



### Completa o texto com o Pretérito perfeito.

A Bárbara \_\_\_\_\_ (preparar) um almoço muito bom!  
Primeiro ela \_\_\_\_\_ (comprar) todos os ingredientes.  
\_\_\_\_\_ (pensar) arranjar todos os ingredientes no  
comércio local para ajudar a economia da sua localidade. Ela  
\_\_\_\_\_ (contactar) alguns agricultores locais que lhe  
\_\_\_\_\_ (deixar) os legumes todos em casa na hora  
combinada. Na peixaria da D. Fernanda, \_\_\_\_\_  
(encomendar) o peixe. \_\_\_\_\_ (aproveitar) para comprar  
ovos frescos. Quando \_\_\_\_\_ (juntar) todos os  
ingredientes, a Bárbara \_\_\_\_\_ (começar) a cozinhar.  
Primeiro \_\_\_\_\_ (lavar) e \_\_\_\_\_ (cortar) as  
batatas em pequenos quadrados e \_\_\_\_\_ -as (colocar)  
num tacho com água e sal e \_\_\_\_\_ (deixar) cozer um  
pouco.





Depois, \_\_\_\_\_ (cortar) a cebola em meias luas e  
\_\_\_\_\_ (tapar) o fundo do tabuleiro com elas; depois  
\_\_\_\_\_ (descascar) o alho e \_\_\_\_\_ -o (cortar)  
em pedaços bem pequenos e, em seguida, \_\_\_\_\_  
(juntar) uma folha de louro e \_\_\_\_\_ (acrescentar) um  
pouco de piripiri.

A D. Fernanda \_\_\_\_\_ (escamar) o peixe muito bem. A  
Bárbara só o \_\_\_\_\_ (lavar) e \_\_\_\_\_  
(temperar) com sal. Depois, \_\_\_\_\_ (colocar) o peixe em  
cima da cama de cebola e \_\_\_\_\_ (espalhar) um pouco de  
pimentão doce sobre tudo.

A Bárbara \_\_\_\_\_ (deixar) as batatas ferverem apenas  
cinco minutos. \_\_\_\_\_ (apagar) o fogão e escoadou a água.  
Depois \_\_\_\_\_ -as (colocar) em volta do peixe.







\_\_\_\_\_ (espalhar) algum pimentão doce sobre as batatas e

\_\_\_\_\_ (enfeitar) o tabuleiro com alguns pés de salsa.

Finalmente, \_\_\_\_\_ (regar) tudo com azeite e

\_\_\_\_\_ (levar) ao forno. \_\_\_\_\_ (deixar)

cozinhar durante meia hora. \_\_\_\_\_ (ficar) maravilhoso!

Para sobremesa, a Bárbara \_\_\_\_\_ (preparar) uma coisa

simples e muito saudável. \_\_\_\_\_ (esmagar) abacates e

bananas e \_\_\_\_\_ (misturar) tudo. Depois

\_\_\_\_\_ (juntar) um pouco de stevia e \_\_\_\_\_

(polvilhar) com um pouco de raspas de chocolate. \_\_\_\_\_

(enfeitar) com frutos vermelhos. Simples e muito saboroso!

