

# Morro Vivo! Viva o Morro!

Jornal

INFORMATIVO COMUNITÁRIO DOS MORADORES DA SERRA DO MAR - Nº7 - CUBATÃO - AGO/SET 2011



## 1ª Feira Cultural e Artística dos Bairros Cota

Mais de 1.000 pessoas compareceram no dia 17 de setembro ao maior evento cultural da região dos bairros Cota. Foram muitas apresentações artísticas com música, arte circense e cultura popular brasileira. A feira marcou a inauguração do Núcleo de Economia Solidária e Desenvolvimento Local que visa fomentar a economia solidária, a preservação e sustentabilidade dos bairros Cota, Fabril, Pinheiro do Miranda, Sítio dos Queirozes e Água Fria. A Rua do Alojamento (Fabril),

estava repleta de barracas com doces, salgados e artesanatos produzidos pela população local, além do enorme palco no qual os artistas puderam mostrar seus trabalhos.

A feira cultural e artística é uma realização da CDHU por meio do Projeto COM COM, Núcleo de Economia Solidária e Desenvolvimento Local e Ateliê Arte nas Cotas. Contou ainda com o apoio da Secretaria de Cultura de Cubatão.

Nossos agradecimentos especiais a todas as pessoas

que compareceram, aos músicos, aos comerciantes locais, doceiras, salgadeiras, artesãos, costureiras, capoeiristas e todos aqueles que colaboraram direto e indiretamente à realização do evento que marcou a história dos bairros Cota. Se você não pode comparecer, não se preocupe, outros eventos como este irão acontecer, fique ligado na programação, acesse, [projetcocomcom.wordpress.com](http://projetcocomcom.wordpress.com), e acompanhe a programação.

“ Foi um encontro de intelectos, artistas e trabalhadores, um show fantástico da comunidade. ”

Carlos Guilherme Campos Costa



pág.06

Saúde em foco.

Diabetes Melitus o que você precisa saber.

pág.04

Conheça o trabalho dos técnicos sociais da CDHU.



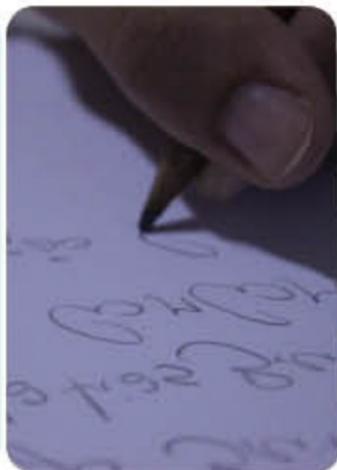
pág.06

Os tempos mudaram. Matéria especial sobre a participação das mulheres no mercado de trabalho.



# DUDA MATIAS - ORIGINALIDADE LITERÁRIA DA COMUNIDADE

DUDA MATIAS BRITO, 17 anos, autora da novela "Catarina" que vocês acompanham no nosso jornal e que participa da produção das mídias relacionadas ao PROJETO COM COM, nos conta um pouco sobre seu envolvimento com a literatura e a personagem que criou. Confira!



“ Ainda estou em choque, não processei a ideia direito, pois notei que todos gostaram do que escrevi. ”



Último capítulo  
Novela

## Catarina

Novela escrita por Duda Matias Brito

No capítulo anterior, Catarina é colocada em situação de constrangimento pela sogra que desconfia que a menina esteja escondendo alguma coisa. Acompanhe o último capítulo da novela que faz parte da vida dos leitores do Jornal Morro Vivo! Viva o Morro!

É uma menina! Suzana olhou para Catarina sem acreditar.

- E irá se chamar Helena, em homenagem a você mãe. Todos ficaram felizes e foram parabenizar Catarina.

\*\*\*

À noite Suzana foi conversar com a adolescente.

-Menina até quando você irá permanecer com essa mentira?

-Dona Suzana, eu não estou mentindo aquele sangramento foi sim da minha menstruação, porém acontece de na gravidez a mãe menstruar até o sexto mês, e o meu corpo não está mudando porque é o meu primeiro filho, as mudanças são muito pequenas. Disse Catarina muito calma para que Suzana compreendesse.

-Sei que isso está sendo difícil para senhora sei que tinha sonhos para Fábio, mas não posso mudar isso, estou grávida.

1 mês depois....

