

866 CENTRO

JULIA FERNANDA
LLEGA A SUS
15 PRIMAVERAS

DULCES QUINCE

Celebró al máximo
acompañada de sus
familiares y amigos

JULIA VIVE SUS XV AÑOS DE ENSUEÑO

La joven quinceañera disfrutó una fiesta en compañía de sus amigos.

Texto: Mariaclara Delgado
Fotos: Photo Shoot.co

La iglesia Sagrado Corazón de Jesús en la ciudad de Frontera, Coahuila fue testigo de la misa donde Julia Fernanda Cantú Alcalá, acompañada de sus familiares y amigos más cercanos, agradecieron por los XV años que Dios le ha permitido vivir a su lado felizmente.

Una vez terminada la ceremonia religiosa, fue el Salón de Fiestas Flamings, ubicado en la colonia el Pueblo, cede de la mágica fiesta de celebración donde no podía faltar

la presencia de sus padres Julio Cantú Villalobos y Zenyase Viridiana Alcalá Monsiváis, además de sus hermanos Renata Valentina y Julio César, sus abuelos Francisco Javier Alcalá y María del Carmen Villalobos no podían faltar a la elegante recepción.

Un distinguido vestido rosa con el toque de estilo victoriano fue el que lució Julia Fernanda en su presentación en sociedad. En el momento de deslumbrar a todos los invita y de la mano de su padre siguieron a bailar el tradicional vals; para continuar a degustar la deliciosa cena que se tenía preparada luego de un ameno momento de baile y diversión.

Julia acompañada de sus padres Julio César Cantú y Zenyase Alcalá, además de sus hermanos Renata y Julio César.

La quinceañera celebró una misa de agradecimiento en la iglesia Sagrado Corazón de Jesús en Frontera.





Bailó el vals en compañía de su papá Julio César Cantú.



En sus fotografías especiales vistió un elegante vestido verde.



Felizmente acompañada de sus abuelos en un día especial.



Julia Fernanda lució un elegante vestido rosa.



Invitados a la fiesta lucieron felices de acompañar a la quinceañera



Fernanda en compañía de sus padres José y Brenda.



La quinceañera bailó el tradicional vals con su padre.



Fernanda agradeció el llegar a esta maravillosa edad.

CELEBRA RADIANTE SUS XV AÑOS

Fernanda Yoremith festejó feliz sus quince primaveras con sus amigos y familiares

Texto: Mariaclara Delgado

Fotos: Photo Shoot.co

redacción@eltiempomonclova.mx

Con un radiante vestido rojo, y muy feliz de contar con la compañía de sus seres queridos y amigos más cercanos es como Fernanda Yoremith Luna Domínguez festejó sus XV años; agradeciéndole primeramente a Dios por permitirle llegar a tan maravillosa edad, es por ello que el festejo comenzó en la Iglesia Sagrado Corazón de Jesús donde se llevó a cabo la ceremonia religiosa, donde la quinceañera se mostró feliz de poder cumplir un año más de vida.

Sus papás Fernando José Luna Cárdenas y Brenda Elizabeth Domínguez Torres, fueron los encargados de organizar una elegante, pero divertida fiesta en el Salón Enezer una vez concluida la misa, en donde estuvieron presentes sus damas de honor para pasar una noche inolvidable. Seguramente fue una noche que Fernanda al igual que sus invitados disfrutaron mucho, y no podrán olvidar lo especial que fue el haber llegado a la edad de las ilusiones, donde la hicieron sentir tan querida.



Fernanda se mostró feliz de cumplir XV años.



Fernanda lució hermosa en su sesión de XV años.



Las damas de honor acompañaron a Fernanda en su festejo.



Fotografía de su sesión de XV años.



Fernanda en compañía de su mamá y tías.



Fernanda Yoremith feliz de cumplir quince años.

5

ESTADOS

En nuestro país son los principales productores de calabaza.

13

ESPECIES

De calabazas se encuentran en nuestro país de 15 existentes.



