

## Calendarul zilei

Calendar creștin ortodox:  
Sf. Cuv. Teodora din Alexandria;  
Sf. Cuv. Eufrosin

Calendar greco-catolic:  
Cuv. Teodora din Alexandria.

Soarele răsare la ora: 07.05  
Soarele apune la ora: 19.52

**1649:** A luat sfârșit asediul Droghedei, armata parlamentară a lui Oliver Cromwell intrând în oraș și executând garnizoana acestuia.

**1709:** Bătălia de la Malplaquet, parte a Războiului Succesiunii Spaniole

**1851:** Emigrația română a aderat la Comitetul Central Democratic European de la Londra. Dimitrie C. Brătianu, reprezentantul României, a fost cel care a semnat actul de adeziune.

**1853:** Pentru prima dată se utilizează telegraful electric.

**1867:** După îndelungi dezbateri, „Societatea Academică” a adoptat proiectul de ortografie susținut de Timotei Cipariu, „bazat pe principiul etimologic temperat cu cel fonetic și caracterizat prin lipsa semnelor diacritice la vocalele și consoanele ce reprezintă sunetele modificate, după necesități fonetice, față de cele de origine”. (11/23)

**1873:** În Petersburg pe strada Odesei sunt aprinse primele lămpi electrice.

**1878:** Agenția diplomatică română de la Viena este ridicată la rangul de legăție; prima legăție a României în străinătate. Ion Bălăceanu devine primul ambasador român în străinătate.

## Terapii

## Planta care te scapă de migrenă

Proprietățile curative ale lavandei au fost descoperite la începutul secolului al XX-lea. Sub formă de ceai, tinctură sau pulbere, lavanda face minuni în zeci de afecțiuni.

Ameliorează durerile nevralgice. Pulberea de lavandă este indicată pentru calmarea durerilor de cap. Macină planta cu ajutorul unei râșnițe de cafea și depozitează praful obținut într-un borcan, închis ermetic. Consumă câte o linguriță de 3-4 ori pe zi, cu 15 minute înainte de fiecare masă. Ține cura 21 de zile. Combate stările de nervozitate. Dacă te enervezi foarte repede consumă o infuzie de lavandă. Aceasta se



prepară astfel: pui într-o cană 2 lingurițe de flori uscate de lavandă. Torni 250 ml de apă clocotită și lași să se infuzeze 15 minute. Strecori apoi amestecul. Bei zilnic câte 2-3 căni, îndulcite cu miere. Leac pentru

insomnia cronică. Dacă suferi de insomnie cronică, apelează la tinctura de lavandă. Pune într-un borcan 100 g de flori uscate. Toarnă peste ele 500 ml de alcool de secară.

■ Doina A. NEAGOE

## Papaya tonică mușchiul inimii



Fruct exotic bogat în potasiu și vitaminele A și C, papaya conține o enzimă numită papaina.

Aceasta e necesară pentru descompunerea și prelucrarea proteinelor și acționează asupra cărnii consumate, înainte

ca aceasta să ajungă în stomac. De aceea, este utilă în cazul problemelor de digestie, reglează activitatea vezicii biliare, ficatului, pancreasului și intestinului gros. Pulpa fructului de papaya e un remediu împotriva constipației. Cu o consistență asemănătoare untului, piureul de papaya vine în ajutorul celor care vor să slăbească pentru că nu conține grăsimi și intensifică arderile în organism. Enzima papaina are acțiune antibacteriană, tonică mușchiul inimii, scade tensiunea arterială și are efect antiparazitar.

■ Doina A. NEAGOE

## horoscop



## Berbecul

Sunt favorizate călătoriile în interes de afaceri. După-amiază aveți ocazia să rezolvați o problemă sentimentală care vă frământă de ceva timp. Pe plan financiar, se pare că parcurgeți o perioadă mai dificilă.



## Taurul

În prima parte a zilei aveți succes într-o activitate extraprofesională, datorită colaborării bune cu un partener de afaceri. S-ar putea să vi se ofere șansa unei investiții avantajoase.



## Gemenii

Este momentul să vă puneți în aplicare planurile în legătură cu afirmarea profesională. Aveți mari șanse de reușită pe plan social și financiar. Relațiile cu colaboratorii sunt foarte bune. Profitați de acest context favorabil!



## Racul

Vă puteți ocupa de probleme delicate din domeniul afacerilor. Reușiți să terminați o lucrare începută cu mai mult timp în urmă. Astăzi rezolvați mai ușor probleme de natură financiară. Este și o zi favorabilă comunicării.



## Leul

Aveți ocazia să vă afirmați în societate și să obțineți câștiguri financiare. La locul de muncă aveți parte de laude din partea șefilor și a colegilor, pentru ingeniozitatea și ambiția de care dați dovadă.



## Fecioara

În cursul dimineții aflați că veți pleca într-o deplasare în interes de serviciu. Chiar dacă această veste vă dă planurile peste cap, nu este cazul să vă indispuceți.



