



FESTA JUNINA

100% INTEGRAL

Da Magrinha
100% INTEGRAL



SUMÁRIO



INTRODUÇÃO



DECORAÇÃO



CARACTERIZAÇÃO E MÚSICA



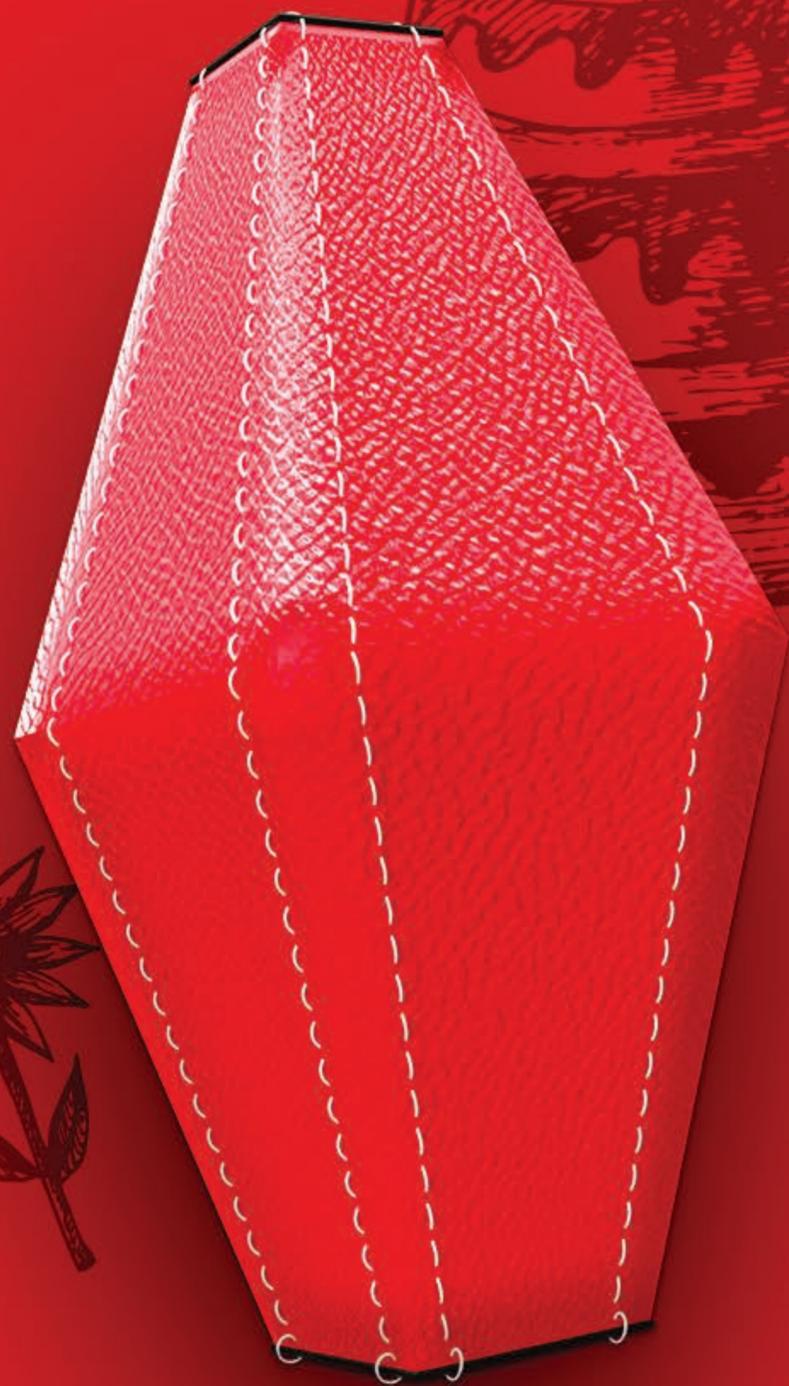
COMIDAS TÍPICAS



RECEITAS JUNINAS



ANOTOU AS DICAS?



