

**ECONOMIA À MESA** COM PRODUTOS DAS PRATELEIRAS DO SPANI ATACADISTA NO CARRINHO, PARTIMOS PARA O TIREL ATELIÊ, EM SÃO JOSÉ

Será possível fazer uma ceia de Natal econômica? Levamos o desafio para a chef Fernanda Ferreira, que topou a missão. Confira o resultado nas próximas páginas

# Desafio de Natal



**UNIÃO.**  
Todas as ceias foram feitas pensando no consumo de quatro pessoas

## SÃO JOSÉ DOS CAMPOS

**Paula Maria Prado**  
@paulamariaprado



Bom gosto, pratos com receitas precisas e poucos ingredientes. Essa foi a receita encontrada pela chef Fernanda Ferreira para cumprir um desafio “daqueles”: fazer duas ceias de Natal para quatro pessoas no valor máximo de R\$ 100 uma e R\$ 200, outra.

Proprietária do Tirel Atelier, de São José dos Campos, recebeu **OVALE** na quinta-feira com um verdadeiro banquete, que alimentou mais do que quatro pessoas em cada uma de suas receitas.

Todos os alimentos foram cedidos pela unidade Aquarius do Spani Atacadista. E o preço de cada alimento usado, você, leitor, confere nas próximas páginas, junto das receitas.

Acredite, é surpreendente! Confira! ■