## Balanța

Puteți obține venituri suplimentare dintr-o colaborare. Aveți posibilitatea să finalizați o lucrare dificilă, cu un efort minim. Vă recomandăm să evitați speculațiile de orice fel. În caz contrar, riscați să pierdeți mult.



## Scorpionul

Dacă vi se propune un nou loc de muncă, nu vă grăbiți să refuzați! Șansa este de partea dumneavoastră. Analizând atent avantajele și dezavantajele, veți descoperi perspective cel puțin interesante. Sfătuiți-vă și cu partenerul de viață!



## Săgetătorul

Sunteți plin de energie și aveți idei originale. Puteți avea succes în afaceri și călătorii, în susținerea examenelor sau cultivarea relațiilor sociale. Evitați hotărârile pripite, care ar putea să tulbure armonia din casă!



## Capricornul

Dacă sunteți în cautarea unui nou loc de muncă, aveți toate șansele să îl găsiți astăzi. Farmecul personal vă ajută să rezolvați o situație tensionată pe cale diplomatică.



## Vărsătorul

Puteți obține avantaje materiale importante, cu condiția să vă temperați spiritul critic. Ar fi bine să dați dovadă de mult autocontrol în discuțiile cu prietenii și cu partenerul de viață, pentru a evita conflictele. Spre seară, primiți vizita unei rude.



## Peștii

Dificultățile financiare cu care vă confrunțați nu reușesc să vă afecteze buna dispoziție și nici voința de a munci. Pe plan profesional aveți parte de succese, urmate de satisfacții materiale. Chiar dacă se pare că vă merge excelent pe toate planurile, nu vă culcați pe lauri!

■ ARIADNA

## SUDOKU

4	9	8	7		5
	5	3	9	2	8
		7	3		
	7	1			5
6			1	4	8
	4				2 3
			4	5	
	1	6	8	7	4
5			7	3	1 2

Careul de 9x9 este divizat în nouă careuri de 3x3. Sunt trei reguli care trebuie respectate concomitent: cifre diferite pe fiecare linie, cifre diferite pe fiecare coloană și cifre diferite în fiecare pătrat de 3x3. Fiecare rând, coloană sau regiune nu trebuie să conțină decât o dată cifrele de la unu la nouă. Formulată altfel, fiecare ansamblu trebuie să conțină cifrele de la unu la nouă o singură dată. Dificultatea veritabilă a jocului rămâne totuși în a găsi suita exactă a cifrelor rămase.

## Maxima zilei

„Cred numai în conștiința mea, singura în drept să-mi arate dacă am greșit sau nu.”

OCTAVIAN GOGA

## Tortellini cu ciuperci și bacon la cuptor

## Ingrediente:

- 250 gr tortellini (cu orice amplitură)
- 50 gr bacon (4 felii subțiri)
- 1 ceapă mică
- 150 gr ciuperci
- 20 ml vin alb sec
- 200-250 gr mozzarella

## Sos:

- 25 gr unt
- 1 lingură făină
- 220 ml lapte fierbinte
- 2 linguri cu vârf parmezan răzuit
- 2 linguri pesto rosso (sau passata; opțional)
- sare, piper, nucșoară

## Preparare:

Se pune baconul la prăjit, la foc mic, într-o tigaie fără grăsime. Se lasă până devine crocant. Se scoate din tigaie. Se taie fâșii mai mici.

În grăsimea lăsată de bacon se prăjește rapid (30 secunde) ceapa tocată mărunt. Se adaugă ciupercile tăiate felii mai groase și se prăjesc la foc mare cca. 1 minut, până încep să se rumenească ușor. Se sting cu o dușcă bună de vin și se mai lasă pe foc până vinul s-a evaporat. Se ia tigaia de pe foc.

Se fierb pastele în multă apă cu sare conform instrucțiunilor de pe pachet.

Se prepară sosul după instrucțiunile de preparare de aici a sosului bechamel. Urmați rețeta până la pasul 4. Veți obține un sos bechamel mai moa-

le, dar e perfect așa, fiindcă se va îngroșa când adăugați parmezanul.

Luați sosul de pe foc și adăugați parmezanul. Amestecați până e topit și simțiți că sosul s-a îngroșat. Dacă doriți, adăugați pesto roșu și omogenizați. Acum condimentați sosul cu sare, piper și nucșoara după gust.

Amestecați tortellini cu sos, ciuperci și bacon.

Împărțiți pastele în două forme termorezistente (dacă nu aveți forme individuale folosiți un singur vas termorezistent; de ex. un vas jena). Presărați din belșug cu mozzarella răzu-ita.

\* acum, puteți păstra pastele la frigider până în momentul servirii

Dați formele la cuptor la 220C pentru 10 minute, doar până mozzarella se topește și se rumenește frumos.

\* pentru o crustă mai frumoasă, la final, puteți porni grill-ul (focul/căldura să vină de sus) câteva minute. ■

