



UNA

**POR SEMANA
CANCIONES**

Destacadas del mes de JULIO

**DEL
ANDREIS**

**POR TI,
NI UN TRAGO**



dmilenteTV

RETROSPECTIVA Y ACTUALIDAD

Diversidad en información 100% de interés general.



CONTENIDO

- PORTADA**
- 2- CONTENIDO**
- 3- PORTADA, DE ANDREIS**
- 5- UNA POR SEMANA, CANCIONES**
- 6- LANZAMIENTOS MUSICALES CAFÉ RECORDS**
- 8- ARTISTAS CAFÉ RECORDS, LISTADO RECORD POOL...**
- 9- HISPANIC CELEBRITIES AWARD**
- 11- USTED QUIERE SABER SOBRE...**
- 12- PLAYLIST CAFÉ RECORDS / DMiLenteTV**
- 13- HAGALO**
- 14- SIGUE A TUS ARTISTAS...**
- 15- SÍ HABLAMOS DE MUJER AL VOLANTE...**
- 16- ALGO SOBRE LOS COMICS, MEMÍN PINGUÍN**
- 19- DATOS DE INTERÉS DE LA AVIACIÓN**
- 21- MODA, EL SOMBRERO**
- 23- EL PÁJARO COPETÓN**
- 26- INTERNET, LA PUERTA AL MUNDO**
- 27- LAS COSAS SENCILLAS...**
- 28- LA COMILONA**
- 30- DMiLenteTV**



FÉLIZ ALARCÓN REY
Director General:

Nuestro propósito es entregar a ustedes, diversidad en información y de interés general, enfocándonos en que el contenido sea sencillo, veraz, agradable y objetivo.

RETROSPECTIVA Y ACTUALIDAD
Diversidad en información 100% de interés general -



EDICIÓN DIGITAL
Agosto 05 de 2022

CatFeliz Design

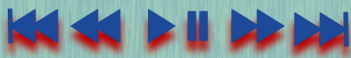
www.dmilentetv.com
dmilentetv@gmail.com
Bogotá D.C. - Colombia

DMiLENTE TV

NUESTRA PORTADA

**Periodista, abogado
especialista en derecho
laboral...**

Es DE ANDREIS, cantautor.



Si me ponen a escoger... yo soy cantante, dice **De Andreis**, esta combinación de carreras, para él, es satisfactoria ya que en todas debe de tener un buen manejo de la voz.

DE ANDREIS



POR TI, NI UN TRAGO

DE ANDREIS, anda muy feliz últimamente, pues en el mes de Marzo del presente año, realizó el lanzamiento de su nuevo trabajo musical titulado **"POR TI, NI UN TRAGO"** a través de su disquera **CAFÉ RECORDS**.

Es una producción totalmente cantinera, es de total despecho inspirada en una situación familiar que le tocó el alma.

Canción que invita a Tomarnos toda la cantina,
pero eso si... **Ni un trago por quien te fue infiel.**

Comentó **DE ANDREIS**.

DE ANDREIS es un artista que le canta a su tierra, resaltando el folclor caribeño, ha compuesto varios Jingles de las fiestas del mar entre ellos "Descubre Santa Marta, tierra del mar, descubre Santa Marta en Fiestas del Mar"

Su canción insigne " Soy Caribeño" trascendió fronteras, la grabó con Checo Acosta, Petter Manjarrez y Silvestre Dangon, tema que fue adoptado en su momento por el canal Telecaribe promocionando "Región Caribe"...

Soy Caribeño, es una canción en la que me refiero a todo lo que somos como seres caribeños. Comentó.

Premios y reconocimientos, entre ellos: "Pescadito Dorado 2019" en la categoría Excelencia Artística y Profesional. "Noche de los mejores" en el 2020 en la ciudad de Cartagena. Reconocimiento como "Visitante Distinguido" de la ciudad de Cali, dentro del marco del Festival Nacional de la canción Moderna.

Premios Tayrona "Cantautor Tayrona del Año".
"Gran Cruz de Bastidas" en la ciudad de Santa Marta, Colombia.



DE ANDREIS

POR TI, NI UN TRAGO

Algunas de sus canciones: © Soy Caribeño. "Un Cariño Sincero" "La Chica de la U" "Llegaste" "Unión, mi pasión" canción muy sentida y dedicada, recoge el sentir de los hinchas samarios sobre su equipo de fútbol. "Mi Sombrero Vueltiao" "Tierra de Recuerdos" "Igual que aquella noche" "Estoy Perdido"...

Canciones que están incluidas en su Álbum © "Caribe, Mi Tierra"

"Todo lo que tiene que ver con nuestro folclor, es lo que más amo" Es DE ANDREIS... Fusión Tropical. **Y AHORA POPULAR Y DE TOTAL DESPECHO** **POR TI, NI UN TRAGO** ./

UNA

POR SEMANA

CANCIONES

4

Destacadas del mes de JULIO

canciones destacadas en el mes de Julio de 2022:



VALLENATO

HOLLMAN SALAZAR

Canción: **REMOLINOS**



CROSSOVER / BALADA

CUARETRO Grupo

Canción: **SOLO TÚ**



SALSA

ORQUESTA 150

Canción:

SUENAN LAS TROMPETAS



POP URBANO

SHAWLING

Canción: **RUMBA**





HOLLMAN SALAZAR

“Y SUS CLÁSICOS VALLENATOS EN GUITARRA VOL. 1”

<https://orcd.co/5kd9mqr>

Disponible en todas las
plataformas digitales

COMUNICADO DE PRENSA

(Extracto)

Miami, FL, 22 de Julio del 2022. (Café Records) HOLLMAN SALAZAR es un profesional en todo el sentido de la palabra, licenciado en biología y química. Además de ser un gran artista; músico, compositor y cantante.

