



Rosângela Alvarenga - Agência O Globo

HORÓSCOPO

Áries • 21/03 a 20/04

Parece que pessoas próximas estão atentos à sua vida particular. Então, aja com descrição e com bom humor para se manter numa posição neutra.

Touro • 21/04 a 20/05

Entusiasmo e determinação. Mas se for em excesso, pode trazer problemas. Assuma responsabilidades sobre aquilo que você pode de fato arcar.

Gêmeos • 21/05 a 20/06

Não deixe que seu dia a dia fique estagnado. O marasmo seria fatal. Movimente-se em todos os sentidos, principalmente fisicamente.

Câncer • 21/06 a 21/07

Tem sempre alguém que parece ter tido mesma idéia que você. Reconheça nesse alguém o seu talento e, ao invés de criar oposição, faça aliança. Sucesso na certa.

Leão • 22/07 a 22/08

Idéias contraditórias mostrarão que mesmo quando está tudo em aparente estabilidade, sempre surgirão fatos inesperados para lembra a renovação.

Virgem • 23/08 a 22/09

A necessidade de liberdade vai forte, com tanta energia e empolgação você poderá derrubar qualquer obstáculo para seguir um desejo.

Libra • 23/09 a 22/10

Aproveite o dia para fazer uma viagem dentro de você mesmo e observe tudo o que está precisando de manutenção. Aja sobre essas coisas.

Escorpião • 23/10 a 21/11

Popularidade e bons momentos acompanharão você no dia de hoje, que deve ser aproveitado alegre e serenamente.

Sagitário • 22/11 a 21/12

No trabalho, procura meios de ter liberdade de ação, e será bem sucedido. Hoje, porém, acontecimentos podem baixar a autoconfiança. Seja humilde.

Capricórnio • 22/12 a 20/01

Situações incomuns e pessoas dos mais diversos tipos surgirão no decorrer do dia. Acompanhe a maré e seja você mesmo, sem se preocupar em entender tudo.

Aquário • 21/01 a 19/02

Agora você percebe que não pode acertar cem por cento das vezes. Entretanto, não olhe para os obstáculos como derrotas e aprenda com eles.

Peixes • 20/02 a 20/03

Paz na vida afetiva. Poderá receber atenção inesperada de quem realmente gosta. Novidades no campo financeiro, no sentido de você ficar menos apertado.



claudia.figueiredo@jfhoje.com.br

CLÁUDIA FIGUEIREDO

DANIELA É VOVÓ



Daniela Mercury está radiante. Com apenas 43 anos ela já é vovó. Clarice nasceu no último dia 3, pesando 2,9kg e medindo 48cm. A menina é filha de Taís Nader e Gabriel. Ele é filho de Daniela.



O site da revista 'W' divulgou o tão falado ensaio fotográfico da cantora **Madonna**, de 50 anos, com o modelo brasileiro Jesus Luz, de 22. As fotos foram feitas no Hotel Glória, no Rio, em dezembro, e estarão na edição de março da revista. Após o ensaio, rumores dão conta de que eles mantêm um affair. Recentemente, Madonna e Jesus foram clicados juntos em Nova York, conforme já publicado nesta coluna.

NA BALANÇA

A atriz **Débora Nascimento** fez ensaio fotográfico de biquíni para a capa da edição deste mês da revista "Corpo a Corpo". Débora conta que lutou muito com a balança até atingir o peso ideal. Aos 16 anos, ela sofreu de anorexia. "Cheguei ao cúmulo de cortar uma maçã em quatro partes e comer um pedaço por vez em cada refeição", lembra. Quando se mudou para a África do Sul, a atriz entrou em depressão e atacou a geladeira. Em quatro meses, ela chegou aos 84kg. Para emagrecer e se livrar dos problemas com a balança, Débora fez dieta ortomolecular e conseguiu perder 7kg em apenas um mês.



ELE PESAVA 140KG



Já passou pela sua cabeça que o ator **Bento Ribeiro**, o Juca de "A favorita", já chegou a pesar 140kg?

Ele revelou isso à revista "TPM". Disse que foi obeso dos 16 aos 20 anos. "Não passava na roleta do ônibus. Quebrava cadeira, cama, vivia suado. Comia que nem animal, era doença da cabeça. Não bebia, não fumava, comida era a minha droga. Não tinha vida social. Só comecei a sair com as mulheres dos 17 para os 18 anos", contou Bento que, hoje, aos 27, exibe forma invejável. O ator é filho do escritor João Ubaldo Ribeiro.

SEM FRESCURA

Será que sua melhor amiga seria capaz de trair sua confiança e ficar com seu marido? Talvez a sua não, mas muitas outras "amigas" seriam capazes disso. A novela "Caminho das Índias" trata do tema. É de revirar o estômago assistir às cenas entre as personagens de Leticia Sabatella e Alexandre Borges.

Então, aí vão algumas dicas! Primeiríssima delas: não faça propaganda do que tem em casa. Nada de relatar intimidades, revelar detalhes. Isso pode aguçar a curiosidade alheia. Segunda: por mais amiga que seja, não a leve para uma viagem com você e seu marido, principalmente se ela for uma mulher maravilhosa. Homens se impressionam com formas físicas esculturais.

Quando saírem juntos, moderem no álcool. O excesso dele pode deixá-los soltinhos, soltinhos... Não elogie demais sua amiga para ele, que pode passar a ver os atributos que, até então, estavam escondidos. Mantenha a guarda e a distância.

Não pense que tudo isso seja insegurança. É apenas precaução. Se você perceber, é assim que os homens agem. Então, mulheres: falem menos e se previnam mais.



CANELONE INVERTIDO

Ingredientes

- 1/2 pacote de macarrão cabelo de anjo
- 400g de presunto magro fatiado
- 400g de queijo mussarela fatiado
- 250g de requeijão catupiry
- orégano
- 2 latas de molho de tomate pronto
- 1 pacote (50g) de queijo parmesão ralado



Modo de fazer

- Cozinhe o macarrão por cinco minutos em água e sal. Escorra. Coloque sobre uma tábua de carne uma fatia de presunto e, por cima, uma fatia de queijo

mussarela. Com um garfo, pegue uma pequena porção de macarrão e coloque por cima do queijo. Por cima do macarrão, coloque uma porção de catupiry. Finalize com uma pitada de orégano. Enrole como canelone. Coloque-os lado a lado em uma forma refratária. Cubra com o molho de tomate e salpique o queijo ralado por cima. Leve ao forno por 20 minutos. Sirva quente.

RECEITA