Nuestro ingrediente favorito

ALIMENTOS ¿Cuántos tipo de calabaza conoces?, es el toque especial de temporada en otoño.



Calabaza de castilla

Es de las más cultivadas en climas húmedos y tropicales.

El uso que se le da es muy variado, pues se consume toda la calabaza, desde la raíz, las hojas, flores y semillas. Muy en particular la pulpa del fruto maduro se consume asado o hervido, así como dulce de calabaza.

Debido a sus semillas, las pepitas, son abundantes y de buen tamaño, se pueden utilizar ampliamente ya sea enteras o molidas para algunos platillos. En México, las variedades y razas nativas de calabazas se cultivan prácticamente en todas las regiones agrícolas, acompañando al maíz y al frijol en el agroecosistema que se denomina "milpa", así como muchas personas han optado en hacer sus propios huertos y cultivarlos.

Chilacayote o Chilaca

Aún se desconoce con precisión su origen, pero se ha presupuesto que proviene de Sudamérica.

Su fruto tierno es preparado en algunos caldos o platillos asados, aunque su pulpa es la más utilizada, pues es bastante fibrosa y con ella se puede elaborar un dulce llamado "cabellos de ángel", así como algunas bebidas refrescantes. Tiene menor diversidad a diferencia de las otras especies.

Calabaza kobosha

La cucurbita máxima tiene su origen en Sudamérica y es una de las especies cultivadas más diversas y con una amplia adaptación a cualquier clima; principalmente en Sinaloa y Sonora, Estados que la cultivan y exportan a las distintas regiones.

Normalmente se utiliza para decorar durante la época de otoño, pero de esta calabaza se utiliza, principalmente su semilla, la "pepita rusa", semillas cortas, anchas, blancas y algo esponjosa que se suele consumir como botana tostada y aderezada con sal. Estamos seguros que la conoces a la perfección.

La temporada de día de muertos se acerca y en nuestra mente fácil relacionar estos días con las típicas calabazas anaranjadas, esas que vemos afuera de las tiendas listas para ser adornadas, pero en México se cultivan 13 especies de calabazas, siendo uno de los principales países con una extensa diversidad.

Más allá de la temporada, la calabaza forma parte de nuestra extensa gastronomía mexicana, pues en algún momento hemos llegado a probar las deliciosas "calabacitas a la mexicana", un atole de calabaza, un pan o dulce perfecto para estas temporadas otoñales.

¿Fruta o verdura?. Aunque muchos no lo crean la calabaza, calabacitas, arotas, tamales o tamalayotas, son frutas que provienen de la planta calabacera, al igual que los tomates, pimientos o pepinos. La calabaza fue el primer cultivo en domesticarse hace más de 10,000 años, perteneciente a la familia cucurbitaceae, nativas del continente americano, y México abarca la mayoría de la diversidad que existe. De las 15 especies de calabazas que hay, en nuestro país se encuentran 13. Se puede decir que México es rico en cultura, y sobre todo la rica comida que se prepara día con día.

¿Cuántas Especies existen?. Las cucurbitáceas incluyen alrededor de 90 géneros y 800 especies que se caracterizan por ser plantas rastreras o trepadoras, así como dan frutos -de distintos tamaños, colores y formas- que se desarrollan a partir de las flores femeninas que polinizan algunos insectos. De este amplio espectro, unas 39 especies tienen especial importancia alimenticia y gastronómica, entre ellas las calabazas.

Algunas de estas especies son nativas de México, como la chilaca (cucurbita ficifolia), y otras de distintas partes del mundo, como el melón (Cucumis melo), el pepino (Cucumis sativus), la sandía (Citrullus lanatus) y el estropajo que se utiliza en los baños (Luffa aegyptiaca).

En nuestro país, los principales estados productores de calabaza son Sonora, Sinaloa, Puebla, Michoacán, Morelos e Hidalgo, donde se da el sistema de cultivo llamado milpa.

