

O Ardina / BIENNE

Folha Informativa Quinzenal em língua Portuguesa 2019

Bom dia do ARDINA/BIENNE

Senhoras e senhores leitores



Uma quinzena cheia de notícias tristes, como o cyclone em Mozambique, os atentados terroristas em Nova Selanda e Holanda, Os coletes amarelos franceses

cada vez mais com extremistas infiltrados e provocam o caos em França. A fome e revolta na Venezuela, as manifestations pelo clima que se passou de uma maneira passifica, são estas imagens que nos vem de toda a parte do mundo. esta diarreia de acontecimento nos diz que vivemos de mais em mais num mundo de gripe e que não encontramos ainda a medicação a tais sofrimentos. Boa leitura e até breve O ARNIDA/ BIENNE.

Notícias de Portugal

As notícias que causa muito desconforto para o governo é os laços de amizades e famílias que fazem parte dos nossos governos, mas como sabemos forram sempre estes ingredientes que os políticos utilizaram e utilizam para ter mais clemencia nas suas incompetências governativas. A cozinha dos amigos foi sempre e será é uma das especialidades de governação.

Uma notícia chocante é que muitos jovens cerca de 5%, tentaram suicidassem mais de que uma vez, e a maioria acabou mesmo a realizar o irreparável. A automutilação ou suicídio é praticado na maioria pelas raparigas. Este número preocupante obriga a uma resposta adaptada a toda a situação dos jovens, seja no meio de ensino ou familiar.



O caso de Catarina Sequeira canoísta que causou muita emoção em Portugal. Catarina que depois de um ataque de asma caiu em morte cerebral e estava de bebê, foi mantida em vida até ao nascimento do filho Salvador que nasceu no dia 27 de março 2019, o bebê da mãe morta nasceu frágil com 1,700 kg, ficando aos cuidados do hospital, e a família despediu-se da Catarina.

No dia 11 de março um grupo de enfermeiro recebeu a Ministra da saúde, Marta Temido com cravos brancos na mão na sede do PS no Porto. E alerta-la para os problemas ainda não resolvidos.

Os profissionais de saúde não quiseram deixar esta oportunidade para mostrar o descontentamento das principais reivindicações.



O Programa de Apoio de Redução do Tarifário dos transportes públicos (PART) é vista pelos partidos da oposição como um oportunismo eleitoral, seja o que for é uma excelente atitude do governo, esperamos que não deem com uma mão e tira com a outra, se está para durar seja vem vinda!



O dia da juventude pelo pedido CGTP em Lisboa na passada quinta-feira 28 de março 2019 houve uma manifestação contra a precariedade, que marcou o Dia Nacional da Juventude e que arrancou do Rossio cerca das 15H00 até à assembleia nacional, aonde todos os participantes chegaram acerca das 16H30. Pedindo mais emprego para a Juventude e dizendo que é preciso que isto mude! Foram as palavras de ordem dos manifestantes que com cartaz e faixas se podia ler " queremos mais estabilidade" direita à contratação, não à despenalização dos horários os trabalhadores não são máquinas. Fontes JN.

O ciclone Idai em Moçambique



O ciclone do 14 março que passou em Moçambique, deixou centenas de mortos e de desabrigados, no Zimbábue e Mapauoi, na região de Moçambique (Beira)



Conta-se nesta data cerca de 500 mortos e milhares de desabrigados. O risco de surto de cólera, vive-se um pesadelo nestas regiões. O Governo Português reagiu rápido à ajuda dos Moçambicanos, enviando equipas de ajuda humanitária com medicamentos e alimentação. Segundo o presidente Filipe Nyusi o número de vítimas fatais pode ultrapassar mil pessoas. Ainda de acordo com o Instituto, quase um milhão de pessoas foram afetadas pelo Idai

(839748 vítimas). Mais de 15 mil casas ficaram inundadas, 55463 totalmente destruídas e 28070 parcialmente destruídas. A área submersa no país é

cerca de 1300 quilômetros quadrados, segundo estimativas de organizações internacionais. A cidade mais afetada foi a Beira. Fontes JN