FESTA JUNINA
100% INTEGRAL

Da Magrinha
100% INTEGRAL



INTRODUÇÃO

Junho, **o mês de São João**, do pula a fogueira, do pé de moleque e dança quadrilha!

Assim como ano passado, em 2021 nosso junho será um pouquinho diferente e distante das grandes folias de arraiaá. Mas isso não nos impede de comemorar o friozinho do mês com uma deliciosa festa junina caseira e com muito forró!

Para ajudar ocê a montar o seu São João particular, a Da Magrinha 100% INTEGRAL criou este e-book recheado de dicas, ideias, receitas 100% integrais e inspirações.

SIMBORA COMEÇAR!



FESTA JUNINA

100% INTEGRAL

Da Magrinha
100% INTEGRAL

DECORAÇÃO



Para entrar no clima da festança tem que ter decoração, é uma das características mais marcantes desta data! E para fazer em casa é muito simples, vamos te ensinar a produzir bandeirinhas e a escolher itens bão demais para montar uma mesa temática.

BANDEIRINHA

Toda festa junina precisa de bandeirinha, é regra! Vamos aprender a fazer?

Ocê vai precisar de:

- Folhas de jornal, revista ou de embalagens antigas da Da Magrinha;
- Cola branca;
- Pincel ou caneta;
- Barbante;
- Tesoura.



Passo a passo:

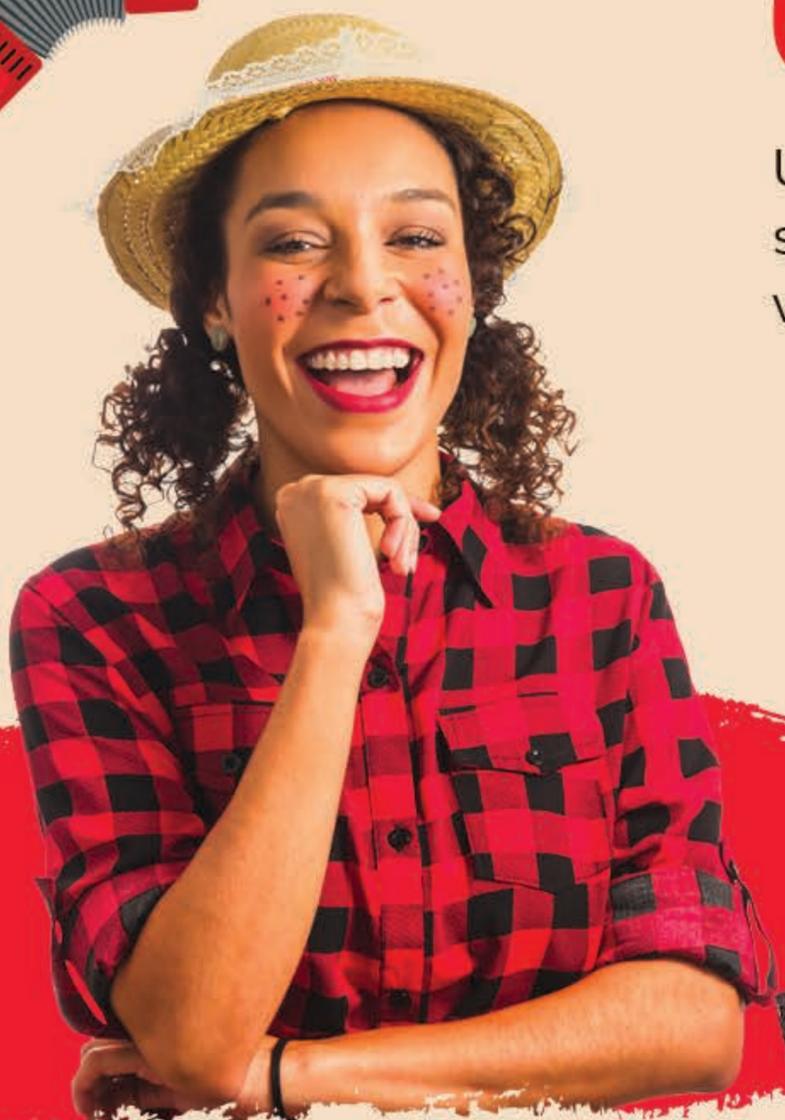
- 1) Desenhe dois moldes para as bandeirinhas, um com duas pontas e outro com uma ponta.
- 2) Depois dobre os jornais, revistas e as embalagens até ficarem do tamanho do seu molde. Marque com um lápis ou pincel usando o molde para formar o desenho da bandeirinha no jornal.
- 3) Repita o processo em todas as folhas, desenhando a bandeirinha com a ajuda do molde em cada uma.
- 4) Hora de recortar as bandeirinhas! Com cuidado vá recortando cada uma delas seguindo as linhas que você fez com o molde.
- 5) Agora estique o barbante, passe a cola na ponta reta da bandeirinha, dobre e faça com que ela fique colada no fio. Depois repita o processo com todas elas.
- 6) Pronto! Agora é só escolher o mió lugar da casa para pendurá-las!





