

UM MINUTO PELA TERRA

AUDIÇÃO

Complete a seguinte receita , dada pela locutora, para poupar energia.

Cozinhar de foma mais amiga do ambiente

1. Colocar o peixe ou a carne a cozinhar ...
2. Quando a água estiver a ferver, passamos ...
3. E quando estivermos quase a terminar o cozinhado ...
4. E quando for lavar a loiça desta refeição feita de uma forma mais ecológica ...

RESPOSTAS

1. *Dentro da panela ou tacho com a tampa fechada.*
2. *Do máximo para o mínimo, isto porque o tempo de cozedura vai ser exatamente o mesmo. Logo aqui começamos a poupar gás.*
3. *Podemos mesmo desligar o lume, porque a temperatura vai-se mantendo e os alimentos acabam por ser confecionados com este calor.*
4. *Não deixe a torneira aberta durante a lavagem pois o desperdício de água pode atingir quantidades incrivelmente elevadas.*