Trabalho e intolerância

Meu Deus o trabalho tomou conta de toda a nossa alegria, é a primeira fonte de riqueza para atingir a satisfação, como todo mudou, o trabalho faz parte da razão do homem para a sua existência, o homem sem trabalho sente-se paupérrimo e envergonhado nos seus hábitos quotidianos, as horas de trabalho não aumentaram mas as cadências de trabalho sim. O trabalho tomou conta dos espaços de pensamentos do ser humano, o trabalho está em todo o lado como um demónio que nos amedronta, encontra-se na mesa das nossas refeições, nas festas de família, na cama, nos nossos tempos de lazer. Faz parte da nossa mente como uma segunda personagem. Porque é que o trabalho se chama ainda trabalho? Podia ser a minha questão irónica? Do mesmo modo os puristas do trabalho nos dizem que o trabalho ajuda a realizar os sonhos, auxilia as pessoas a viver em sociedade. Os Nazis diziam Die Arbeit Macht Frei, colocando-o escrito nos portões dos campos de concentração, desta maneira o trabalho apresentado como um ato de humilhação ao ser humano.

O trabalho é muita das vezes apresentado como uma fonte de doença e saúde, assim o trabalho foi, nos últimos anos, considerado como um remédio, e o seu valor financeiro passou a segundo lugar.

A intolerância entre as pessoas que beneficiam de um trabalho e os que procuram trabalho é sempre apresentada com um certo escárnio, os ocupados dizem que o sol nunca os apanhou na cama... Uma maneira de dizer aos outros: levanta-te e vai trabalhar... Estas reações são o fruto de um capitalismo estudado, porque enquanto o desemprego for a falta de trabalho o valor do tempo de trabalho,

desce ou não aumenta!

Meu Deus, o fruto proibido hoje é o trabalho digno para milhões de pessoas no mundo. Hoje a nova filosofia sobre o trabalho passa por trabalhar para ser mais sociável... Trabalhar para ser menos egoísta... Trabalhar e pensar empresa e não família... Os grandes filósofos que pensaram e refletiram sobre o trabalho viram-se nos seus sepulcros, e dizem uns para os outros, ainda há muito para fazer! Meus Deus! Passa-se mais tempo a trabalhar de que a amar portanto nos acreditamos no AMOR!

Crianças Portuguesas abandonadas pelo Governo Português no campo de refugiados na Síria.

O sexta às 9 de 15 de março 2019 contou-nos as injustiças dos homens à inocência das crianças. Segundo o sexta às 9 Há em Síria três crianças filhas de mães Portuguesas órfãs de Pais (membros da DEASCH.) O Governo não sabe o que deve fazer! Pois a legislação Portuguesa diz que o País deve socorrer todo o cidadão que esteja em perigo de vida. Sabe-se que as crianças estão doentes e a passar fome não seria só por si uma razão de trazer estas crianças o mais urgente possível para Portugal, claro as mães nunca deixaram trazer as crianças sem que elas também venham este dilema pode ser resolvido com um enquadramento judiciário às mães! Estas deveram ser julgadas pelos delitos que tiveram e ser talvez condenadas. Estas não seriam as primeiras mães na cadeia! Deixando as crianças abandonadas no clima de banditismo é fabricar futuros bandidos e insatisfeito!

O bom empregado de mesa “formação”

Glossário da cozinha

Abafar; cozinhar carnes ou legumes com uma gordura e pouco líquido e cozer com uma tampa lentamente

Fermentar; cozer lentamente sem que coze muito, ou frutas em decomposição

Baixar; massa ou o fogo a temperatura

Bater; bater a carne, agitar ou amassar os ingredientes

Bater em neve; claras de ovos ou creme chantili (natas)

Brunoise (termo francês) (Mistura de legumes ou fruta) legumes cortados em cubos pequenos para as guarnições de molhos ou sopas.

Cabidela; guisado de carnes ou miúdos de aves ligado com o sangue

Calda; preparação de água e açúcar para xarope ou preparação de água e cebolas para cozer arroz ou legumes

Caldeirada; guisados de peixe ou carne. Todos os ingredientes são cozidos ao mesmo tempo

Canapé; pequena fatia de pão com presunto ou outras iguarias, serve-se como aperitivo antes do prato principal

