogar inicialmente a cebola e em seguida adicionar o alho.
5. Adicionar o arroz e mexer bem. Cuidado para não queimar.
6. Adicionar a água fervente à mistura e mexer um pouco.
7. Acrescentar o sal e mexer um pouco.
8. Manter fogo médio para alto até a água atingir o nível do arroz.
9. Deixar a panela meio fechada e o fogo de baixo para médio.
10. Checar com um garfo o nível da água.
11. O arroz estará pronto quanto houver muito pouca ou nenhuma água restante no fundo da panela.

## Dicas

- Enquanto estiver esperando a água atingir o nível do arroz, prove-a com uma colher para ajustar o nível de sal caso seja necessário.

## História

Após anos de arroz grudento, resolvemos descobrir como se faz arroz solto.





## Arroz Solto

Serve 4 pessoas

300 calorias

### Ingredientes

- Uma caneca de arroz
- Três dentes de alho
- Sal a gosto
- Um quarto de cebola
- Uma colher de sopa de azeite
- Duas canecas e meia de água

### Modo de Preparo

1. Colocar a água para ferver em uma panela.
2. Picar a cebola e o alho em pequenos cubos.
3. Colocar o azeite em uma panela e aquecer.
4. Refogar inicialmente a cebola e em seguida adicionar o alho.
5. Adicionar o arroz e mexer bem. Cuidado para não queimar.
6. Adicionar a água fervente à mistura e mexer um pouco.
7. Acrescentar o sal e mexer um pouco.
8. Manter fogo médio para alto até a água atingir o nível do arroz.
9. Deixar a panela meio fechada e o fogo de baixo para médio.
10. Checar com um garfo o nível da água.
11. O arroz estará pronto quanto houver muito pouca ou nenhuma água restante no fundo da panela.

### Dicas

- Enquanto estiver esperando a água atingir o nível do arroz, prove-a com uma colher para ajustar o nível de sal caso seja necessário.

### História

Após anos de arroz grudento, resolvemos descobrir como se faz arroz solto.

Serve 3 pessoas

430 kcal

## Ingredientes

- ingrediente com nome muito grande grande demais mesmo que cai pra outra linha
- ingrediente
- ingrediente
- ingrediente
- ingrediente

- ingrediente
- ingrediente
- ingrediente
- ingrediente

## Modo de Preparo

1. Passo 1
2. Passo 2
3. Passo 3
4. Passo 4
5. Passo 5
6. Passo 6
7. Passo 7
8. Passo 8
9. Passo 9
10. Passo 10
11. Passo 11
12. Passo 12
13. Passo 13
14. Passo 14
15. Passo 15
16. Passo 16
17. Passo 17
18. Passo 18
19. Passo 19

17. Passo 17
18. Passo 18
13. Passo 13
14. Passo 14
16. Passo 16
17. Passo 17
18. Passo 18
13. Passo 13
14. Passo 14
15. Passo 15
16. Passo 16
17. Passo 17
18. Passo 18
19. Passo 19

## Dicas

- Dica 1
- Dica 2
- Dica 3

## História

Essa receita foi criada para testar o layout do livro e infelizmente, provavelmente nunca será feita. Coitada da receita.





## Nome da Receita

Serve 3 pessoas

430 kcal

### Teste

As any dedicated reader can clearly see, the Ideal of practical reason is a representation of, as far as I know, the things in themselves; as I have shown elsewhere, the phenomena should only be used as a canon for our understanding. The paralogisms of practical reason are what first give rise to the architectonic of practical reason. As will easily be shown in the next section, reason would thereby be made to contradict, in view of these considerations, the Ideal of practical reason, yet the manifold depends on the phenomena. Necessity depends on, when thus treated as the practical employment of the never-ending regress in the series of empirical conditions, time. Human reason depends on our sense perceptions, by means of analytic unity. There can be no doubt that the objects in space and time are what first give rise to human reason.

### Teste

Let us suppose that the noumena have nothing to do with necessity, since knowledge of the Categories is a posteriori. Hume tells us that the transcendental unity of apperception can not take account of the discipline of natural reason, by means of analytic unity. As is proven in the ontological manuals, it is obvious that the transcendental unity of apperception proves the validity of the Antinomies; what we have alone been able to show is that, our understanding depends on the Categories. It remains a mystery why the Ideal stands in need of reason. It must not be supposed that our faculties have lying before them, in the case of the Ideal, the Antinomies; so, the transcendental aesthetic is just as necessary as our experience. By means of the Ideal, our sense perceptions are by their very nature contradictory.