CARACTERIZAÇÃO

Uma das partes mais legais da festa junina é se vestir para ela, seja com blusas xadrez, vestidos rodados ou pinturas faciais!



MÚSICA

Olha, isso aqui tá muito bom...
isso aqui tá bom demais!

Todo mundo conhece pelo menos um trequinho de um hit de São João, né? Aqui na Da Magrinha adoramos música e sabemos que não pode faltar um arrasta-pé, por isso vamos te dar uma dica super prática: **playlists!**

No aplicativo Spotify, Deezer ou Youtube já existem algumas playlists prontas para a noite de São João. É só navegar entre eles e escolher a sua preferida.



COMIDAS TÍPICAS



Pé de moleque, mix de nuts, pipoca e tudo para fazer a nossa **#FestaJuninaCemPorCentolIntegral**

Claro que o arraiá Da Magrinha 100% INTEGRAL não poderia ser diferente. Tão importante quanto se cuidar fazendo um São João #EmCasa, é escolher quitutes gostosos e saudáveis para essa festa. Simbora anotar o que não pode faltar nessa mesa?!



Pé de Moleque 100% Integral Cacau
Pé-de-moleque é mais que um quitute, é história e significado em um doce gostoso e caseiro que deixa o seu arraiá mais aconchegante.

E o nosso é crocante, 100% assado, com 7 grãos 100% integral, açúcar mascavo e sem xarope de glicose. Bão demais da conta!



Pipoca Pronta 100% Integral

Pula a fogueira laiaá, pula a fogueira loiô... Cuidado para não se apaixonar, olha que a pipoca Da Magrinha já encantou o meu amor!

Nossa pipoca 100% INTEGRAL deixa muita gente apaixonada! Nas opções pronta ou de micro-ondas, este quitute é crocante, saudável, livre de transgênicos e com 7 grãos nobres!

Escolha o seu sabor favorito e simbora pular!



Nuts 100% Integral

Snacks, ou mió, quitutes assados e crocantes com 7 grãos livres de transgênicos. Nuts é tudo de bão para manter as energias lá em cima e dançar quadrilha até amanhecer.

Tem sabor para todos os gostos e é perfeito para compor o cardápio da festança junina!



Mix de Nuts 100% Integral

Olha, isso aqui tá muito bom...
Isso aqui tá bom demais!

Dá para falar sobre muuuita coisa com essa música, principalmente sobre o nosso mix de nuts! Quitute pra lá de gostoso e saudável, super indicado para matar aquela fominha entre um quentão e outro.

Nosso Mix de Nuts é 100% integral, livre de transgênicos, com três opções de sabores e crocante na medida certa!