Caramelo; mistura de açúcar e água que cozida lentamente fica dourada

Chamuscar; queimar de leve com a chama os pelos dos porcos ou as penas das aves

Clarificar; filtrar um líquido e torna-lo claro, límpido

Capuchinho; na cozinha moderna bater um líquido em forma de espuma

Cozer; cozinhar, submeter à ação do lume

Coar; passar pelo coador, filtro, peneira, vazar

Cozer a vapor; cozer num aparelho a vapor

Cozer em baixa temperatura; Cozer a uma baixa temperatura

Cortar; cortar carnes, peixes e legumes antes e depois das preparações

Decantar ou trasfegar; transvasar um líquido (como o vinho) a fim de separar os sedimentos (borras)

Defumar; curar ou secar ao fumo (carnes ou peixes)

Desengordurar; limpar a gordura de carnes ou peixes, aparar gorduras

Degustação; ato de provar vinhos, azeites e comidas

Demolhar; mergulhar um alimento em leite ou água de forma a eliminar o sal

Descongelar; passar do estado sólido ao líquido ou temperatura ambiente

Descascar; tirar a casca a certos alimentos, limpar antes de cozer

Descamar; tirar as escamas de um peixe

Desossar; separar os ossos da carne

Dessalgar; tirar o sal ou sabor salgado dos alimentos

Derreter; dissolver ou tornar líquida, manteiga, chocolate etc.

Dissolver; liquefazer, transformar um alimento sólido em líquido

Dourar; dar cor de ouro, saltear cebolas ou batatas, refogar cebolas

Ebulição; ato de ferver,

Embeber; fazer penetrar um líquido através de, ensopar, infiltrar

Empanar; panar, passar um escalope de peixe, carne ou legume em ovo e farinha.

Embutido; encher uma tripa com o recheado de carne

Estrelar; técnica para fritar ovos

Ensopado; embebido, molhado com sopa, guisado com molho, servido com fatias de pão

Emulsão; bater um líquido (molho vinagrete) até obter uma massa gelatinosa,

Emulsionante; gelatina que ajuda à emulsão ágar-ágar

Emulsionar; fazer emulsão

Encharcar; molhar muito, ensopar, inundar

Enfarinhar; polvilhar com farinha empoar de farinha

Enfeitar; adornar, ataviar pôr enfeites

Enfeites; adornar, guarnecer

Engrolar; cozer levemente, decorar à pressa, assar à pressa, **figurado intrujar**

Engrossar; aumentar o volume, fertilizar um molho

Ensopar; converter em sopa, embeber

Escabeche; Molho à base de azeite, vinagre, louro, cebola, alho para tempero de peixe ou carne

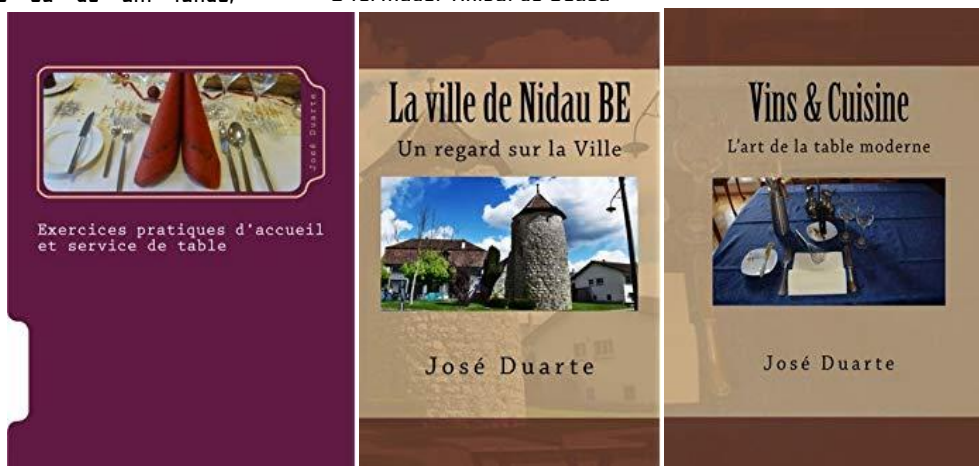
Escalfar; técnica para cozer os ovos sem deixar ferver

Escamar; tirar as escamas ao peixe

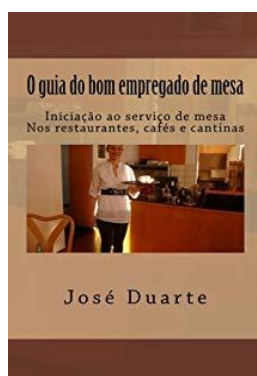
Escoar; deixar escorrer um líquido, coar pasta arroz ou legumes

Escumar; tirar as gorduras de um molho ou de um fundo;

continua.
O formador Anibal de Sousa



Gastronomia



Bifes de vaca com manteiga de ervas aromáticas

Ingredientes para 6 pessoas

6 Bifes da vazia com cerca de 200 gramas cada
2 colheres de sopa de óleo de colza
Sal e pimenta ao gosto

Preparação

Temperar os Bifes com sal e pimenta do moinho, depois numa grande caçarola saltear segundo o desejo e servir com manteiga com ervas aromáticas.