Inicia su carrera profesional en la música en el año de 1968 acompañado de una guitarra, a lo que posteriormente se interesó por un instrumento como lo es, el bajo.

Hollman Luis Salazar Fuentes es un artista con un gran recorrido profesional, en el año de 1976 graba su primer L.P. y ha formado parte de reconocidas agrupaciones vallenatas como:

Embajadores Vallenatos, Romualdo Brito, Beto Molina, Los Enviados Vallenatos, Alejo Orozco y Poncho Olmedo; El Doble Poder Vallenato con quienes ganó el primer Congo de Oro. Julio Rojas y Ricardo Maestre, con los cuales grabó tres L.P.



Escucha nuestra

PLAYLIST en SPOTIFY

ÉXITOS CON AROMA DE CAFÉ

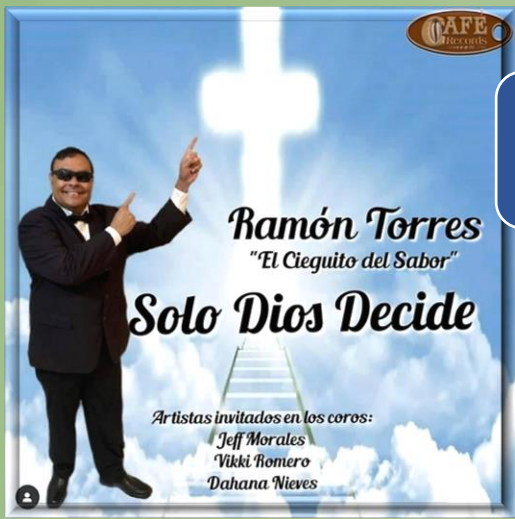


dmilenienteTV



BIYI CALDERÓN

"MÍRAME OTRA VEZ"
◀◀ ▶▶ || ▶▶▶▶



RAMÓN TORRES

El Cieguito del Sabor

"SOLO DIOS DECIDE"
◀◀ ▶▶ || ▶▶▶▶

NEEDY LEÓN

"LLÉNAME"
◀◀ ▶▶ || ▶▶▶▶





→ **Artistas de CAFÉ RECORDS** en los listados de Latinos Unidos Record Pool, en Julio 2022.

JULIO 2022

ARTISTAS



En el Listado

www.LatinosUnidosOnline.net

TM LM SONG TITLE ARTIST

TOP 50 REGIONAL MEXICAN / CUMBIA / VALLENATO / CHARTS

1	3	A Mil por Segundo	Nilson Rivera Feat. Rolando Ochoa
3	4	Carruseles	Los Hijos del Gallo Giro
5	5	Chusterson/A Otro Nivel	Chuster
6	11	Amigos Con Derechos	Los Auténticos de Colombia
31	-	Remolinos	Hollman Salazar y su Pura Maldá
33	-	Solo Tú	Cuaretro Grupo
34	-	El Que Sabe Sabe	Leonardo Marín
50	33	El Guayacán	Los Corraleros Del Caribe

TOP 100 SALSA / CHARTS

23	40	Las Madres	Orquesta Del Rey
68	100	Esta Noche La Paso Contigo	Orquesta La Mayor de Curramba
96	-	Suenan Las Trompetas	Orquesta 150
97	-	Son Onomatopeya	Maelo Y Su Klan

TOP 60 LATIN POP / ROCK / BALADA / BOLERO / LATIN JAZZ CHARTS

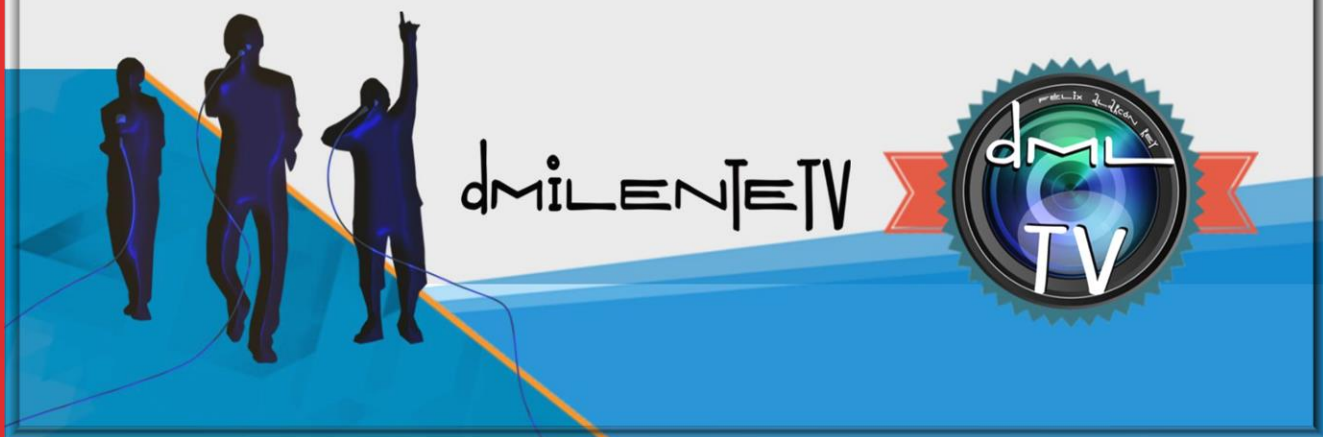
16	13	La Luz De Mis Ojos	Miguel Figueroa
-----------	-----------	---------------------------	------------------------