Rosquinha 100% Integral

Uma noite estrelada, vento friozinho, um quentão numa mão e um pacote de rosquinhas Da Magrinha 100% INTEGRAL na outra: é esse São João que a gente quer!

Para completar os quitutes da festança junina, que tal uma rosquinha crocante, saborosa e saudável?

Escolha o seu sabor preferido e simhora aproveitar!

Importante: todos os produtos Da Magrinha são 100% integrais, feitos com os melhores ingredientes, grãos selecionados e livres de transgênicos. Encontre Da Magrinha no supermercado mais próximo de você!





RECEITAS JUNINAS



QUENTÃO DE HIBISCO



Ingredientes:

- 1 xícara de hibisco desidratado
- 2 colheres de sopa de gengibre
- 2 colheres de sopa de maçã desidratada
- 2 litros de água fervente
- 1/2 casca de laranja
- Cravos da Índia a gosto
- Canela a gosto
- 1 colher de Açúcar Mascavo da Da Magrinha 100% Integral



Modo de preparo:

Coloque os ingredientes em água fervente e deixe por 15 minutos, até soltar bem os sabores. Depois é só coar, servir e saborear.



BOLO DE MILHO SAUDÁVEL

Ingredientes:

1 lata de milho sem adição de açúcar

A mesma medida da lata de milho de leite de coco

1 xícara de Açúcar Demerara da Da Magrinha 100% Integral

3 ovos

50 ml de óleo de girassol

10 colheres de sopa de flocos de milho

5 colheres de sopa de coco ralado

1 colher de sopa de fermento químico.

Modo de preparo:

Bata bem os ovos no liquidificador. Depois acrescente o milho, óleo, o açúcar e o leite de coco. Bata novamente, coloque os flocos de milho e o coco ralado. Misture até incorporar tudo. Por último adicione o fermento, misturando com uma colher ou bata na opção pulsar do liquidificador.

Aqueça o forno a 180° por 5 minutos e depois asse por 40 minutos (pode demorar mais ou menos tempo, depende de cada forno).



@LAILA.EDUARDO

FESTA JUNINA

100% INTEGRAL

Da Magrinha
100% INTEGRAL

PAÇOCA DE COLHER COM AVEIA

Ingredientes:

1 xícara de amendoim

2 colheres de sopa de Aveia em Flocos Finos da Da Magrinha 100% Integral

3 colheres de sopa de Açúcar Mascavo da Da Magrinha 100% Integral

1 pitada de sal.



@REMAYERNUTRI

Modo de preparo:

Para preparar, basta misturar ou triturar todos os ingredientes em um liquidificador ou processador de alimentos. Depois é só servir em copinhos ou xícaras pequenas, com uma colherzinha. Aproveite!