Conselho; deve-se perguntar a cozedora da carne, bem passada, mal passada ou média.

Turnedô (ou Bife de lombo) de vaca com molho com vinho do porto

Ingredientes para 6 pessoas

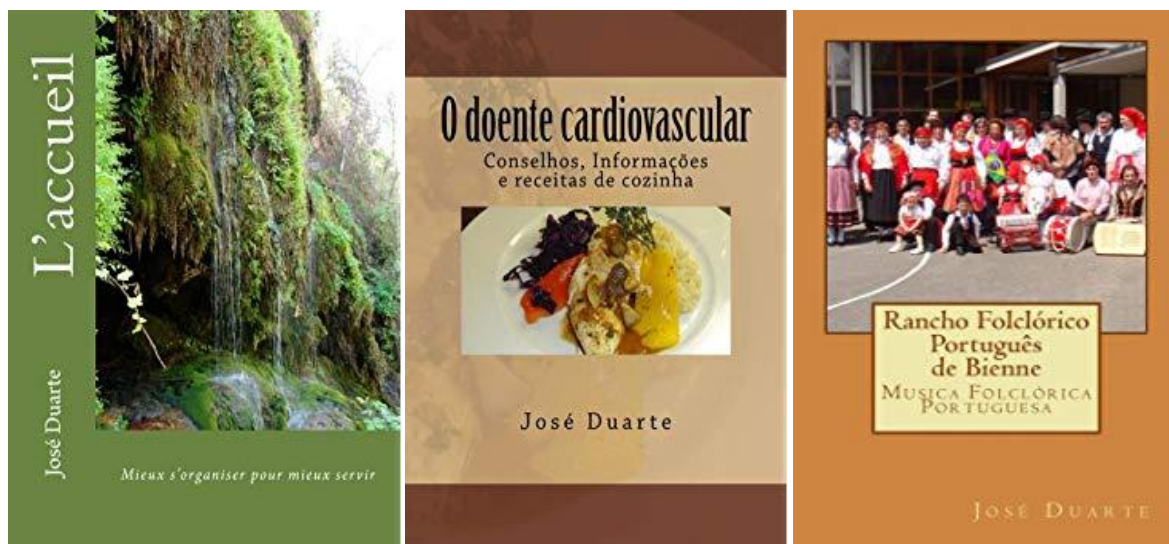
6 Bifes do filete de vaca com cerca de 200 gramas
2 colheres de sopa de óleo de colza
2 chalotas picadas
1 dl de vinho branco seco
2 dl de molho demi glace
1 dl de vinho do Porto tinto
Sal e pimenta do moinho ao gosto

Preparação

Temperar os Bifes com sal e pimenta do moinho, depois numa caçarola saltear segundo o desejo do cliente e guarda-los ao quente, na mesma caçarola saltear as chalotas com um pouco de óleo, juntar o vinho branco e demi-glace e Porto, retificar os temperos e servir. Este prato acompanha bem com pastas ou com um risoto de cereais.

Conselho; pode-se fazer esta receita com outros filetes de carne vermelha.

Chefe Bernardes



Livros de José Duarte

As minhas viagens



Arroz pica no chão

A cidade de Barcelos aonde o Galo é a imagem castiça da cidade, o vinho nas malgas, e considerada a Capital do artesanato está presente no espírito de todos os que a visitam! Esta pequena cidade do distrito de Braga ao lado direito do rio Cavado, que vive à mil cores nas ruas e nos jardins da cidade, dá uma alegria e um bem estar só de se passear e olhar as imagens que nos puxam passivamente no seu encanto natural.