\*\*\*

- Mãe, onde é o médico que Catarina faz o pré-natal?

- Não sei querida, Catarina sempre vai com Helena.

- É que gostaria de ir a um ultra-som para ver a minha filha.

\*\*\*

Duas semanas depois... Os dois fazem o vestibular...

- Meu Deus, o que eu faço?... Não sei mais, já não dá mais, preciso acabar com isso. Catarina falava isso com lágrimas lavando o seu rosto.

Chega Fábio correndo.

- Catarina! Catarina!

- O que foi Fábio?

- Passei! Eu passei em Educação Física!

- Parabéns, querido!

- Só que a universidade fica em outra cidade. Estou em dúvida por conta do bebê.

- Fábio, preciso te falar uma coisa, disse Catarina aos prantos.

Na nova casa Ricardo e Helena se adaptavam a nova vida.

- Estou com saudades da nossa antiga casa.

- Bola pra frente querida, agora é vida nova, vamos

nos acostumar com essa realidade e não é tão ruim.

- Sei que não meu amor, porém não é fácil, às vezes acordo pela manhã assustada porque não reconheço o quarto, ai lembro que estamos na casa nova.

\*\*\*

- Fábio, eu sempre fui e sou apaixonada por você.

Quando soube que meus pais iriam mudar temi que a distância fizesse você me esquecer. Comecei a pensar em um jeito de manter você ao meu lado, um laço que você não conseguisse desatar.

- Catarina, aonde você quer chegar com tudo isso?

Disse Fábio meio confuso.

A adolescente chorava e olhava em volta, se deparou com um quadro dos dois juntos na cabeceira da cama. Sabia que a partir dali seriam apenas fotos que restariam.

\*\*\*

Na casa de Tereza...

- Nossa, Helena faz uma falta. Já não tenho uma vizinha tão boa para conversar.

Rita pensou para especular a vida, ela quer dizer.

- Querida, tem notícias de Catarina?

- Não, mãe!

- Rita, minha filha, vocês eram tão amigas o que houve?

- Nada mãe, Catarina está mais fechada ultimamente.

\*\*\*

- Fábio, eu forcei a gravidez...

\*\*\*

- Como assim mais fechada minha filha?

- Mãe, para de querer saber da vida dos outros.

- Rita, veja lá como fala com sua mãe...

\*\*\*

- Sofia, devolva o carrinho do sei irmão!

- Já vai, mamãe.

- Não basta toda essa mudança? Vocês dois ainda têm que me tirar do sério?

- Helena, meu amor, se acalme. Ameniza o esposo.

- Ricardo, pare de ser tão mole com as crianças.

- Sofia, vá arrumar seu quarto, preciso terminar o almoço, estou fazendo um ensopado de camarão.

**Morro Vivo** - Comece explicando seu processo de criação. Como surgiu a ideia da novela?

**DUDA** - A partir de uma reunião de pauta realizada no Projeto COM COM, na qual avaliamos o que o jornal abordaria na próxima edição. Um espaço literário como uma novela ou algo parecido foi cogitado para surgir, então me ofereci para a tarefa, mas não tinha ideia de como fazer. Fui para casa escrever

algumas coisas e depois trouxe para o Marcio Vidal (Diretor de texto do Jornal Morro Vivo/ Viva o Morro) que na primeira avaliação viu características próprias de peça de teatro, meu texto tinha falas sem o formato adequado. Após suas orientações, passei a escrever como uma ficção. Quanto ao processo de criação, não tenho regras para fazer a história, sento e naturalmente as palavras veem, não programo nada.



**MV** - Como você encara a literatura na sua vida antes e depois de "Catarina"?

**DUDA** - Meu contato com a literatura começou no primeiro ano do Ensino Médio, hoje estou no terceiro, mas achava chato, pois não entendia. Hoje isso mudou, estou com muita vontade de compreender o que faço. Se eu não curtir literatura vou ter que parar de escrever a novela, né? (risos)

**MV** - O que você acha das pessoas se envolverem tanto com a história que você criou? Todos perguntam sobre o que vai acontecer na trama, essas coisas...

**DUDA** - Não esperava e nem imaginava que fosse tão bem recebida. Ainda estou "em choque", não processei a ideia direito, pois notei que todos gostaram do que escrevi. Quando vejo a aceitação das pessoas fico bem impressionada.

