



Rosângela Alvarenga - Agência O Globo

HORÓSCOPO

Áries • 21/03 a 20/04

Grande estímulo para a imaginação, o que o ajudará a exercitar dotes artísticos. Você sente, de repente, inspiração e poesia brotarem do seu coração.

Touro • 21/04 a 20/05

Aproveite a facilidade de expressar afeto e aproxime-se das pessoas de forma especial. Esta atitude cria laços e fortalece relacionamentos.

Gêmeos • 21/05 a 20/06

Período de concentração. Capacidade de se dedicar de corpo e alma ao que deseja muito. Ideal para quem precisa resolver questões importantes na vida profissional.

Câncer • 21/06 a 21/07

Momento de alegria e bom humor, boas notícias e vários convites. Vida social movimentada. É possível que algumas destas boas notícias se refiram a dinheiro.

Leão • 22/07 a 22/08

Este dia pode trazer paz. Para isso é necessário não ser condescendente consigo mesmo, e não se deixar levar por impulsos que visam interesses imediatos.

Virgem • 23/08 a 22/09

Você pode se tornar exigente e radical consigo mesmo e com os outros. Para que isso não aconteça, procure refletir antes de agir.

Libra • 23/09 a 22/10

Você está habilidoso e com bastante facilidade no manejo do dinheiro, o que torna este período especialmente favorável para a vida financeira.

Escorpião • 23/10 a 21/11

Hoje pode estar vendo tudo amplificado. Há tendência à obsessão e extremos. Não embarque em pensamentos otimistas nem pelo desânimo.

Sagitário • 22/11 a 21/12

No fim do dia podem aparecer preocupações, insatisfações, medos etc. Não pense nisso. Pense que a vida é muito rica e que o mundo é muito vasto.

Capricórnio • 22/12 a 20/01

Vida amorosa muito favorecida, pois sua capacidade de comunicação está bem melhor. Assim, terá boa conversa para acabar de conquistá-los.

Aquário • 21/01 a 19/02

Bem estar. Isto ocorreu porque você não deu bola para nenhuma fantasia destrutiva e agiu como se estivesse tudo bem.

Peixes • 20/02 a 20/03

Fase regenerativa; novas ideias fluem sem entraves. Aproveite a força dessa energia e transforme tudo o que não estiver de acordo com os seus planos.



claudia.figueiredo@jfhoje.com.br

CLÁUDIA FIGUEIREDO

'Quero ser a melhor'

Iris Stefanelli, que completou 30 anos recentemente, estrelou ensaio sensual para a revista "VIP". A ex-BBB exibiu as curvas invejáveis em poses picantes e falou sobre suas conquistas com seu trabalho na televisão.

"Eu quero mais. Quero ser a melhor. Não é ambição. Eu saí da minha casa para alcançar meu sonho e quero dar continuidade a ele. Vou dedicar todo meu tempo, toda minha saúde, todos os meus esforços para a minha carreira. Sou do bem, tenho caráter e quero usar minha energia e minhas forças para levar informação para o maior número de pessoas que eu conseguir", diz a apresentadora do "TV Fama".



Redução de estômago

Desde que fez cirurgia de redução do estômago, o apresentador **Fausto Silva** só vem se alimentando de líquidos. Ele vai comandar o "Domingão do Fausto" somente de São Paulo, enquanto se recupera. Antes da cirurgia, ele revezava as apresentações com o Rio.

Show de MPB

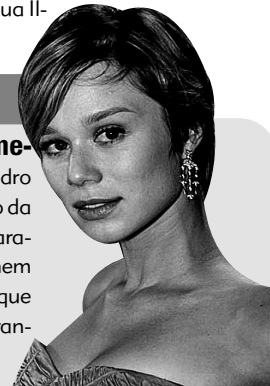
Hoje, a partir das 21h, tem show de MPB com **Zé Francisco** e **Marcelo Corrêa**. Será no Maria Maria (Rua Waldyr Monachesi 531 - Bairro Aeroporto). Reservas pelo telefone 3232-4929.

Danceteria Gospel

Juiz de Fora vai ganhar uma danceteria gospel. A **After Restaurante** será inaugurada amanhã, às 21h, no Bairro Santo Antônio, com a Noite do Caldo Gospel. Pagando R\$ 10 na entrada, é possível comer caldos variados durante toda a noite. Na abertura vão se apresentar Kildere, Dj Marcinho, Canarinhos da Igreja Batista e o B. Boy Lucas Elias. O endereço é Rua Ilva Melo Reis 500.

SEPARADA

A atriz **Mariana Ximenes** está separada de Pedro Buarque de Holanda, dono da Conspiração Filmes. A separação foi tão discreta, que nem amigos do casal sabiam que eles não estavam mais morando juntos.



SEM FRESCURA

Não sei como sobrevivem escritores e livrarias no Brasil. A julgar pelo número de livros adquiridos pelos brasileiros, eles devem estar passando fome. Segundo pesquisa do Instituto Pró-livro, feita pelo Ibope, o brasileiro lê, em média, 4,7 livros em 12 meses, mas compra apenas 1,2 livro por ano.

Recentemente, lancei um livro com as melhores receitas que divulguei em 15 anos de trabalho no rádio. São receitas práticas e fáceis de fazer, com ingredientes que qualquer um tem em casa. Além disso, o livro traz dicas interessantes para o dia-a-dia, é feito em papel de alta qualidade, com capa dura e acabamento de primeira. Quis fazer tudo do bom e do melhor. Mas onde estão meus fiéis ouvintes para comprar o livro? Assim como Romário, também preciso vender livros para pagar minhas contas.

Nas livrarias, você tem oportunidade de pagar em cheque e até dividir no cartão de crédito. Nas bancas da cidade, o livro tem preço promocional. Há ainda a oportunidade de comprá-lo pela internet, mandando e-mail para figueiredo.claudia@hotmail.com e recebê-lo pelos Correios, em sua casa, com toda comodidade. Mesmo assim, o livro não vendeu nem 10% de sua tiragem inicial.

Não desisti. Continuo fazendo propaganda e divulgando meu trabalho. E peço a você que acompanhou meu trabalho no rádio e continua me acompanhando aqui pelo jornal que adquira um exemplar. Você vai sur preender na arte culinária.

RECEITA



TALHARIM EXPRESSO

Ingredientes

- 500g de macarrão tipo talharim
- 6 tomates picados
- 1 colher (sopa) de óleo de soja
- 1 dente de alho
- 2 colheres (sopa) de orégano
- salsinha
- 1/2 cebola picada; manjeriço

- 3 colheres (sopa) de azeite
- quanto baste de sal

Modo de fazer a massa

- Colocar três litros de água numa panela alta, com uma colher rasa de sal e uma colher de chá de óleo. Ao ferver, junte o talharim e cozinhe até a consistência desejada.

Modo de fazer o molho

- Coloque numa frigideira funda e fogo



baixo, o óleo, o alho, a cebola e os tomates picados. Cubra parcialmente e cozinhe por cerca de dez minutos, mexendo levemente para que os tomates desmanchem um pouco, até ficarem bem macios. Após esse tempo, acrescente a salsa, o manjeriço e o orégano, deixando em fogo baixo por mais dois ou três minutos. Desligue e acrescente três colheres de sopa de azeite de oliva. Coloque em seguida sobre o macarrão recém escorrido.