



NÃO, OBRIGADO

IF(MC=CONTANT)=LINK_BOTAO)

```
LINK_BOTAO)CONTENT=LINK_BOTAO)
```

```
M_CONTENT=LINK_BOTAO)
```

RÁDIOS ([HTTPS://MCR.IOL.PT/#RADIOS?UTM_CAMPAIGN=BARRA_IOL&UTM_SOURCE=NIT.PT&UTM_MEDIUM=BARRA&UTM_CONTENT=LINK_BOTAO](https://mcr.iol.pt/#radios?utm_campaign=barra_iol&utm_source=nit.pt&utm_medium=barra&utm_content=link_botao))

NIT ([HTTPS://WWW.NIT.PT?UTM_CAMPAIGN=BARRA_IOL&UTM_SOURCE=NIT.PT&UTM_MEDIUM=BARRA&UTM_CONTENT=LINK_BOTAO](https://www.nit.pt?utm_campaign=BARRA_IOL&utm_source=NIT.PT&utm_medium=BARRA&utm_content=LINK_BOTAO))

BEACHCAM (HTTPS://BEACHCAM.MEO.PT/?UTM_CAMPAIGN=BARRA_IOL&UTM_SOURCE=NIT.PT&UTM_MEDIUM=BARRA&UTM_CONTENT=LINK_BOTAO)

NEW IN
OEIRAS

NEW IN
SETÚBAL

(<https://hit.pt/>)
utm_sourc



Q (http://www.dailymotion.com)

COMIDA (<https://nit.pt/buzzfood>)

COMPRAS (<https://nit.pt/vanity>)

FiT (<https://nit.pt/fit>)

FIM DE SEMANA (<https://nit.pt/out-of-town>)

ESPECIAL CORONAVÍRUS ([/listagem/acompanhe-todas-as-noticias-mais-importantes-sobre-o-coronavirus](#))

ESCAPADINHAS (/venue?category=out-of-town&free_text=&oot_venue_type=&nit_georeference=&price_interval=)

NiTtv (<https://nittv.nit.pt>)

alimentação saudável

IKEA tem a solução perfeita para quem não sabe cozinhar

Chama-se "Cook This Page" e são folhas com espaços para preencher com os alimentos, como se estivesse a montar um móvel.



www.facebook.com/interfaithdialogue.ph/ShareArticle?

u=http://nit.pt/fit/alimentacao-

saudaval/ikea/saudaval/ikea-

solucao- solucao- solucao:

perfeita	perfeita-	perfeita	EA
----------	-----------	----------	----

17/06/2017 às 18:52



texto
Andreia Guerreiro (<https://nit.pt/author/andreiaquerreiro>)

As folhas de instruções da IKEA sobre como montar os móveis costumam ser verdadeiros quebra-cabeças. Desta vez, e para fugir à regra, a marca sueca criou uma folha que vai ajudar muitas pessoas. Só há uma pequena diferença: não é para colocar prateleiras, mas sim para cozinhar.

Sim, leu bem. O projeto chama-se “Cook This Page” e não são mais do que folhas de receitas desenhadas com os espaços onde deve colocar cada ingrediente. Ou seja, não há como falhar (nem os piores chefs de sempre). Depois de preencher tudo e seguir os passos descritos, só tem de enrolar a folha, levar ao forno e levar para a mesa para surpreender os amigos e a família.

Fique descansado, a tinta não faz mal à saúde. As folhas são impressas em papel pergaminho com uma tinta que está preparada para entrar em contacto com os alimentos.

O projeto, que nasceu de uma parceria entre a IKEA e a empresa de marketing Leo Burnett, foi apresentado num evento de cozinha da IKEA em Toronto, no Canadá.

O conjunto de receitas está a chegar aos poucos às várias lojas do País. Até lá, pode ver o tutorial e perceber como funciona este método milagroso.





Quer receber notificações das principais novidades da NiT?