Calabaza. Su forma depende de la zona donde fue cultivada. Actualmente se utiliza básicamente como alimento, para lo cual se aprovechan no solo el fruto y sus semillas sino también la flor; que esta es muy común encontrarla en antojitos típicos.

Calabaza pipiana o pinta.

Es una de las variedades más apreciadas en México, pese a que en muchos lugares, se consume con mayor medida su fruto tierno, el tallo joven y las semillas. Esta especie no se ha encontrado en contextos fuera del país.

LIBROS RECOMENDADOS



El arte de la cocina francesa

Un clásico de la literatura gastronómica, el libro de un icono que revolucionó la pedagogía culinaria.

Fecha: Publicado por Knopf en 1961 el primer volumen y en 1970 el volumen 2.



Cocina simple

Yotam Ottolenghi

Los libros de Yotam Ottolenghi, uno de los chefs que más ha cambiado nuestra forma de entender, cocinar y comer verduras y hortalizas.

Fecha: 6 de septiembre de 2018, publicación original en idioma inglés.



La buena cocina

Karlos Arguiñano

900 recetas que siempre salen bien; El arte de escoger y mezclar bien los ingredientes es uno de los secretos mejor guardados de la buena cocina.

Fecha: 10 de noviembre de 2020, publicación original



Crema nutritiva
Restaura la barrera natural de hidratación, algo que no todos los productos consiguen.



Serum hidratante
Este cosmético, cuya fórmula contiene agua termal de manantial de Avène, rica en minerales.

Piel luminosa
El secreto reside en una correcta hidratación, para mejorar la textura y elasticidad.

Efecto lifting y firmeza
Usa una crema de día con vitaminas B3 y B5, ceramidas y extracto de té verde.

Crema de noche
El utilizar crema de noche reduce visiblemente los primeros signos del envejecimiento y restaura el brillo.

AGUA

MINERALIZANTE. Hidrata, ilumina, rellena y refuerza.

CREMA

HIDRATANTE. Ideal para tratar la resequecedad de la piel.

SÉRUM

REGENERADOR. Se funde con la piel para hidratar y dar mayor firmeza.



Prevé arrugas

BELLEZA

Serums y cremas hidratantes de parafarmacia que son los favoritos para prevenir arrugas

Coco Chanel
Diseñadora francesa



"La belleza comienza en el momento en que decides ser tú misma"

El estrés, la contaminación, los agentes externos, el paso del tiempo... son muchos de los factores que influyen en el aspecto de la piel. Sin embargo, manteniendo una alimentación saludable, haciendo algo de deporte y con la ayuda de los cosméticos adecuados, puedes conseguir que se vea más bonita y rejuvenecida.

La limpieza facial y la hidratación se convierten en un aspecto fundamental, siempre apostando por cremas adaptadas a tu tipo de piel.

¿Cómo saber que te conviene? Si bien los aceites de belleza, como el de Kate Middleton, nos ayudan a nutrir la piel y a darle ese instantáneo toque saludable, lo cierto es que lo primordial en tu rutina diaria no es otra cosa que una crema hidratante. Por eso, y según los expertos, hay una perfecta para ti, solo tienes que fijarte en los ingredientes y en los efectos que promete.

Fijate en su fórmula. Si tienes la piel seca, te beneficiarás de fórmulas más cremosas y untuosas. Si tienes la piel mixta o normal, elige una algo densa pero ligeramente más fina. Por la noche podrás usar una más untuosa. Si tienes la piel grasa o sensible, notarás una mayor sensación de confort con texturas en gel, básicamente formuladas a base de agua.

Asegurate de estos activos. La mayoría de estos activos figuren en la lista de ingredientes: Protector solar para cremas de día. El aliado que ejerce de barrera contra los rayos UV y que no puedes obviar ningún día del año. Si tiene más de 30 de SPF, mejor. Si tienes la piel muy grasa, asegúrate de que sea una protección libre de aceites. Antioxidantes como la vitamina C, el té verde o la camomila. De esta forma, tu piel no solo estará hidratada sino también más fresca y protegida contra los radicales libres. Ácidos alpha hidroxílicos para pieles grasas o con más tendencia a la aparición de acné. También

tienes que procurar que no sea una crema comedogénica para así evitar que tus poros se taponen. Ácido hialurónico, el ingrediente que no puede faltar en una hidratante, pues es el activo que ejerce de barrera de la piel y evita que la hidratación se escape con el paso de las horas. También la glicerina y los aceites minerales son grandes aliados.

