



A Maior Cantora de Rock do Brasil

No início da semana, mais precisamente 08 de março, Dia Internacional da Mulher, tive a oportunidade de assistir um show de homenagem a Elis Regina. Durante a apresentação, lembrei do quanto é importante a história de Elis para a música brasileira. Nascida em Porto Alegre no ano de 1945, a cantora que media apenas 1,53 m se transformava numa gigante quando estava com um microfone em punhos.

Aos vinte anos, Elis Regina já era conhecida em todo o Brasil como a voz mais potente de sua geração. Voz essa que, por vezes, ficava tímida e baixa em interpretações de bossa nova, mesmo com toda a complexidade e beleza desse gênero. Com o passar dos anos o país conheceu uma Elis que se separou, casou de novo, foi mãe e nunca se permitiu ficar calada. O ápice de sua carreira aconteceu em meio ao período da Ditadura Militar, regime ao qual Elis sempre criticou em suas entrevistas, como em uma oportunidade em que afirmou que o Brasil estava sendo governado por gorilas. Essa inquietude transformou a cantora em mais do que uma artista, fez de Elis Regina um ícone de mulher com atitude.

A cada disco lançado, mais sucessos estouravam em todo o Brasil. As influências musicais de Elis aumentavam de forma contínua, até que em 1976 a cantora lançou "Falso Brilhante". O disco foi elogiado pela crítica e consolidou Elis Regina como a maior cantora do país. Mesmo com o samba e a bossa



nova muito enraizados em seu trabalho, Elis fez duas de suas maiores interpretações nesse álbum cantando blues e rock. "Velha Roupas Coloridas" e "Como Nossos Pais", ambas de Belchior, mostram que a Pimentinha, como Elis era chamada por Vinícius de Moraes, também ouviu muito blues, jazz e rock durante a carreira.

Janis Joplin e Jimi Hendrix morreram de overdose. Elis Regina também. No dia 19 de janeiro de 1982, Elis foi encontrada morta após a ingestão excessiva de cocaína e bebidas alcoólicas. Somando-se a isso declarações polêmicas, atitudes de protesto contra o sistema e grandes hinos da música brasileira, não tenho medo de dizer: Elis Regina foi a maior cantora de rock do Brasil.

Até a próxima semana!

Guilherme Zanini é jornalista, coordenador da Tropical FM e correspondente da revista Guitar Player

Rodízio da redação

Acreditem em mim

Tenho acompanhado a luta da Taci contra o peso com especial atenção, pois também sofro do mesmo mal. A Taciana, que sempre foi linda e sobretudo, uma simpatia de colega, agora está ainda mais bonita e mesmo privada das coisas que ela adora comer, não perdeu o bom humor e o alto astral. Pois nesta semana, tomei coragem e fui ao endócrino, depois à nutricionista, nem tanto embalada pela história da Taci, mas porque tenho medo que a saúde comece a reclamar mais do sobrepeso, já que a hipertensão é companheira há oito anos e porque o preconceito é massacrante. E antes de começar a me tratar, já tenho preocupações extras. Sei que cometo muitos erros, como ser sedentária, pular refeições, ou nem fazê-las, especialmente nas noites de coberturas esportivas e nos fins de semana de plantões, quando não se tem horário certo para nada, só para as pautas. Mas sou a decepção daqueles que rotulam os gordos como aquelas pessoas que estão sempre agarradas à um xis, a um pote de sorvete, a uma barra de chocolate, a litros de refrigerante, à garrafas de cerveja, a bolos e tortas, os que assaltam a geladeira durante a noite. Nem gosto de doces, não sou chocólatra, e há mais de uma década, me permito beber apenas uma vez por ano, muuuuuito espumante, na virada do ano. Amo saladas, legumes, não tenho frescura com comida. Só não gosto de leite, in natura, mas não tenho nada contra os derivados. Saio do sério algumas vezes, como quando vou para a casa da mãe. Ou alguém resiste à comida de mãe, especialmente se for feita no fogão à lenha? Fora estes exageros casuais, controlo muito o que como, procuro manter uma dieta saudável, cheia de verde e de outras cores, e por conta disso, os resultados dos meus exames depõe a meu favor, e mostram colesterol, triglicérides, glicose, etc, etc, etc, tudo normal.

O problema é fazer as pessoas acreditarem nisso! Não é raro ter que me "socorrer" do testemunho do marido e da filha na tentativa de provar que não sou uma comilona inveterada. No sábado, por exemplo, preparei uma lasanha suculenta para o jantar, mas só sei que estava maravilhosa devido aos elogios.

Fiquei com meu lanchinho e nem experimentei! Mais uma vez reitero que cometo muitos erros, e espero corrigi-los com a ajuda dos profissionais que procurei. Mas também espero respostas. Afinal, o veredito para quem engorda é gastar menos calorias do que consome. Porém, até hoje ninguém explicou porque pessoas que comem o mesmo ou até muito mais que a gente, e também são sedentárias, são magras e não ganham peso. Sinal de que nem sempre a culpa é exclusiva dos gordos, como querem fazer parecer...



Helena Baségio / helena@informativo.com.br

Sobremesa de Verão

Confira no site:

Ingredientes:

- 1 lata de leite condensado
- A medida de 1 lata de leite
- 2 gemas
- 1 colher (sopa) e meia de maisena
- 1 lata de creme de leite
- 1 xícara de açúcar
- Meia xícara de água
- 1 xícara e meia de panetone ou bolo, cuca, bolacha champagne,...

Modo de preparar:

- 1- É uma sobremesa em camadas. Primeiro prepare um creminho. Em uma panela, misture o leite condensado com as gemas e o leite.

Quibe de tomate seco e azeitonas

Torta de palmito

Mexendo sempre, leve a mistura para o fogo até abrir fervura. Acrescente a maisena dissolvida em um pouco de água e, ainda com a mistura no fogo, continue mexendo até o creme engrossar. Retire a panela do fogo e deixe a mistura esfriar. Adicione o creme de leite e reserve.

2- Agora prepare uma calda. Coloque o açúcar em uma panela e leve ao fogo. Quando derreter, acrescente meia xícara de água.

3- Agora vamos à montagem da sobremesa: em um refratário ou prato fundo, coloque um pouco do creme. Adicione uma parte do panetone, bolo ou cuca picado e, por cima, mais um pouco do creme e da calda de açúcar. Vá fazendo camadas até completar o refratário.

4 - Leve à geladeira por, no mínimo, 2 horas. Sirva bem gelado.

Acesse nosso site - www.saboresamesa.com.br | Participe enviando comentários, sugestões ou críticas - coluna@saboresamesa.com.br