TOP 100 REGGAETON / DEMBOW CHARTS

44	66	Sabes Que	AD La Más
-----------	-----------	------------------	------------------

TOP 50 LATIN HOUSE CHARTS

8	21	Rumba	Shawling
----------	-----------	--------------	-----------------



RECONOCIMIENTO A ARTISTAS DE LA CASA DISQUERA CAFÉ RECORDS EN LA SEGUNDA EDICIÓN DE LOS **HIPANIC CELEBRITIES AWARD**

En el EB HOTEL MIAMI, el 15 de Septiembre, hora 7:00 p.m. en la ciudad de Miami Florida, Estados Unidos, los **Hispanic Celebrities Award** se realizarán con un homenaje especial a un gran icono de la música colombiana "El Macho de América" **LISANDRO MEZA**, quien recibirá un reconocimiento por su gran trayectoria artística.

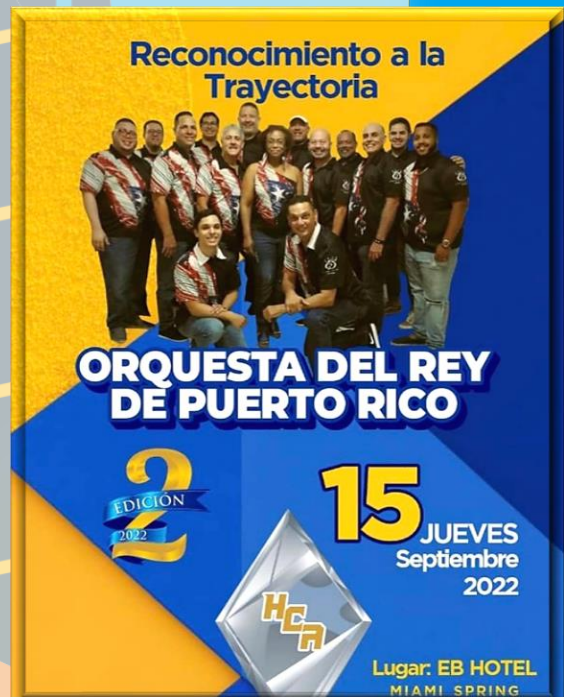


VIKKI ROMERO



Reconocimiento especial

ORQUESTA DEL REY DE PUERTO RICO



Reconocimiento a la trayectoria

RECONOCIMIENTO A ARTISTAS DE LA CASA DISQUERA CAFÉ RECORDS EN LA SEGUNDA EDICIÓN DE LOS **HIPANIC CELEBRITIES AWARD**

Además en la celebración de los **Hispanic Celebrities Award**, se contará con la presencia de artistas internacionales entre los que se encuentran:

Sergio Vargas, ganador de Grammys latino, Ganador de Grammy Mejor Canción

Descemer Bueno, Ángel López, Grammys & Latin Grammys,

Amaury Gutiérrez, ganador de

Grammys, **Marlon Rosado**, Ganador de Grammys, invitado Especial el

EL CHACAL, Emelyn Baldera, presidenta Premios

Soberano República, **Roberto Mano de Piedra Duran**,

Charlenne Cajigas.



Ganador Latin Grammys, el actor **Raymond Pozo**, El Rey de

los Trabalenguas, **Bonco Quinongo**, actor y comediante

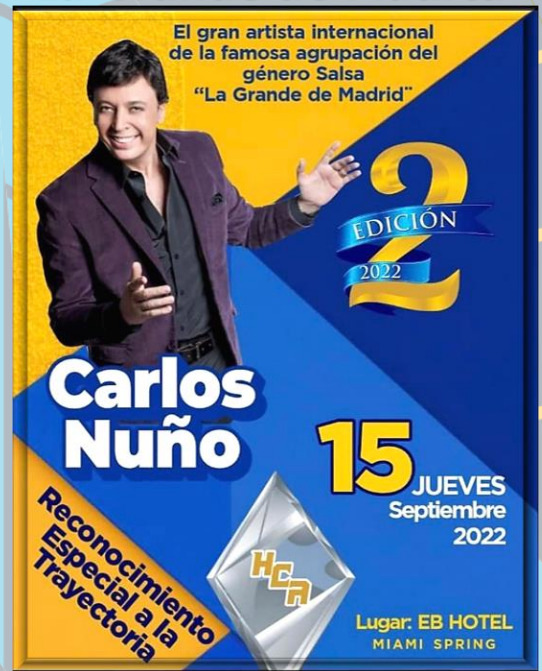
ganso de gaviota de oro y Plata en Viñas Del Mar, **Tony**