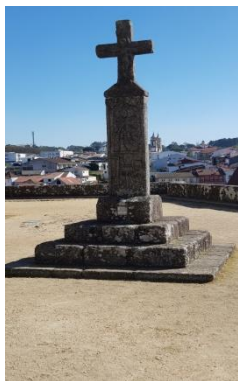
Tudo merece de ser visitado, mas a Igreja da Nossa Senhora do Terço, faz parte do antigo convento beneditino data do século XVIII, o seu interior é



Galo assado



Arroz de lampreia



O Cruzeiro do Galo

magnífico de belas pinturas que marca a Arte barroca em Portugal. Pode-se ver os quadros de azulejos brancos e azuis de 1713 correndo os séculos de vida de S. Bento assim que os magníficos tetos pintados.



O Galo de Barcelos



o passo dos condes de Barcelos, mesmo em ruínas mas é muito visitado pelos turistas, Pois neste recinto encontra-se o famoso cruzeiro da guilhotina (da história do Galo) que é datado do XVII ème século, e o Museu arqueológico em pleno ar. Declarado monumento nacional.



Não se pode ir a Barcelos sem provar as especialidades da região como os rojões à moda de Barcelos, arroz de lampreia está na época, o Galo assado, o arroz pica no chão e tantas outras especialidades, sem esquecer o famoso vinho verde, A sua gastronomia é rica em sabores e aromas.

Novidades de Bienne Seeland



No dia 24 abril realiza-se a corrida dos 11 km de Nidau, todos os amadores de atletismo podem

participar, é um corrida cheia de lindas paisagens e fácil.

No dia 24 de abril é a feira de antiguidades em Aarberg na parte velha da cidade. (Marché aux puces

Como se vê o mundo de Bienne

Bienne é uma janela virada para o mundo, este mundo aonde as injustiças mais abomináveis se passam e nós ficamos a ver e admirar com as cores pintadas que só nós podemos imaginar, mas sem as poder transformar num arco-íris de Paz e Amor, habituamo-nos a ver sempre a mudar e a derramar sangue, lágrimas e miséria.

Na cidade encontramos e viajamos com muitos sobreviventes que são herdeiros destas injustiças, mas nunca paramos um momento para saber como eles ou elas chegaram aqui com tanto sofrimento, só olhamos as novas carapaças que eles usam e muita das vezes os julgamos luxuosas, e não aceitamos de oferecer os espaços com generosidade, que eles querem ocupar!

As multicultoras são bem presentes na nossa cultura Biennoise, não vale a pena lutar ou ser radicais, temos uma cultura que é cada vez mais empurrada para se misturar às outras culturas, seja na maneira de pensar, consumir ou se alimentar, esta é a realidade do dia a dia. Só temos a ganhar com está infusão cultural aonde tudo pode ser metido em questão, mas não deve ser tudo metido de lado temos valores que devemos compartilhar. Mas os outros também têm valores que devemos aceitar, mas somos livres de aceitar ou não aceitar! Estes podem fazer parte da nossa tronco de cultura mas, não da nossa raiz cultural, e só assim é que podemos viver em paz e respeito com os outros. O sol dos outros é quente, mas não tão quente como o nosso sol de raiz, como dizem os puristas!

O rescaldo das subvenções da EU atribuídas a Portugal

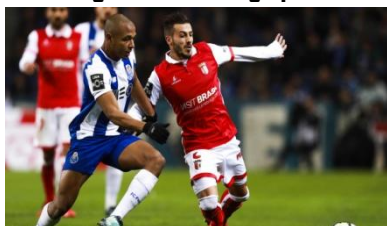
Carta aberta a Castelo de Paiva e outros Concelhos menos austeros!

Como se tem ouvido há uma falta de rigor de controlo e verificações de projetos, feitos de uma maneira irrefletida, estes projetos sem interesse para a população na sua maioria, são projetos feito na cozinha dos amigos, deixam uma imagem negra na nossa governação (As tais pipas de dinheiro que chegou da EU que deixa a maioria da gente sem provar uma gota) Em todo o País não se verificou um investimento na formação profissional relevante, portanto só com a formação é que se pode atirar os jovens e menos jovens no mercado de trabalho sustentável.

Centenas de milhões de € são metidas nos bolsos de privados e não chegam a ser investidos na real economia Portuguesa, estas situações de dilatação de capitais é o surto ganancioso de muitas pessoas que dominam o sistema económico político.

Ultima hora

O Porto ganhou ao Braga por 3-2



Benfica ganhou ao Todela por 1-0

BDA QUINZENA DO ARDINA