
DESIGNER GRÁFICO

PORTFOLIO 2023

@gabriel_designer2



Gabriel Mateus 19 anos
Designer Gráfico

Ps

Valores

Flexível
Qualidade
Colaboração
Adaptabilidade
Responsabilidade

Experiência

Sou um candidato altamente motivado flexível e ávido por aprender. Minha dedicação, capacidade de adaptação e vontade de enfrentar desafios me tornam uma adição valiosa para qualquer equipe. Estou sempre pronto para assimilar rapidamente novos conhecimentos e agregar valor imediato à organização."

Projetos

Feitos por mim



@gabriel_designer2

Projetos

Feitos por mim

RECEITA SAUDÁVEL

FRANGO GRELHADO COM LEGUMES ASSADOS



INGREDIENTES:

- 1 peito de frango
- 1 abobrinha média
- 1 cenoura média
- 1 pimentão vermelho
- azeite de oliva
- Sal e pimenta a gosto
- Temperos opcionais: alho em pó, páprica, orégano

MODO DE PREPARO:

1. Pré-aqueça o forno a 200°C.
2. Tempere o peito de frango com sal, pimenta e os temperos opcionais de sua escolha.
3. Em uma assadeira, coloque a abobrinha, a cenoura e o pimentão cortado em pedaços.
4. Regue os legumes com um fio de azeite de oliva, tempere com sal e pimenta, e misture bem.
5. Coloque o peito de frango temperado na grelha ou frigideira antiaderente pré-aquecida em fogo médio-alto. Grelhe por cerca de 6-8 minutos de cada lado, ou até que o frango esteja cozido.
6. Ao mesmo tempo, leve a assadeira com os legumes ao forno e asse por aproximadamente 20-25 minutos, ou até que os legumes fiquem macios e levemente dourados.
7. Sirva o frango grelhado com os legumes assados ao lado. Você pode adicionar uma porção de arroz integral ou quinoa cozida como acompanhamento, se desejar.

GOSTOU?

♥ CURTA

▼ COMPARTILHE

🚩 SALVE

💬 COMENTE

@gabriel_designer2



OBRIGADO

P E L A A T E N Ç Ã O

(62) 98245-4882