Dandrades, JuanJo Meza, Colombia, la gran actriz y modelo

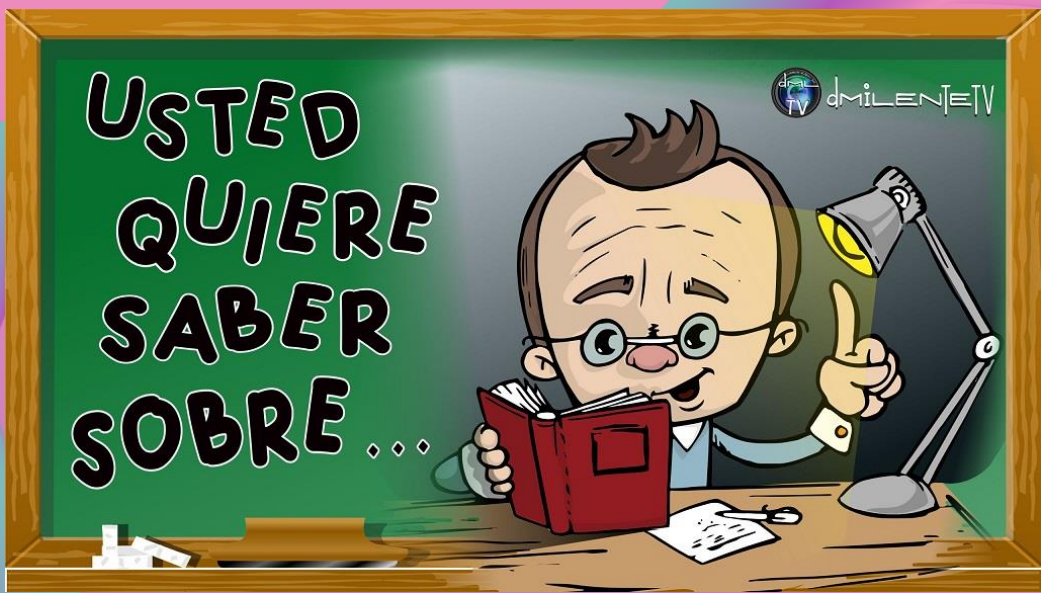
Clarissa Molina, Betzy Vázquez La Gatita y cómo artista principal de la noche con toda su Banda desde Puerto Rico

Ángel López. ./

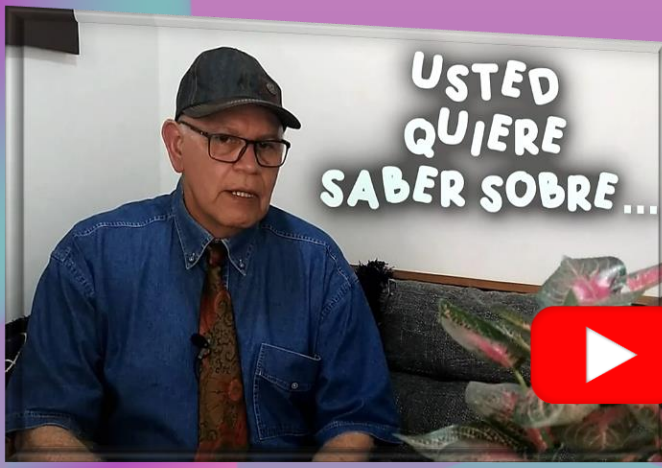
CARLOS NUÑO
La Grande de Madrid



Reconocimiento Especial a la trayectoria



**Dirige y presenta
Félix Alarcón Rey**



**VALLENATO
HOLLMAN SALAZAR**
Cantautor

**ARTES PLÁSTICAS
PINZÓN ARANA**
Maestro



RETROSPECTIVA Y ACTUALIDAD
Diversidad en información **100%** de interés general -



TREBLE
COUNTER
TENOR
BASS

7

gal - ling

ank her
ank her
ank her
ank her
in

MUY PRONTO
¡EL LEGADO!
LA CONTINUACIÓN
ARTISTA
JUANJO MEZA
CAFE Records

PLAYLIST

chains, We fear them trust in

ar them
ar them

12

God, New eng-land's God for ev - er reigns.

**ESCUCHA NUESTRA
PLAYLIST
EN Spotify**

**ÉXITOS
CON AROMA DE
CAFÉ**

**PLAYLIST
EN Spotify**

**TODO
EL AÑO DE
RUMBA
VOL. I**

God, New eng-land's God for ev - er reigns.

RETROSPECTIVA Y ACTUALIDAD
Diversidad en información 100% de interés general.

dmilenioTV

12

HAGALO



**ES MEJOR GUARDAR
SILENCIO ANTES DE HABLAR
SOBRE ALGÚN TEMA DE DOMINIO
PÚBLICO, PARA PODER
HACERLO, SE DEBE DE TENER
JUICIO, ARGUMENTOS
Y DOCUMENTARSE DEBIDAMENTE,
ANTES DE COMUNICAR Y ASÍ,
NO ALBOROTAR EL AVISPERO.**

HAGALO

2022



Originalidad

PROMOCIONA

tu

TALENTO

en DMilenteTV

SIGUE A TUS #ArtistasCafeRecords PREFERIDOS...