NÃO, OBRIGADO

SIM, QUERO

tags: alimentação (/tag/alimentacao), cook t

artigos relacionados

alimentação saudável (<https://nit.pt/fit/alimentacao-saudavel>)

Os pãezinhos de cenoura que pode preparar em casa em menos de 10 minutos (<https://nit.pt/fit/alimentacao-saudavel/os-paezinhos-de-cenoura-que-pode-preparar-em-casa-em-menos-de-10-minutos>)

alimentação saudável (<https://nit.pt/fit/alimentacao-saudavel>)

A baba de camelo saudável (e sem lacticínios) que vai querer provar já (<https://nit.pt/fit/alimentacao-saudavel/a-baba-de-camelo-saudavel-e-sem-lacticios-que-vai-querer-provar-ja>)

alimentação saudável (<https://nit.pt/fit/alimentacao-saudavel>)

A nova máquina de batidos do Lidl vai ajudá-lo a ser mais saudável em casa (<https://nit.pt/fit/alimentacao-saudavel/a-nova-maquina-de-batidos-do-lidl-vai-ajuda-lo-a-ser-mais-saudavel-em-casa>)

escapadinhas (/venue?category=out-of-town&free_text=&oot_venue_type=&nit_georeference=&price_interval=)



comer & beber (/venue?category=buzzfood&free_text=&oot_venue_type=&nit_georeference=&price_interval=)



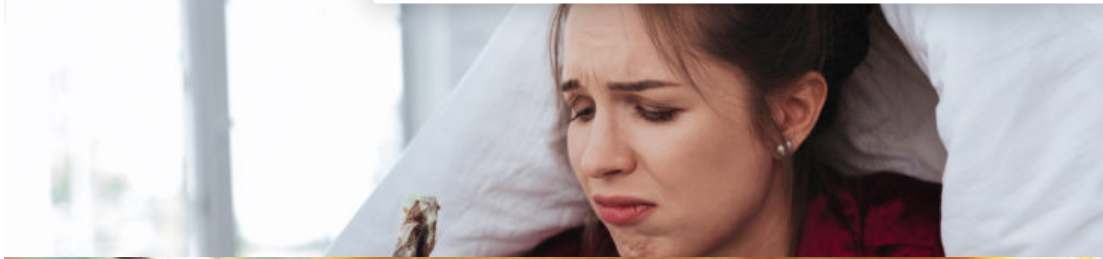
outros artigos de alimentação saudável



Quer receber notificações das principais novidades da NiT?

NÃO, OBRIGADO

SIM, QUERO



pt/fit/alimentacao-



/fit/alimentacao-



mentacao-saudavel/a-baba-de-

(<https://nit.pt/fit/alimentacao-saudavel/a-nova-maquina-de-batidos-do-lidl-vai-ajuda-lo-a-ser-mais-saudavel-em-casa>)



it/alimentacao-saudavel/a-



lojas-e-marcas/vem-ai-um-



Quer receber notificações das principais novidades da NiT?

NÃO, OBRIGADO

SIM, QUERO



BECK - SEVENTH HEAVEN



100%

PROGRAMAS: ALTO E FALANTE • RAPILÁRIO • PASTILHA ELÁSTICA • RAPILÁRIO

ESTATUTO EDITORIAL ([HTTPS://NIT.PT/ESTATUTO-EDITORIAL](https://nit.pt/estatuto-editorial)) | FICHA TÉCNICA ([HTTPS://NIT.PT/FICHA-TECNICA](https://nit.pt/ficha-tecnica)) |
TERMOS E CONDIÇÕES ([HTTPS://NIT.PT/TERMOS-E-CONDICOES](https://nit.pt/termos-e-condicoes)) | CONTACTOS ([HTTPS://NIT.PT/CONTACTOS](https://nit.pt/contactos)) Diretor: Jaime Martins Alberto | 02 de maio de 2020 | Edição:
3.122 | Periodicidade diária