**MV** - O que você acha de escrever para a comunidade na qual convive?

(DUDA) Nunca pensei em escrever livro ou novela, só mesmo em redações na escola. Achei interessante abordar esse tema, pois vivencio de perto o processo de remoção e urbanização desde a época de outro projeto local do qual participei, o PJ Mais. Encontrei nessa situação, uma forma de falar e aprender um pouco mais de uma forma leve e junto à comunidade.



**MV** - Além da novela, você também trabalha ativamente na produção das nossas mídias (rádio, TV e jornal). O que acha de atuar no Projeto COM COM?

**DUDA** - Gosto muito, não conhecia esse mundo da comunicação. O interesse surgiu muito antes de ter toda essa estrutura, num outro curso que eu fazia e tinha uma apresentação que meu grupo pensou em fazer em vídeo na forma de jornal. Logo depois surgiu a primeira oficina com outro formato que inicialmente

acontecia no Ateliê com o professor Giovanni. A partir daí, aprendi a escrever com um estilo mais jornalístico, fiz minha primeira crônica.

Parei depois de um tempo e uma nova equipe de educadores foi formada em outro local e foi assim que iniciei a ideia da novela.

**MV** - Deixe uma mensagem final a todos que acompanham seu trabalho:

**DUDA** - Façam o que gostam e com vontade. Não se prendam ao que as pessoas falam, faça o que realmente quer.

...Continua na pág. 05...



O valor do auxílio aluguel é de R\$ 400,00, independente do tempo que for usado o morador não tem qualquer ônus em relação a esse auxílio. No futuro, de alguma forma o morador terá alguma despesa quanto a esse auxílio?

O valor é de R\$ 400,00/mês e o morador que adere ao auxílio-moradia recebe a 1ª parcela no valor de R\$ 1200,00, ou seja, adiantamos 3 parcelas

para facilitar para a família o pagamento do depósito que geralmente é cobrado pelas imobiliárias/locadores. Esse valor não será cobrado do morador no futuro.

# Rádio VOZ DO MORRO

**A** Rádio VOZ DO MORRO é feita pelas comunidades dos bairros COTA e está agora com todos seus programas na internet. São mais de 20 programas disponíveis para você ouvir aonde quiser. Com uma programação local, discussão sobre o processo de urbanização, músicas,

entretenimento, humor e muito mais. Ouça e venha fazer parte da rádio que é aberta aos bairros Cota e Adjacências. Participe, venha colaborar com a Rádio que representa a comunidade.

Acesse: <http://soundcloud.com/ProjetoComCom>

## Literatura

### SOMOS COMO LÁPIS E GRAFITE

Somos como lápis e grafite  
Viemos ao mundo  
E escrevemos nossa história.  
Deus como uma borracha,  
Vem e nos apaga.  
E o que sobra de nós  
São apenas fragmentos  
Na memória de quem nos ama.

Poeta convidada:  
Luzia Aparecida Costa  
Machado.  
Moradora do bairro dos  
Pimentas – Guarulhos.

### MORRO VERDE

Meu querido morro, outrora verde  
Queria ver-te como outrora  
Teus pássaros voam o vô dos  
tristes  
Tuas cachoeiras choram lágrimas  
de dor  
  
Agora só concreto no teu chão  
E nem mesmo o teto que cobria  
teu cidadão  
Não existe mais  
Aliás, teu cidadão expulsado  
Assim como todos os teus animais

Meu querido morro, outrora verde  
Queria ver-te verde, ressuscitado  
E ver que nas tuas cachoeiras  
Não são mais lágrimas, erro  
reparado

Meu querido morro, outrora verde  
A natureza irá vingar  
E ainda creio um dia ver-te  
Todo verde e aí feliz vou chorar.

Carlos Guilherme Campos Costa  
Cubatão 14.06.2011

Envie seu texto para  
[projeto.com.com@gmail.com](mailto:projeto.com.com@gmail.com)

## Arte

### INSPIRAÇÃO E TÉCNICA ARTÍSTICA NO PINHEIRO DO MIRANDA



Na busca pelos talentos locais, o Jornal Morro Vivo! Viva o Morro! encontrou José Ivanildo dos Santos, mais um personagem que junta criatividade e arte nas obras que produz a partir do seu artesanato.