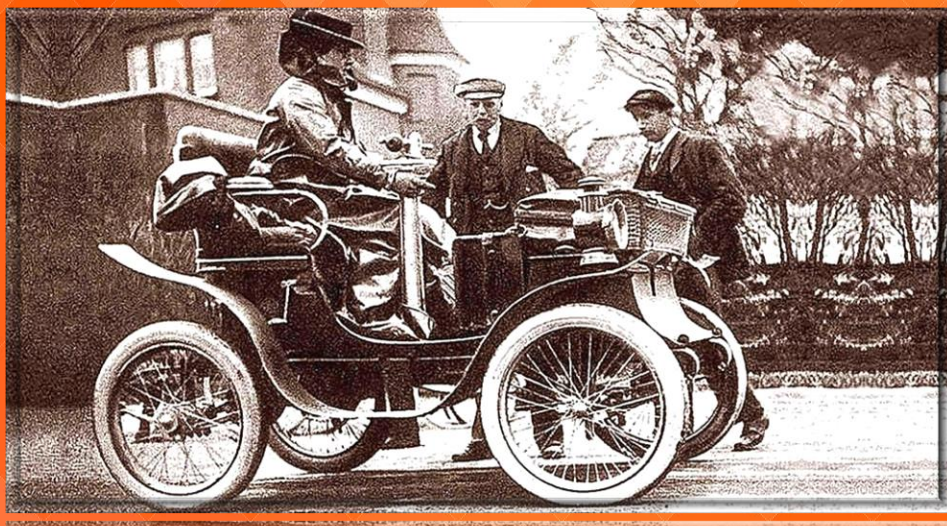
www.caferecords.net

Diseño: dMILENTE TV

Si hablamos de Mujer al Volante...

MUJER AL VOLANTE

Muy seguramente estimados amigos y amigas, en alguna oportunidad habrá pasado por sus mentes ¿A quien le fue entregada la primera licencia de conducir a una mujer en Colombia?...



Pues bien, las riendas del volante por parte de una mujer que obtuvo su primera licencia de conducir fue: la señora Margarita Brigard de Umaña, con licencia expedida por la dirección de tránsito de Bogotá con el número 313 de Diciembre 22 de 1.919.

Como dato curioso, en ese entonces, la señora de Brigard fue fuertemente criticada por su mismo género, ya que para ellas el conducir era de exclusividad de los hombres.



MEMÍN PINGUÍN (Memín)

Memín Pinguín, es un negrito simpático de edad indefinida (entre 9 y 11 años), estudiante de tercero de primaria, que tiene una sinceridad conmovedora y un alma sin dobleces, pero también es malicioso, tiene una terrible facilidad para provocar enredos, a los que arrastra a sus amigos y que a veces saca de sus casillas, pero eso sí, siempre los apoya en todo, es el mejor y más simpático de la pandilla, de hecho, él le pone el nombre de los vikingos bravos a la pandilla...

Memín marcó varias generaciones que disfrutaban de las aventuras de este entrañable personaje, que junto a sus amigos; Carlangas, Ernestillo y Riquis, se desarrollan problemáticas, algunas más fuertes como el abandono parental, el clasicismo, el divorcio, la delincuencia infantil, la violencia y el racismo, que son siempre superadas con optimismo, nobleza y lealtad.

Cómo no recordar a Eufrosina, la madre de Memín. Una lavandera de clase baja, estricta con su hijo ya que como castigo le golpea con una tabla con clavo, pero...





