

CINE

NOTICIAS DEL GRAN MUNDO

RAYA Y EL ÚLTIMO DRAGÓN



OCIO

EXPOSICIONES

Exposición Vampiros, la evolución del mito en Zaragoza, CaixaForum Zaragoza

Lugar:

CaixaForum Zaragoza, Avda. Anselmo Clavé, 4, Zaragoza

Horario:

Lunes a jueves de 10 a 20h. Viernes a domingo de 10 a 18h.

Fecha:

Del 25 de Febrero al 13 de Junio de 2021

Precio:

6 euros (gratuito clientes Caixabank)

Valoración usuari@s:

Sin Valorar

LIBROS

Quién viene esta noche
ANA MEILAN



Siempre se dio por supuesto que es el mismo ratoncito Pérez para todos, ¡pero eso no tiene nada de cierto! ¿Quién viene esta noche? **La historia está a punto de cambiar...**

¿Te has preguntado alguna vez por qué el ratoncito Pérez lleva regalos diferentes a cada casa? Si no sabes la respuesta te invito a conocer **¿Quién viene esta noche?** a través de este vídeo de Cuentos en la nube

¡Haz clic en el enlace y que la historia empiece a cambiar! Cuento **¿Quién viene esta noche?**

<https://www.entrenubesycuentos.com/>

CHISTE

CUANDO QUIERES

COMPROBAR SI TU NOVIA
SIGUE ENFADADA CONTIGO



NUESTRO COLE

Colegio San Vicente de Paúl ... Th ...
¡VACACIONES! ¿Hay mejor momento para jugar al #ajedrez que después de desayunar? Nos parece un buen plan para estos días de vacaciones. ¿Te apuntas? @ajedrezescuela @SVP_Zgz La contraseña para acceder la recibiréis en vuestros mails. ¡Nos vemos en los tableros de @lichess!



EDUCACIÓN



¿Qué es el Bachillerato Internacional y dónde estudiarlo?

<https://www.educaciontrespuntocero.com/formacion/q>

NOTICIAS

Mujer, madre y trabajadora: cuidado con la carga mental

Dejar a los niños en el colegio. De camino al trabajo, pedir cita con el pediatra para la vacuna. Cuando salga, pasar por el *chino* a comprar un disfraz para la fiesta del viernes. Y al súper, que se están acabando los tomates. Al llegar a casa, no olvidar poner lavadora para tener limpio el chándal que necesita para la excursión.

Como si se tratara de póliticas que se van acumulando uno encima de otro, las llamadas "tareas invisibles" son las cuestiones de organización y planificación doméstica.

Estas *tareas invisibles* son las principales responsables de la carga mental: "La carga mental es el sobreesfuerzo necesario para planificar, para tenerlo todo controlado, tomar decisiones y supervisar. Supone un desgaste mental que puede ser mayor que el físico"

Según un estudio reciente, la carga mental afecta a siete de cada 10 mujeres y a uno de cada 10 hombres. Para el 63% de ellas, cada día tiene «un listado infinito de cosas por hacer», algo en lo que sólo coincide el 25% de los hombres.

Artículo completo El independiente:
<https://www.elindependiente.com/vida-sana/2019/05/04/>

TECNOLOGÍA

El invento de Zuckerberg para "teletransportarse": listo en 10 años

Las gafas inteligentes podrían reducir los efectos del cambio climático al sustituir las reuniones presenciales en beneficio de una experiencia digital.



Artículo completo AS:
<https://as.com/diarioas/2021/03/13/actualidad/161565>

CURIOSIDADES

10 curiosidades que (casi seguro) desconoces de tu perro

¿Sabías que hay razas de perros que no ladran? ¿O que sus bigotes les ayudan a ver en la oscuridad?

10 curiosidades de perros



SALUD

Propiedades de las fresas: 10 beneficios que no conocías

Las fresas son una fruta muy saludable y con múltiples beneficios para nuestro organismo. Se trata de un alimento que tiene infinitas combinaciones. Aunque es ideal para postres, ¿por qué no pruebas a incluirlo en alguna ensalada para darle un toque distinto? Si aún no conoces las propiedades de las fresas, prepárate, con todos estos beneficios no vas a poder resistirte a sus encantos.

<https://www.enfemenino.com/salud/beneficios-fresas-9>



RECETAS

Pimientos rellenos de carne

Hoy vamos a preparar unos pimientos rellenos de carne picada, una receta deliciosa, ideal como segundo plato o perfecta para la hora de la cena. Además, se puede utilizar también para un picoteo, ofreciendo a cada comensal un pimiento, seguido de otros aperitivos que nos gusten.

Los he hecho con carne picada de ternera, pero podéis hacerlos también variando la carne del relleno, por ejemplo mezclando ternera y cerdo, añadiendo jamón, usando muslos de pollo desmenuzados, etc, para que queden a vuestro gusto y los utilicéis para dar salida a sobras que tengáis en la nevera. Aquí no se tira nada, ya sabéis.

Ingredientes para 4 personas:

Pimientos del piquillo 8
Carne picada 400g
Cebolla 1
Nata líquida para cocinar 50 ml
Sal y pimienta al gusto
Aceite de oliva virgen extra
Harina de trigo una cucharilla de postre

Elaboración:

Dificultad media
Tiempo total 35 m
Elaboración 20 min
Cocción 15 min



Con unos buenos pimientos del piquillo de lata, y un buen relleno, con esta receta todos se van a chupar los dedos. Picamos la *cebolla en brunoise* y la pochamos a fuego lento. Agregamos la carne picada y la sofreímos.

Cuando empiece a cambiar de color, agregamos una pizca de harina y un poco del líquido de la lata de pimientos, ligando así el relleno tras remover un poco. Rellenamos con cuidado los pimientos con una cuchara y los vamos colocando en una fuente de barro apta para el horno.

Con los pimientos que se rompan, -dos o tres son suficientes- y la nata líquida, preparamos una salsa con la batidora y la usamos para cubrir los pimientos antes de meterlos en el horno. Guardamos un poco de la salsa para servir por encima después de hornear.

Horneamos los pimientos rellenos de carne durante 15 minutos a 180º y si queremos podemos optar por dar un toque de gratinado para que tengan mejor presentación. Llevamos a la mesa y nos sentamos para recibir cómodamente las alabanzas de los comensales.

Con qué acompañar los pimientos rellenos de carne

La receta de pimientos rellenos de carne es un estupendo segundo plato. Como lo normal es que uséis pan para rebañar la salsa, os recomiendo empezar con una receta ligera como entrante, por ejemplo una estupenda crema de hongos casera, que siempre cae bien al estómago.

