

UN POCO PARA TODOS

Realización: ROSA M. CUBELA

TRUCOS CASEROS



Aluminio brillante

Si quieres que los jarros o cazuelas de aluminio no se ennegrezcan cuando cocinas en baño de María, pon un chorrito o varios cascotes de limón dentro del agua.

Mostaza reseca

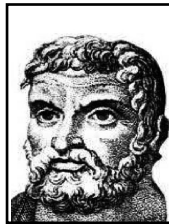
Cuando la mostaza se ha quedado reseca, añade un poquito de aceite y una pizca de sal y pimienta, remuévelo todo muy bien y quedará lista para servir nuevamente.

Mascarilla

Mezcla un yogur natural con varias cucharadas de harina de avena hasta que obtengas una pasta espesa. Aplica sobre el rostro una capa fina a modo de mascarilla y déjala secar. Elimínala con agua tibia y sécate bien. Usada cada semana te ayudará a desinfectar los granos y mejorar el aspecto de tu piel.



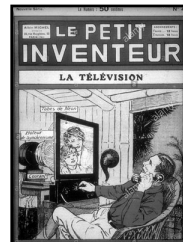
• Seguramente todos sabemos lo que es un tornillo, pero, ¿a quién se le ocurrió primero? Fue creación de un griego llamado Apolonio de Perge allá por el año 200 a.n.e.. El invento se generó a partir del desarrollo de la geometría de la hélice espiral, hecha por este griego, que luego diseñaría al famoso tornillo.



• Aunque todos pensamos que el videoteléfono es un invento muy reciente, en realidad data de 1956, cuando se utilizó

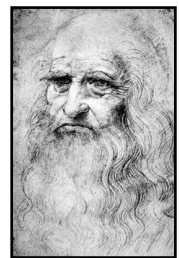
por primera vez la imagen electrónica fuera de la televisión. El encargado de esto fue Herbert Eugene Ives para la Bell Company y la primera demostración se realizó en la Feria Internacional de Nueva York en 1964.

• El inventor de ese reloj despertador al que odiamos todas las mañanas, fue Leonardo Da Vinci en 1490, en Italia. La forma que empleaba para despertar al durmiente era levantarle los pies mediante una palanca.



tarle los pies mediante una palanca.

• La magnetita es un mineral de color negro y de ella se extrae el hierro que se utiliza



para hacer clavos, rejas y también en la fabricación del acero.



PLANTAS QUE PREVIENEN

Oliva: Especialmente su aceite es un agente contra la arteroesclerosis, trombosis e infartos de miocardio. Posee, además, poder antioxidante.

Ajo y Cebolla: Contienen sulfuros que previenen enfermedades vasculares, cáncer e inmunostimulación. El ajo posee un efecto antiinflamatorio muy eficaz, la cebolla previene también los trastornos en la presión arterial.

Albahaca: Posee casi la totalidad de los requerimientos cotidianos de potasio, como también

una razonable cantidad de magnesio y calcio. Además es un poderoso agente anticancerígeno.

Arándano: Tiene compuestos orgánicos que impiden a la bacteria causante de la cistitis (*Escherichia coli*) adherirse a las células de las mucosas de las vías urinarias.

Pimientos: Previenen el cáncer y la trombosis, migrañas, dolores reumáticos y fibromialgias. Su principio activo es la capsaicina. Además, es muy rico en vitamina C.

Tomate: Contiene ácido cumárico, ácido clorogénico y licopeno. Actúa como anticancerígeno.

• Cuando un abogado se vuelve loco... ¿pierde el juicio?

• Cambio lindo perro Doberman por mano ortopédica.

• Era un hombre tan pero tan alto, que tropezaba el miércoles y se caía el jueves.

• Era una vaca tan pero tan flaca, que en lugar de dar leche daba lástima.

• Mozo, ¿qué tiene de entrada? -Una puerta de vidrio.

• En cada madre hay un piñón de suegra.

• No desayuné pensando en ti, no almorcé pensando en ti, no cené pensando en ti, ¡no dormí porque tenía un haaambre!

• Vendo patines para comprar dentadura postiza.

Ríase

• Era una señora tan flaca, tan flaca, tan flaca, que se vistió de rojo y parecía un arañazo

• ¿En qué se parece un desodorante a un hombre? En que los dos irritan.

• Con mi mujer siempre caminamos tomados de la mano. Si la suelto, se va de compras.

• ¿Qué le dijo un cuadro a una pared? Perdóname por darte la espalda.

• Había una vez un señor, tan, pero tan tan tonto, que ponía el diario en el freezer para leer noticias frescas.

• Hay dos tipos de hombres: Los inteligentes y la mayoría.

• Esta era una mujer tan gorda, que la balanza marcaba: continuará...

• ¿Qué le dijo un botón a otro? Cuidate que tenemos la vida en un hilo.

• Estaba un sacerdote celebrando una misa y dice: ¡Alabad, hermanos! Y contesta una señora: Y a planchad también, que dejé mucha ropa.



¡A la cocina!

DOS DE BERENJENA

Es una de las verduras más sanas y nutritivas que existen debido a su alto contenido en vitaminas y minerales. Su textura suave y gusto sabroso hacen de ella el ingrediente ideal para cocinar platos que harán las delicias tanto de niños como de adultos.

BERENJENA SALTEADA CON JAMÓN Y QUESO

Ingredientes (2 personas):

- 1 berenjena
- 3 dientes de ajo
- 2 lonjas de jamón
- 1 puñado de queso rallado

Preparación:

Pela la berenjena y empapa por una media hora con agua y sal para que pierda la amargura. En un sartén dora los ajos. Añade el jamón en pequeños pedazos, después la berenjena y deja hacer a fuego medio. Agrega el puñado de queso para que se funda. Se sirve caliente.



BERENJENA CRUJIENTE AL HORNO

Ingredientes (4 personas):

- 2 berenjenas
- Mayonesa
- 1 cucharadita de ajo en polvo
- 1 cucharadita de perejil seco
- ½ cucharadita de pimienta negra
- Pan rallado
- Queso (150 g)

Preparación:

Mezcla el pan rallado con el ajo, el perejil, la pimienta y el queso. Reserva. Lava las berenjenas y corta en rodajas no muy gruesas. Embadurna con mayonesa las dos caras. Reboza en la mezcla y ponlas en una bandeja de horno. Introduce en el horno, precalentado hasta que estén doradas.

Esta receta se puede versionar. Si no tienes perejil ni ajo le mezclas al pan rallado otras especias. Coge bien el sabor de todo. No requiere grandes esfuerzos. Se pueden, incluso, mojar en salsa.