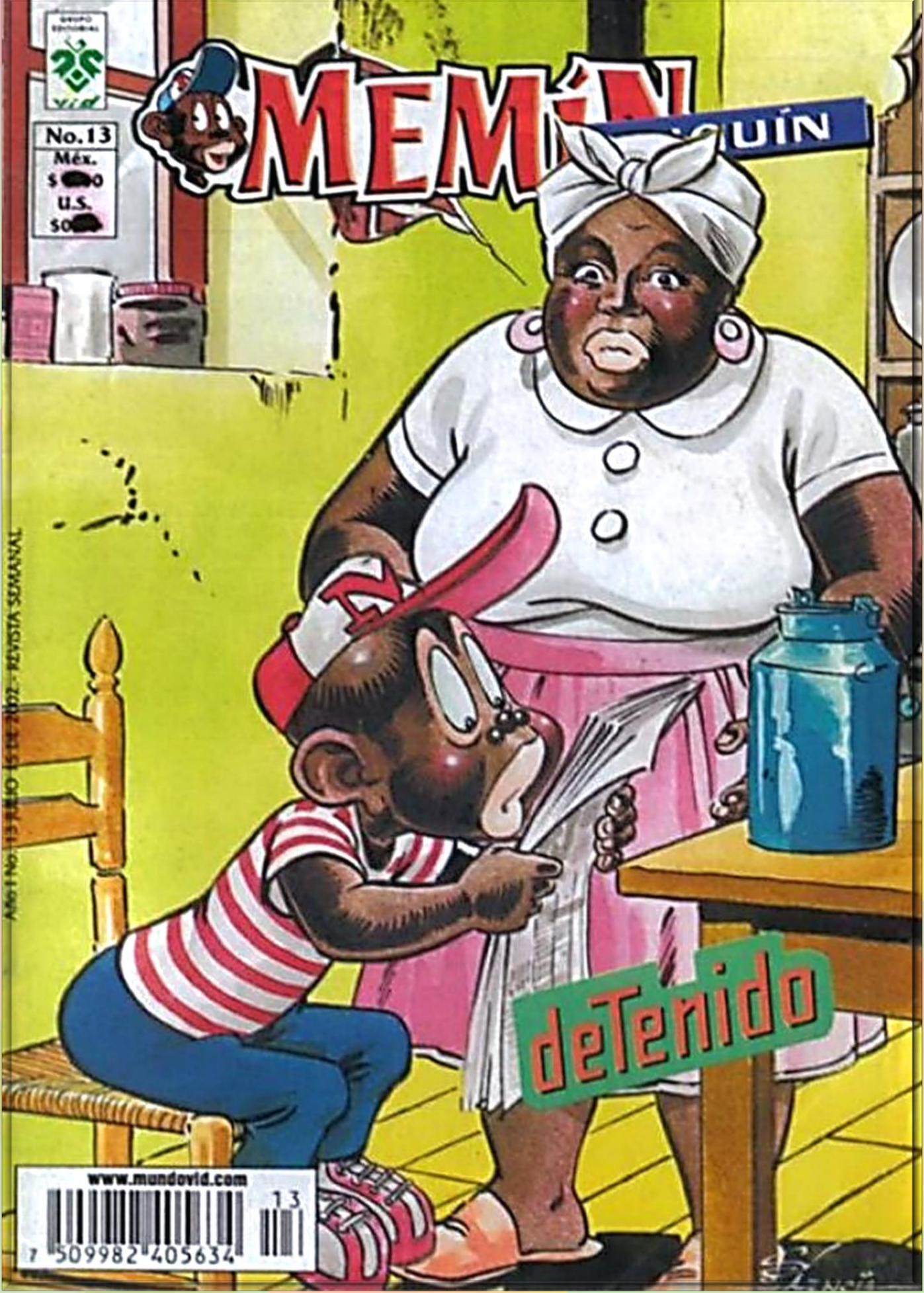
No. 13
Méx.
\$ 500
U.S.
500



MEMÍN

PIGUÍN

Año 1 No. 13 JULIO 15 DE 2002 - REVISTA SEMANAL



detenido

www.mundovid.com



13

7 509982 405634

... **Al mismo tiempo cariñosa** y amorosa con su hijo. Normalmente Memín le dice de cariño "**Ma'linda**" y ella "**mi niño**".

MEMÍN, una historieta que se ganó los corazones de muchas generaciones que se identificaban con la historia y sus personajes.



Las historietas de Memín Pinguín por su fama, trascendencia y trayectoria, pueden considerarse patrimonio cultural en México.

A partir de 1983, Memín Pinguín fue publicado como Memín a secas, para ser distribuido en Colombia, Venezuela, Ecuador, Puerto Rico, República Dominicana, Panamá, Costa Rica, Honduras, El Salvador y Guatemala.

Hija de un periodista, **Guillermo de la Parra Loya**, el cual soñaba con que se convirtiera en bacterióloga, **Yolanda Vargas Dulché**, nacida en la ciudad de México,, ideó a **MEMÍN PINGUÍN**, historieta inspirada en las vivencias de su esposo en la escuela primaria.

Son de **Memín Pinguín** diminutivos cariñosos de GUILLERMO: "Memín" y **PINGO**: "Pinguín". ./



DATOS DE INTERÉS DE LA AVIACIÓN

¿PORQUE LOS AVIONES SON PINTADOS DE BLANCO?

El color blanco se debe más que todo a cuestiones de seguridad, navegabilidad y rendimiento.



Tanto en el día como en la noche, el blanco permite una mejor visión del avión.

Eficiencia térmica: De todos los colores, el blanco es el que en mayor cantidad refleja la luz solar, por lo que tiene una mayor resistencia térmica y mayor resistencia a la radiación solar.

Durante un vuelo la aeronave puede experimentar un incremento de la temperatura debido a la radiación solar y la fricción con el aire, por lo que, pintar los aviones de blanco supone un ahorro de combustible, puesto que se destina menos energía para enfriar su interior.

Una parte nada despreciable de la energía del avión, va destinada a mantener agradable la temperatura en cabina.

Al pintar las aeronaves de otro color, diferente al blanco, esto no significa que sean menos seguros, pero el color blanco sí facilita la realización de la inspección entre cada vuelo, reduciendo el tiempo de esta, ya que y de acuerdo con la **Federal Aviation Administration (FAA)**, es en las superficies de color blanco en donde más se destacan los daños superficiales producidos en los aviones, como abolladuras o grietas, pues estas suelen ser de color oscuro.

Además, según algunos estudios realizados, aseguran que las aves distinguen con mayor facilidad los aviones blancos, por lo que se reducirían las posibilidades de producirse impactos durante los procedimientos de despegue y aterrizaje.



Cabe reiterar que el resto de los aviones pintados con colores diferentes al blanco, sean menos seguros, ya que las aeronaves están diseñadas para soportar el impacto de un ave.