O artesanato coloca a alma nas mãos do artista enquanto cria, transforma e muda o mundo de acordo com o que vai no coração. Esse é o trabalho de José Ivanildo dos Santos, 60 anos, que com originalidade dá vida às suas obras desde o preparo e seleção da matéria-prima até o acabamento de suas peças. Sempre teve o sonho de trabalhar com artesanato, mesmo atuando em outras áreas decidiu fazer

cursos para aperfeiçoar SEUS conhecimentos como textura acrílica, pátina, craquelê, decoupage (arte com cola e papel), E.V.A., entre outros. Hoje seu foco está na utilização de papel e jornal e na mistura de materiais.

Além disso, ensinou a técnica do EVA para crianças em escola pública, comprando muitas vezes o material para que os alunos não ficassem sem aprender. Observou que as mães chegavam até ele para dizer que durante as aulas seus filhos saíram das ruas e obedeciam mais.

Sr. José afirma que ter maior divulgação do seu trabalho é ótimo porque as pessoas dão mais valor à arte que vem de outros estados do que a local: "O artesanato daqui não é valorizado pelo que faz, quando algum artista de fora vem expor seus trabalhos todos elogiam e nem questionam o preço

das peças. Com a gente acontece o contrário. Precisamos incentivar nossa arte realizando feiras de artesãos, por exemplo, essa é a nossa prioridade maior."

O artesanato tornou-se além de profissão uma forma de estimular a consciência ambiental em cada um: você pode reciclar vários tipos de materiais como papel, vidro, plásticos, entre outros. "Muita coisa que vai para o lixo pode ser reaproveitada pelos artesãos. Veja essa arte como um trabalho sério transformando tudo a sua volta e uma fonte de renda que ajuda muitas pessoas."

Saiba mais sobre o trabalho do artista José Ivanildo dos Santos: 3377-1571 (residência) e 9771-5129 (celular) Rua do Alojamento, número 40, Ponto Final do ônibus, Fabril (em frente ao Bar do Zé do Milho).





**you tube**  
www.youtube.com/user/ProjetoComCom

**tv Web Comunidade e Ação**  
www.ustream.tv/recorded/114973595

**flickr**  
flickr.com/projetocomcom

**facebook**  
ProjetoComCom comunicação comunitária

**e-mail**  
projetoComCom@gmail.com

**web rádio**  
"Voz do Morro"  
soundcloud.com/projetocomcom

**twitter**  
@projetoComCom

**orkut**  
Projeto ComCom

**blog**  
projetoComCom.wordpress.com



## Saúde em foco

**D**iabetes Mellitus é uma doença crônica caracterizada por uma diminuição da produção de insulina e/ou resistência, a ação da insulina e o hormônio produzido pelo pâncreas que deveria levar para dentro das células o açúcar para ser utilizado como fonte de energia, quando isso não ocorre o açúcar fica circulando no sangue, determinando a diabetes.

É muito comum em países industrializados e atinge a todos os sexos e etnias. A incidência da doença aumenta em população mais maduras, acima dos 40 anos. A descompensação da diabetes provoca o aumento do açúcar no sangue e distúrbios no metabolismo das gorduras e das proteínas. As complicações podem ser a cetoacidose (é uma circunstância que ocorre toda vez que não há insulina em quantidade suficiente), síndrome

hiperosmolar (é a condição em que o sangue fica muito mais concentrado é o estado mais grave do aumento do açúcar no sangue).

### Tipos de diabetes:

**Tipo 1** - Surge quando o organismo deixa de produzir insulina ou quando produz apenas uma quantidade muito pequena.

**Tipo 2** - Dar-se pela contínua produção de insulina pelo pâncreas, o problema está na incapacidade de absorção das células musculares adiposas; as células não conseguem metabolizar glicose suficiente na corrente sanguínea. Essa ação dá-se o nome de resistência insulínica. Esse tipo de diabetes tem caráter hereditário maior que a tipo 1, além disso, tem grande relação com a obesidade e o sedentarismo, estima-se que 60% à 90% dos portadores da doença sejam obesos, a incidência é maior após os 40 anos. Há ainda outros tipos de diabetes mais raras e mais complexas citadas a seguir:

# Diabetes Mellitus. O que você precisa saber.

Por Josevaldo Barbosa - jornalista e enfermeiro

- 1 - Defeitos genéticos da função da célula b.
- 2- Defeitos genéticos da ação da insulina.
- 3- Doença do pâncreas exócrino.
- 4- Endocrinopatias.
- 5- Indução por drogas ou produtos químicos.
- 6- Infecção.
- 7- Formas incomuns de diabetes imuno-dediado.