AMENDOIM DOCE SAUDÁVEL

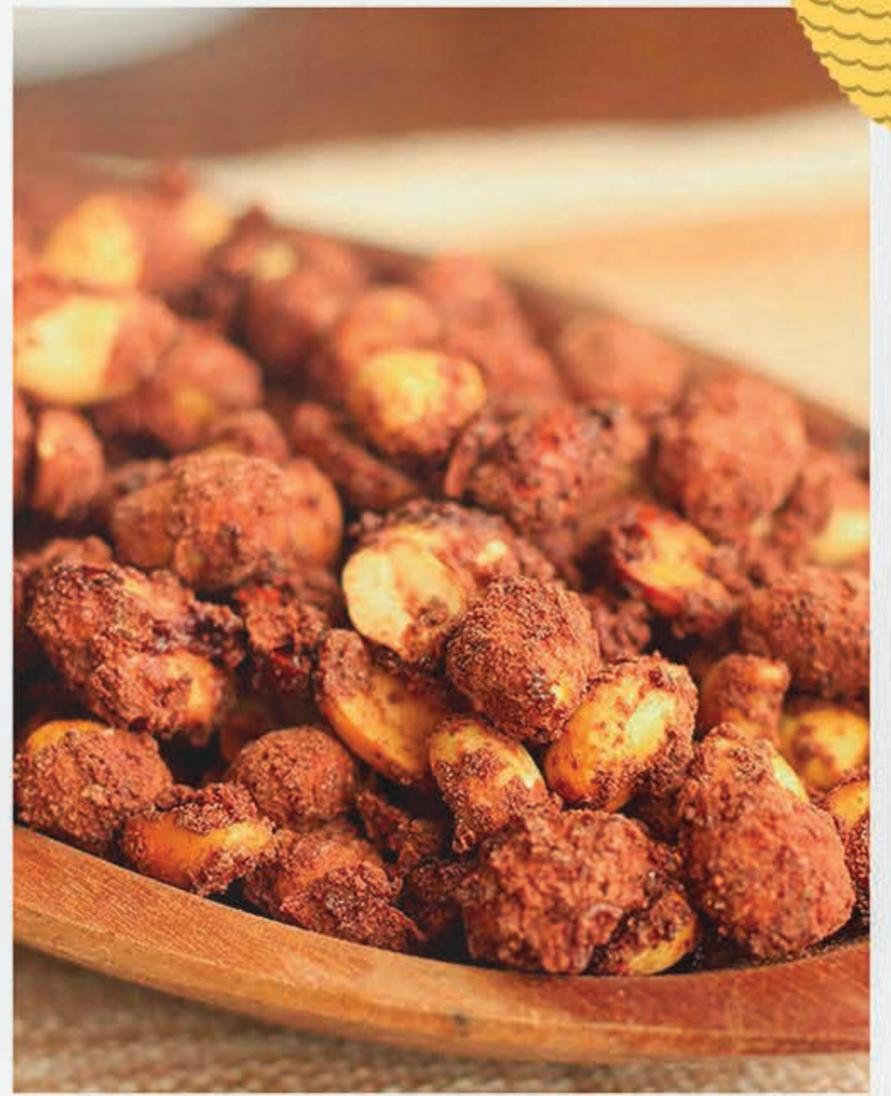
Ingredientes:

500 gramas de amendoim cru e com casca (melhor se for o tipo 3)

1 xícara e meia de chá de Açúcar Demerara da Da Magrinha 100% Integral

1 xícara de chá de água

2 colheres de sopa de cacau em pó.



Modo de preparo:

Comece colocando o amendoim em uma panela, preferencialmente de metal grosso, junto com o Açúcar Demerara 100% Integral Da Magrinha e o cacau em pó. Misture tudo em fogo médio, mexendo devagar, até secar. Para deixar o amendoim mais crocante, espalhe no fim em uma forma e leve ao forno alto por, mais ou menos, 10 minutos.



ARROZ DOCE INTEGRAL CREMOSO



Ingredientes:

1 + ½ xícara de arroz integral cozido bem macio, tipo papa

200ml de leite de coco;

200ml de leite desnatado, que pode ser substituído por leite de coco ou outro leite vegetal

3 colheres de sopa de Açúcar Mascavo ou Demerara da Da Magrinha 100% Integral

2 colheres de sopa creme de leite light ou creme de soja

Canela em pau a gosto

Canela em pó a gosto.



@MAMAE_VIDASAUDAVEL

Modo de preparo:

Com o fogo desligado, coloque em uma panela o arroz integral já cozido, adicione os leites, o açúcar e a canela em pau. Ligue em fogo baixo e deixe até levantar fervura. Depois desligue o fogo, acrescente o creme de leite e mexa bem. Coloque em um pote com tampa e guarde na geladeira por até 4 dias ou sirva em seguida com canela.



E AÍ, ANOTOU TODAS AS DICAS?

Agora é só montar a sua
#FestaJuninaCemPorCentoIntegral e compartilhar
com a Da Magrinha 100% Integral a sua experiência.

FELIZ SÃO JOÃO!

SIGA NAS REDES SOCIAIS

   @DaMagrinha

Da Magrinha
100% INTEGRAL