Otro tema que abarca el color blanco en las aeronaves, es la parte económica, ya que la constitución del color del color blanco en relación con otros colores, es que es menos pesada, lo que evidentemente impacta en el rendimiento de los aviones y en el consumo de combustible. **Esto, además en la compra y venta** de aeronaves, es mucho más económico el cambio de logos, colores distintivos o campañas publicitarias, si se tiene una base blanca. Resaltando que la percepción del color blanco, influye, pues inspira seguridad y confianza, siendo esto importante a la hora de abordar un avión. ./



EL SOMBRERO

Una prenda con copa y ala, que cubre la cabeza, siendo esta, una prenda unisex, utilizada contra el frío y el sol, así como un adorno o complemento del vestuario.

Antiguamente, la cabeza la cubrían con una especie de tocado (prenda o adorno), no propiamente como un sombrero.



Los antiguos egipcios llevaban sobre la cabeza un casquete de cuero o de tela. En Mesopotamia se usaban turbantes o birretes de piel.

Durante la época minoica las mujeres de Creta adornaban sus cabezas con tocados de formas muy variadas.

En el siglo XIV nació el verdadero sombrero adquiriendo gran popularidad en toda Europa, variando sus formas de un país a otro.

El traje renacentista halló en el sombrero su complemento más suntuoso; los materiales preferidos fueron el terciopelo o el paño, adornados con plumas, cintas y piedras preciosas. Durante el siglo XVII España marca las pautas en la moda de los sombreros.

Se llevan con plumas y son de ala ancha y muy flexibles. De este tipo de sombreros surgió el bicornio, utilizado por la nobleza para diferenciarse de la clase baja.

Uno de los sombreros bicornios más conocidos en el mundo ha sido el de Napoleón.



EL SOMBRERO



La diferencia de clases quedó muy clara en la utilización de gorras por parte de la clase obrera y sombreros de copa por parte de las clases más acomodadas. El de copa, fue utilizado como signo de distinción y elegancia durante más de un siglo. En el entorno del mundo del campo, más que las gorras se utilizan las boinas.



En el siglo XX el sombrero se convierte en un accesorio de moda y pocos hombres o mujeres se atrevían a salir sin su sombrero. Costumbre que se fue perdiendo poco a poco.

No obstante y como ejemplos, surgirían sombreros como el de hongo, el Borsalino, los acampanados, el sombrero panamá, El sombrero de charro. En Colombia, el sombrero Vueltiao, teniendo su origen en la cultura indígena zenú y elaborado con hojas de caña flecha.



En todas las regiones, existen sombreros que han marcado en cada país, una historia, una moda. ./



En esta sección, si no lo sabes, conoce más de las aves.

El alcatraz patiazul o también piquero camanay, o piquero patiazul, cuyo nombre científico es **Sula nebouxii**, es una especie de ave marina suliforme de la familia Sulidae, habitando en el Pacífico americano, entre Perú y el golfo de California, además de las islas Galápagos, donde convive con su pariente, el alcatraz patirrojo (*Sula sula*).

Debido a su originalidad, se ha convertido en un icono de las Galápagos y tiene incluso un día mundial que se celebra el 17 de junio de cada año, vistiendo calcetines azules.

El característico color de sus patas combina perfectamente con las aguas turquesas de las islas Galápagos, lugar que alberga alrededor del 50% de la población de esta especie.

ALCATRAZ PATIAZUL

En las islas Galápagos fue uno de los animales cuidadosamente estudiados por Charles Darwin en sus trabajos sobre la evolución de las especies.



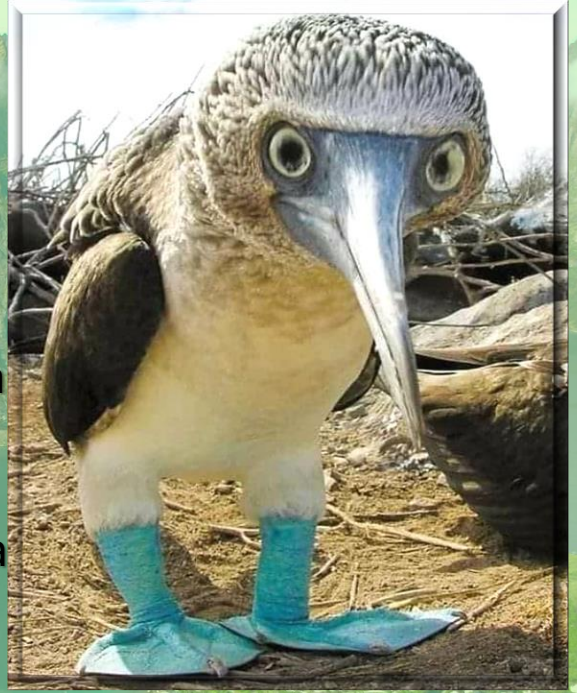
ALCATRAZ PATIAZUL

Algo distintivo en esta especie son sus patas de color azul celeste, que puede variar en color de un color turquesa pálido a un color aguamarina profunda. Los machos tienen las patas más claras

mientras que las hembras tienen los pies más oscuros. Sus patas azules juegan un papel fundamental en los rituales de apareamiento.

Sus alas son largas y puntiagudas y son de color marrón. El cuello y la cabeza del alcatraz patiazul son de color marrón claro con rayas blancas, mientras que el vientre y la parte inferior de exposiciones puro plumaje blanco.