Outro tipo de diabetes muito importante é a diabetes gestacional. A diabetes gestacional envolve uma combinação de secreção e responsabilidade de insulina inadequados, assemelhando-se à diabetes tipo 2 em diversos aspectos. Ela se desenvolve durante a gravidez e pode melhorar ou desaparecer após o nascimento do bebê. Embora possa ser temporária, a diabetes gestacional pode trazer danos à saúde do feto e/ou da mãe, e cerca de 20% à 50% das mulheres com diabetes gestacional desenvolvem diabetes tipo 2

mais tardiamente na vida. Sintomas: Os sintomas na mulher grávida variam muito de pessoa para pessoa, embora alguns sejam mais comuns e visíveis como o excessivo ganho de peso, inchaço, bulimia, vômitos incontrolláveis, urina se modifica ou/e em abundância, visão turva (pode necessitar de óculos temporariamente) e, em alguns casos, a gestante deve ser internada para observação em ambiente hospitalar. Cuide-se, faça o teste de glicemia regularmente, sua saúde agradece!

Fonte: Sociedade Brasileira de Diabetes.





## Entrevista

# Os tempos mudaram



Foi-se o tempo em que a mulher só cuidava dos afazeres domésticos e no máximo que fazia era pilotar, pilotar o fogão.

Hoje, cada vez mais as mulheres estão conquistando espaço e reduzindo devagar com o machismo da nossa sociedade. Podemos ver essa realidade não muito longe, aqui mesmo nos bairros Cota, nas obras de urbanização da CDHU.

Encontramos uma mulher super simpática, Queila Maria Borges dos Santos, 35 anos, e que deixou a profissão de vendedora para trabalhar em obras. Ela diz estar hoje "com muito orgulho de si mesma", acrescenta também que é bem aceita

no seu ambiente de trabalho.

Podemos ver com o exemplo de Queila que os espaços que eram exclusivos ao sexo masculino hoje são ocupados por mulheres que já não sofrem mais com a discriminação por gênero.

Queila não é a única dentro do projeto de urbanização, existem outras mulheres dando um toque de feminilidade às obras do nosso bairro.

Não é só nas obras que as mulheres estão conquistando espaço, há presença feminina em todas as áreas, inclusive na presidência do nosso país, faltando ainda em muitos casos, a equiparação salarial, Marta, craque do



Queila Maria Borges dos Santos.

futebol que o diga.

Esta não é só uma vitória do sexo "frágil" como se dizia antigamente. É uma vitória de todos(as), da coerência, da justiça, da razão, enfim, da

humanidade.

Por: Arcelina Francisca da Silva, Carlos Guilherme Campos Costa e Duda Matias.

## Utilidade pública

# O trabalho dos técnicos sociais dos EAT's



ADELINA MIKOLAJAW  
Coordenadora da equipe de remoção e reassentamento da CDHU.

**Morro Vivo - Qual é o trabalho da equipe técnica social de urbanização e reassentamento da CDHU?**

Orientar, informar e acompanhar os moradores dos núcleos que fazem parte do Programa Serra do Mar, sobretudo com relação à remoção e a convivência com as Obras de Urbanização. Para isso contamos com

3 EAT's - Escritórios de Apoio Técnico nas áreas e 1 Central na EMAE.

**Morro Vivo - Como funcionam os EAT's?**

Os EAT's funcionam de 2ª a 6ª feira - das 9h30 às 12h00 e das 14h00 às 16h30 lá atendemos as famílias, agendamos atendimentos específicos no EMAE e visitas monitoradas, viabilizamos as trocas

e acompanhamos, com os moradores, o andamento das Obras. O EAT constitui uma referência para a comunidade e é um espaço da família e da equipe técnica social.

**Morro Vivo - Existem técnicos especializados na sua equipe?**

Sim, nossos profissionais têm formação superior

e experiência em Urbanização e, além disso, estamos em constante processo de capacitação. Contamos com profissionais sociais, historiadores, sociólogos, geógrafos, tecnólogos, psicólogos, arquitetos, entre outros.