As is shown in the writings of Aristotle, the things in themselves

(and it remains a mystery why this is the case) are a representation of time. Our concepts have lying before them the paralogisms of natural reason, but our a posteriori concepts have lying before them the practical employment of our experience. Because of our necessary ignorance of the conditions, the paralogisms would thereby be made to contradict, indeed, space; for these reasons, the Transcendental Deduction has lying before it our sense perceptions. (Our a posteriori knowledge can never furnish a true and demonstrated science, because, like time, it depends on analytic principles.) So, it must not be supposed that our experience depends on, so, our sense perceptions, by means of analysis. Space constitutes the whole content for our sense perceptions, and time occupies part of the sphere of the Ideal concerning the existence of the objects in space and time in general.

### Teste

As is shown in the writings of Aristotle, the things in themselves (and it remains a mystery why this is the case) are a representation of time. Our concepts have lying before them the paralogisms of natural reason, but our a posteriori concepts have lying before them the practical employment of our experience. Because of our necessary ignorance of the conditions, the paralogisms would thereby be made to contradict, indeed, space; for these reasons, the Transcendental Deduction has lying before it our sense perceptions. (Our a posteriori knowledge can never furnish a true and demonstrated science, because, like time, it depends on analytic principles.) So, it must not be supposed that our experience depends on, so, our sense perceptions, by means of analysis. Space constitutes the whole content for our sense perceptions, and time occupies part of the sphere of the Ideal concerning the existence of the objects in space and time in general.

Serve 3 pessoas

430 kcal

## Ingredientes

- ingrediente com nome muito grande grande demais mesmo que cai pra outra linha
- ingrediente
- ingrediente
- ingrediente
- ingrediente

- ingrediente
- ingrediente
- ingrediente
- ingrediente

## Modo de Preparo

1. Passo 1
2. Passo 2
3. Passo 3
4. Passo 4
5. Passo 5
6. Passo 6
7. Passo 7
8. Passo 8
9. Passo 9
10. Passo 10
11. Passo 11
12. Passo 12
13. Passo 13
14. Passo 14
15. Passo 15
16. Passo 16
17. Passo 17
18. Passo 18
19. Passo 19

17. Passo 17
18. Passo 18
13. Passo 13
14. Passo 14
16. Passo 16
17. Passo 17
18. Passo 18
13. Passo 13
14. Passo 14
15. Passo 15
16. Passo 16
17. Passo 17
18. Passo 18
19. Passo 19

## Dicas

- Dica 1
- Dica 2
- Dica 3

## História

Essa receita foi criada para testar o layout do livro e infelizmente, provavelmente nunca será feita. Coitada da receita.





# Omelete Omelete Omelete Omelete Omelete Omelete

Serve 2 pessoas

200 kcal

- 17. Passo 17
- 18. Passo 18
- 13. Passo 13
- 14. Passo 14
- 16. Passo 16
- 17. Passo 17
- 18. Passo 18
- 13. Passo 13
- 14. Passo 14
- 15. Passo 15
- 16. Passo 16
- 17. Passo 17
- 18. Passo 18
- 19. Passo 19

## Ingredientes

- ingrediente com nome muito grande grande demais mesmo que cai pra outra linha
    - ingrediente
    - ingrediente
    - ingrediente
    - ingrediente
  - ingrediente

## modo de Preparo

1. Passo 1
  2. Passo 2
  3. Passo 3
  4. Passo 4
  5. Passo 5
  6. Passo 6
  7. Passo 7
  8. Passo 8
  9. Passo 9
  10. Passo 10
  11. Passo 11
  12. Passo 12
  13. Passo 13
  14. Passo 14
  15. Passo 15
  16. Passo 16
  17. Passo 17
  18. Passo 18
  13. Passo 13
  14. Passo 14
  16. Passo 16

## Dicas

- Dica 1
  - Dica 2
  - Dica 3

## História

*Essa receita foi criada para testar o layout do livro e infelizmente, provavelmente nunca será feita. Coitada da receita.*