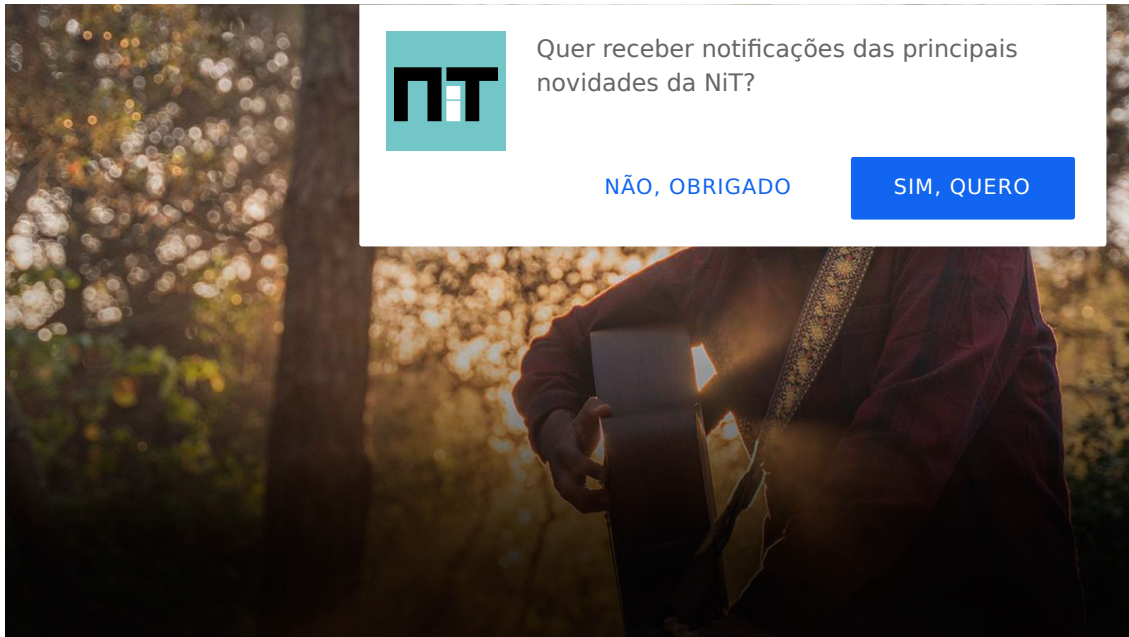
entretanto na NiTtv



(https://nittv.nit.pt/cultura/home-dance-party-a-festa-online-onde-todos-podem-dancar-juntos/?utm_campaign=nit_website_bottom&utm_source=nit_desktop&utm_medium=website)

Home Dance Party: a festa online onde todos podem dançar juntos (https://nittv.nit.pt/cultura/home-dance-party-a-festa-online-onde-todos-podem-dancar-juntos/?utm_campaign=nit_website_bottom&utm_source=nit_desktop&utm_medium=website)

Home Dance Party: a festa online onde todos podem dançar juntos (https://nittv.nit.pt/cultura/home-dance-party-a-festa-online-onde-todos-podem-dancar-juntos/?utm_campaign=nit_website_bottom&utm_source=nit_desktop&utm_medium=website)



(https://nittv.nit.pt/cultura/este-videoclip-portugues-e-um-hino-de-esperanca-para-estes-tempos/?utm_campaign=nit_website_bottom&utm_source=nit_desktop&utm_medium=website)

Este videoclip português é um hino de esperança para estes tempos (https://nittv.nit.pt/cultura/este-videoclip-portugues-e-um-hino-de-esperanca-para-estes-tempos/?utm_campaign=nit_website_bottom&utm_source=nit_desktop&utm_medium=website)



(https://nittv.nit.pt/programas/livros-na-rua/livros-de-rua-temporada-1/finalmente-jogar-a-roleta-com-a-vida/?utm_campaign=nit_website_bottom&utm_source=nit_desktop&utm_medium=website)

Finalmente jogar à roleta com a vida (https://nittv.nit.pt/programas/livros-na-rua/livros-de-rua-temporada-1/finalmente-jogar-a-roleta-com-a-vida/?utm_campaign=nit_website_bottom&utm_source=nit_desktop&utm_medium=website)