Se trata estrictamente de un ave marina. Su única necesidad de estar en tierra es para reproducirse y criar a sus polluelos.



El alcatraz patiazul tiene una longitud de 81 cm (32 pulgadas) y un peso promedio 1,5 kg (3,3 lbs) siendo la hembra ligeramente más grande que el macho.

Puede tener una envergadura de hasta 1,60 m. Sus ojos están orientados hacia la parte frontal, lo que permite una excelente visión binocular. La iris de estos son de color amarillo, siendo en los machos más brillantes que en la hembra.

ALCATRAZ PATIAZUL



El característico color azul intenso de sus patas procede de los pigmentos carotenoides que proceden de su dieta, ya que estas aves son incapaces de sintetizar los carotenoides y tienen que asimilarlos a través de la alimentación.



La postura de los huevos se da en cualquier época del año, generalmente a un único huevo, a veces 2 o 3, que incuban durante 44 días.

Se alimenta de peces e invertebrados marinos que captura en el agua, son expertas en capturar peces en pleno vuelo. Se ha podido determinar que penetra en el mar a la asombrosa velocidad de 110 km/h y desciende 20 ó 25 metros de profundidad. Rara vez vuelve a la superficie sin un pez en el pico. ./

INTERNET, LA PUERTA AL MUNDO



<https://youtu.be/85gc6FYBtr4>

INTERNET, LA PUERTA AL MUNDO

Amiga y amigo, debes tener mucho cuidado con los peligros en las redes sociales, nunca aceptes propuestas de desconocidos, ya que te pueden hacer mucho daño, como; extorsionar, secuestrar o violar...pide Ayuda!!! Dialoga con tus padres sobre las dudas que tengas. Internet, la Puerta al Mundo... ¡Valora tu propia seguridad!

**LAS COSAS
SENCILLAS, POR
TERQUEDAD...**



**SE VUELVEN
COMPLICADAS**



RETROSPECTIVA Y ACTUALIDAD
Diversidad en información 100% de interés general.

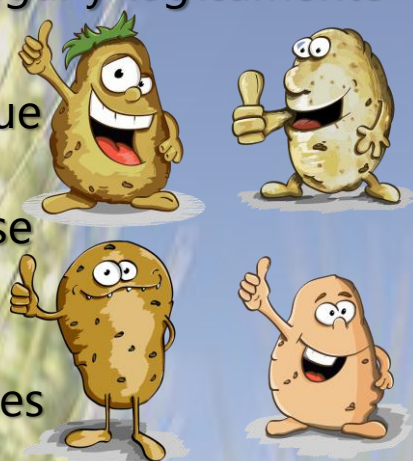
LA COMILONA



El Arte en la Gastronomía...

Se puede decir que la **Gastronomía**, es la destreza y los conocimientos para preparar los alimentos; es el arte de la preparación de un buena comida, lo que nos lleva a las tradiciones culinarias, las recetas de un lugar y lógicamente por el apego al buen comer.

Por eso en esta sección, les dejamos una que otra receta, para que con los ingredientes, preparen el plato a su gusto, poniéndole ese toque sutil y su buen gusto... Si quieres regirte por la receta, muy bien, si quieres mejorarla o utilizar otros ingredientes y crees que te puede salir mejor, excelente.



En esta oportunidad:
CUCHUCO DE TRIGO CON ESPINAZO DE CERDO, plato de Tunja, Boyacá.



Se pone a cocinar el espinazo en el agua, se le agrega el cuchuco, la cebolla larga y los ajos, se deja a fuego vivo por 45 minutos.

Se saca el espinazo del caldo y se agregan las papas sabaneras, las arvejas y las habas...

LA COMILONA



El Arte en la Gastronomía...

... **Se deja cocinar** por otros 15 minutos, luego se añaden la papa criolla, la hojas de repollo, sal, pimienta, la harina de trigo y nuevamente el espinazo, pero esta vez picado en porciones.

Se tapa y se deja cocinar a fuego lento por 20 minutos más y se sirve muy caliente.

Tiempo de cocción 1 ½ horas.
Raciones 10/12



- **INGREDIENTES:**
- 14 tazas de agua.
- 2 Libras (1 kg.) de espinazo de cerdo.
- ½ libra (250 gr.) de cuchuco de trigo.
- 4 Cucharadas de harina de trigo.
- ½ Libra (250 gr.) de papas sabaneras, peladas y picadas.
- 1 Libra de (500 gr.) de papa criolla, pequeña sin pelar.
- ½ Libra 250 (gr.) de arvejas verdes, sancochadas.
- ¼ de Libra 125 (gr.) de habas , sancochadas.
- 3 Tallos de cebolla larga.
- 5 hojas de repollo, picadas.
- 3 Dientes de ajo machacados.
- Sal y Pimienta al gusto. ./



Esto es [#DMiLenteTV](https://www.instagram.com/dmilentetv) y es para ustedes...



RETROSPECTIVA Y ACTUALIDAD
Diversidad en información **100%** de interés general -

www.dmilentetv.com

dmilentetv@gmail.com

Bogotá D.C. - Colombia

EDICIÓN DIGITAL
Agosto 05 de 2022

CatFeliz Design

dmilenteTV

30