Fórmulas hipoalérgicas para pieles sensibles y reactivas. Recuerda que cuantos menos ingredientes contenga tu nueva crema hidratante, menos efectos nocivos puede causar a tu rostro. Esto también se aplica a pieles que tiendan a presentar eccemas y otras reacciones como picor y/o escozor.

Evita. Scolorante, perfume, cremas tanto para cara como para cuerpo, demasiados ácidos acumulados. Si tienes la piel reactiva, evita también el uso excesivo de esteroides y tipos de alcohol, así como ácidos lácticos que reviertan el estado de tu cutis.

Khatie.

Jeans de modelo vivian, te darán ese toque casual, para alguna cita, al parque o solo cenar.

**Slurlake.**

Jeans que se caracterizan por ser rígidos de talla alto y algodón orgánico, modelo Landon.

**Erdem.**

Si creías que los Skinny jeans pasaron de moda, los modelo Myrna llegaron para quedarse.

**Everlane.**

Los Jeans Everlane son modelo Way-high, que te darán ese confort que necesitas.

**Zimmermann.**

Los jeans acampanados con pinzas y logo bordado de modelo concert siguen siendo in.



INVASIÓN DE JEANS

Loewe.

Jeans altos de tiro alto son perfectos para sentirte cómoda en cualquier ocasión.



MODA Lavados, oscuros, tiro alto, azules, el modelo esencial que necesita tu armario en cualquier ocasión.

Los jeans oscuros, en especial los azules, tienen la reputación demasiado casual. Pero este prejuicio no debería aplicar para todas las piezas, para demostrar esta teoría vale la pena darle un vistazo a las colecciones de Otoño 2021.

En los Fashion shows y distintas pasarelas que Erdem, Saint Laurent, Dior y Alexander McQueen pudieron mostrar las piezas que crearon en denim lavado para crear un tono oscuro, casi cercano a la tinta. El resultado: conjuntos en jeans elegantes, ya que entre más oscura la mezclilla, más se parece a un pantalón negro estilizado.

Eleva tu look. Es muy sencillo darle un giro totalmente diferente a tu outfit de cada día optando por esos jeans que tienen un tono índigo profundo, aún más escogiendo los con acentos puntuales como algunas costuras doradas, botones evidentes o costuras centrales. Son esos pequeños detalles los que le darán a tus piezas en denim ese "extra" que jugará a tu favor, sin importar la edad.

Piensa en grande. Esos jeans oscuros lavados en un azul intenso, serían la opción tanto como los de sastre azul marino o negro. Puedes intercambiarlos sin problema, y ambos se verán excepcionalmente bien con todo.

Los jeans oscuros lavados no vienen en un modelo específico. Puedes buscarlos en estilo de pierna ajustada, recta, de pierna ancha, acampanada, corta e incluso extra anchos, por lo que no tienes que renunciar a tu outfit favorito para probar esta tendencia que está al último grito de la moda. Estamos seguros que cualquier jean que elijas quedará perfecto con tu look, solo atrévete a cambiar y combinar tu manera de vestir.

Wandler.

Acampanados modelo Daisy continúan en tendencias que harán a tu outfit lucir espectacular.

**Totême.**

Cuando se trata de seguir a la moda, los jeans de talla alto nunca se quedan atrás.

**Tory Burch.**

Jeans capri con corte de bota, ideales para darle un realce a tu figura.

**JW Anderson.**

Estos jeans anchos con logo bordado te darán ese toque noventero que deseabas.

**Dior.**

Los jeans slim fit continúan siendo tendencia, para acompañarte a cualquier lugar.