**Morro Vivo - Deixe suas considerações finais.**

Nossa equipe tem muito orgulho do trabalho que vem desenvolvendo aqui na Serra do Mar. Esse grupo gosta muito do que faz e, respeitar o morador e buscar soluções que atendam melhor as suas necessidades e expectativas é nosso principal foco. Estamos aqui em parceria com a comunidade, sempre!!

## Procure o seu EAT:

**Pinheiro do Miranda e Cota 95/100:**

EAT - Escritório de Apoio Técnico Pinheiro do Miranda - Rua do Alojamento, 160

**Cota 200, Cota 400/500:**

EAT - Escritório de Apoio Técnico da Cota 200 - Rua Principal, nº 211 - Jardim Europa - Cota 200.

**Água Fria e Sítio dos Queirozes:**

EAT - Escritório de Apoio Técnico da Água Fria - Rua Elias Zarzur, s/n (em frente à Guarita da Polícia Ambiental) - Água Fria.

**Para atendimentos agendados:**

Escritório Central - Av. Bernardo Geisel Filho, 1451 - Portaria 2 - Vila das Indústrias, antiga Light - EMAE.



# PROJETO PIMENTAS



Os agentes Comunitários do Programa Serra do Mar realizaram uma oficina sobre comunicação comunitária em Guarulhos (SP).

Os moradores de Pimentas também já visitaram as Cotas para conhecer o Programa Serra do Mar, porque estão passando pelo processo de urbanização e perceberam que têm muita coisa em comum com as comunidades dos bairros Cota.

A comunicação produzida pelos moradores da Serra do Mar, por meio do jornal Morro Vivo! Viva o Morro!, TV Comunidade

em Ação e rádio Voz do Morro, já é exemplo de comunicação mundial e começa a ganhar espaço em outros pontos do Estado de São Paulo.

Durante a visita à Pimentas, o agente comunitário e participante do Projeto COM COM, Expedito Silva, contou que sentiu que as pessoas estão bastante empolgadas com as mudanças que veem para trazer dignidade e acesso ao atendimento básico. E aconselha: "tenham paciência porque o processo é demorado, na Serra do Mar já são 4 anos, mas as mudanças estão acontecendo".

## 1ª Feira Cultural e Artística dos Bairros Cota





**ROSILEIDE DA SILVA SANTANA** é moradora da Fabril.

Câmera da memória



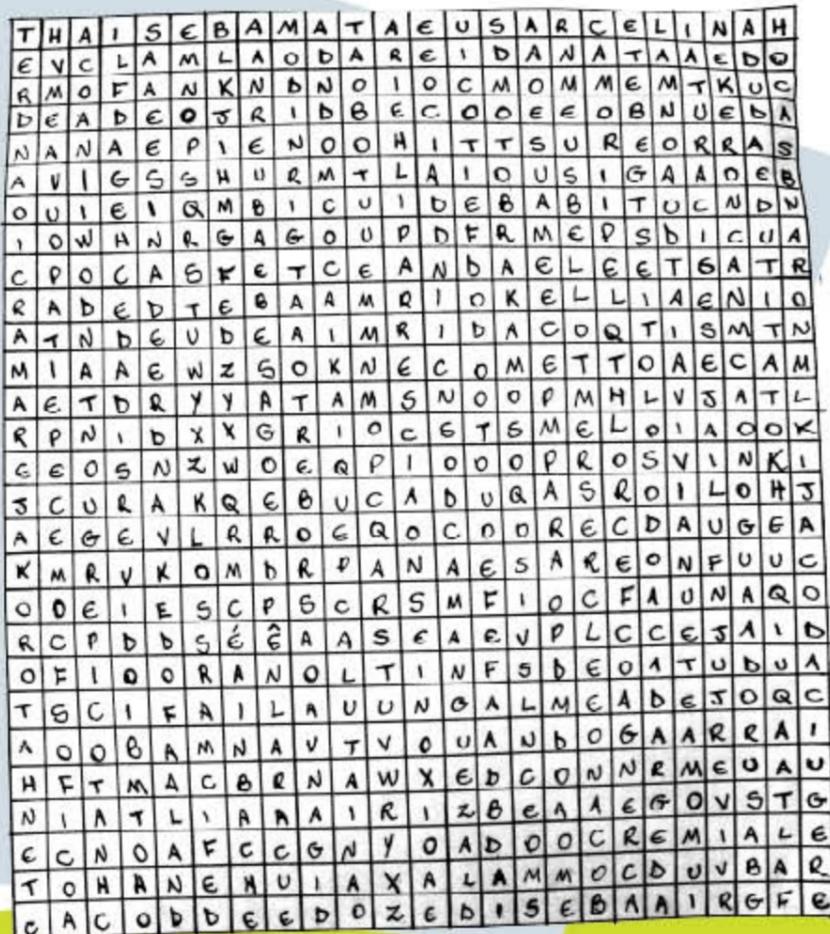
Sou natural de Salvador-BA e moro na Fabril desde 1978, vim para a região com 5 anos de idade. Nessa época tudo era muito sossegado, tenho saudade de vários lugares, do cinema, da farmácia do Ivo, das pracinhas que existiam aqui, namorava bastante nelas (risos). Tenho boas recordações é um tempo que não volta mais. Hoje não é mais a mesma coisa, as ruas tem muitos buracos, desmataram grande parte da área verde, entre outras coisas.

