

1 Escolha uma das 5 massas secas e peça para refogar no azeite. Explique que você não vai querer nenhum molho, para o atendente caprichar no azeite.



1 Escolha uma das 5 massas secas e peça para refogar no azeite. Explique que você não vai querer nenhum molho, para o atendente caprichar no azeite.



2 Escolha 8 ingredientes de origem vegetal. Lembrando que você pode repetir o mesmo ingrediente, se quiser: 2 vezes de palmito, por exemplo.



2 Escolha 8 ingredientes de origem vegetal. Lembrando que você pode repetir o mesmo ingrediente, se quiser: 2 vezes de palmito, por exemplo.



3 Escolha não acrescentar nenhum molho. Diga que você não quer molho. Os molhos têm ingredientes de origem animal, até o de tomate, "ao sugo".



3 Escolha não acrescentar nenhum molho. Diga que você não quer molho. Os molhos têm ingredientes de origem animal, até o de tomate, "ao sugo".



VISTA-SE

Informações obtidas e publicadas pelo portal Vista-se em setembro de 2014



VISTA-SE

Informações obtidas e publicadas pelo portal Vista-se em setembro de 2014