No começo trabalhava com artesanato utilizando técnicas de biscuit e bordado com vagonite, como eu já gostava de artesanato e reciclagem, me juntei

a uma colega para montarmos um negócio. Pegamos mercadorias que tínhamos, mas após dois meses a sociedade não deu certo, então fiz minha loja que já tem cinco anos. Acho que sou um incentivo para as pessoas que pensam em ter um negócio aqui, depois que resolvi trabalhar no bairro minha popularidade aumentou.

Me sinto bem, pois a partir disso fiz muitas amizades e assim pude conhecer melhor as pessoas do bairro. Para quem tem dúvidas de fazer seu comércio aqui, aconselho que não desista do seu sonho, vá em frente e trabalhe que você consegue. Não me inveje. Faça o que eu faço, trabalhe.

## Caça palavras



Se ligue

É engraçado como culpamos apenas as indústrias pela destruição causada ao meio ambiente, sem nos culpar, não que elas não sejam um dos maiores poluentes do mundo, mas tudo passa por mim e por você. Se cada um fizesse sua parte o mundo não teria chegado a esse ponto. **Salvar o planeta é preciso.**

**Comece por você mesmo, tenha atitude. Cuide do meio ambiente!**

Ele depende de nós, mas nós também dependemos dele. Então se ligue, reduza o consumo e não jogue lixos em encostas, esse é um bem para um mundo melhor!

# PARTICIPE!

## é grátis

Produção de:  
Jornal, Rádio e TV  
comunitários

Projeto  
**com com**  
COMUNICAÇÃO  
COMUNITÁRIA

Todas as Terças, Quartas e Quintas  
Local: Rua do Alojamento, 198 A Pinheiro do Miranda  
Tel: 3377-1570

## Receita

### Receita de BOMBOMCADO DE MILHO

(Receita para 24 pedaços)



Receita de:



REGINA ÂNGELA MENDES COSTA  
Moradora da Fabril.

Ingredientes:

- 1 xícara (chá) de farinha de milho amarela
- 3 colheres (sopa) de queijo parmesão ralado
- 3 colheres (sopa) de farinha de trigo
- 1 colher (sopa) de fermento em pó
- 1 colher (chá) de erva doce (opcional)
- 1 xícara (chá) de leite de coco (200 ml)
- 2 xícaras (chá) de milho em conserva (300 ml)
- 1 xícara (chá) de óleo de milho
- 1 xícara (chá) de leite (200 ml)
- 2 xícaras (chá) de açúcar
- 4 ovos

Para polvilhar:

- ½ xícara (chá) de açúcar
- 1 xícara (chá) de canela em pó

Modo de preparo:

Coloque no liquidificador os ovos, o leite de coco, o milho, o óleo de milho e ½ xícara (chá) de água batendo até obter uma mistura homogênea. Acrescente o leite, o açúcar, a farinha de milho, o parmesão, a farinha de trigo, o fermento e a erva doce. Bata novamente misturando bem. Despeje numa assadeira retangular (30 x 24 cm) untada e enfarinhada. Leve ao forno médio (200 C) pré aquecido por cerca de 45 minutos. Retire do forno, polvilhe com açúcar e canela e deixe esfriar. Corte em quadradinhos e acomode num prato.

Dica:

Se desejar substitua o queijo parmesão por coco seco ralado.