

# OZUL615

FREE



VIERNES 07 DE MARZO DE 2025 ED. 088



Escanéame | Scan me





# Colores y Estilos en Extensiones para el 2025

## PARTE 2

**En el artículo anterior mencionamos que cada vez más personas abandonan la decoloración y los tintes químicos para cuidar su cabello. Según Babe Hair Extensions, para lograr looks atrevidos y voluminosos este año, lo ideal es optar por extensiones y reducir el uso de químicos agresivos.**

**A**quí continúo compartiendo las mejores tendencias en tonos y estilos de extensiones para el 2025.

### Extensiones de Balayage

A medida que nos acercamos al invierno de 2025, muchas personas buscan **peinados de bajo mantenimiento** que reduzcan la frecuencia de visitas al salón. **Las extensiones balayage**, con su efecto equilibrado y natural, permiten que el cabello crezca sin el fuerte contraste de otros métodos de reflejos.

Para quienes desean un toque de color sin retoques constantes ni decoloración, **las extensiones balayage** son una opción ideal.

### Rizos Retro

Los rizos voluminosos de **Cindy Crawford** han resurgido en las ondas elásticas de **Sabrina Carpenter**, y no podríamos estar más emocionados por el regreso del **cabello con volumen extremo**.

Los estilistas más famosos ya han pronosticado el retorno de los **rizos retro**, y varias celebri-

dades han apostado por rizos estilo Marilyn Monroe en eventos como la **Academy Museum Gala**. ¡No hay mejor momento para recrear este look con extensiones!

### Blunt Lob

A finales de los 2010, una ola de celebridades popularizó en redes sociales el corte **lob** (long bob), convirtiéndolo en un clásico. Sin embargo, aunque este estilo parece fácil de lograr, en realidad, **requiere volumen para verse espectacular**.

Muchos asumen que las extensiones solo sirven para melenas largas, pero también se pueden usar para generar densidad en cortes más cortos. Con unas cuantas piezas de extensiones bien colocadas, se puede obtener un **blunt lob** perfectamente estructurado.

### Mocha Mousse

Al pronosticar las tendencias del año, el **Pantone Color Institute** es una referencia clave. Para el 2025, ha elegido el tono **“Mocha Mousse”**, un marrón cálido y terroso que evoca la riqueza de un postre de chocolate.

Con esta elección, es probable que la industria de la belleza adopte este color en **fibras, sombras de ojos y tintes para el cabello**. Satisfaga la demanda del **Mocha Mousse** con extensiones en este tono.

Las principales marcas ya cuentan con opciones en esta gama, pero también se pueden mezclar matices similares para lograr el **Mocha Mousse** ideal para cada persona.

**Recuerda: la vida es demasiado corta para esperar a tener el cabello de tus sueños. ¡Atrévete a probarlo!**

# HORÓSCOPO SEMANAL

## Aries

**I** suerte a toda velocidad! Tu energía ardiente está más fuerte que nunca. Hoy, la fortuna te sigue a donde vayas, así que atrévete a conquistar el amor con esa chispa única que te caracteriza. Puede ser el día perfecto para confesar tus sentimientos o sorprender a tu pareja con una cita espontánea.

## Tauro

**A**mor y dulces recompensas. Este San Patricio te invita a disfrutar de los placeres de la vida. Una cena romántica, una copa de vino o un postre delicioso pueden hacer maravillas en tu corazón. Si tienes pareja, es un día ideal para compartir un momento especial.

## Géminis

**C**onversaciones mágicas. Hoy las palabras son tu amuleto de la suerte. Ya sea un mensaje coqueto, una charla inspiradora o un chiste que haga reír a alguien especial, tu comunicación será pura magia. No te sorprendas si una conversación inesperada te lleva a una conexión más profunda de lo que imaginabas.

## Cáncer

**U**n día para soñar y amar. Los tréboles traen amor y ternura para ti. Tu intuición está afilada, así que confía en tus emociones. Si tienes pareja, una noche acogedora será el plan perfecto. Si estás soltero/a, alguien especial podría aparecer en el momento menos esperado.

## Leo

**B**rilla con luz dorada. Hoy eres el alma de la fiesta, Leo. La suerte te sonríe y el romance está en el aire. Si hay alguien que te interesa, lánzate con confianza, porque tu magnetismo está en su punto más alto. En el amor y en la vida, este día te recuerda que mereces lo mejor.

## Virgo

**B**elleza en los pequeños detalles. San Patricio te regala momentos dulces y especiales. Tal vez recibas un gesto inesperado de alguien que te aprecia más de lo que crees. En el amor, la clave está en los detalles: un mensaje cariñoso, una mirada profunda o un café compartido pueden significar más de lo que imaginas.

## Libra

**A**rmonía y pasión en equilibrio. Hoy, el amor se siente como una melodía perfecta. Si tienes pareja, la conexión será mágica y llena de risas. Si estás soltero/a, podrías conocer a alguien con quien sientas una química instantánea. La fortuna está de tu lado, así que aprovecha el día para brillar y coquetear sin miedo.

## Escorpio

**M**isterio, pasión y un toque de magia. El destino tiene una sorpresa preparada para ti. Puede ser un mensaje inesperado, una coincidencia fascinante o un encuentro que haga latir tu corazón más rápido. La pasión está encendida, así que si tienes a alguien en mente, este es el momento de actuar.

## Sagitario

**A**venturas y risas sin fin. Hoy es un día para disfrutar sin preocupaciones. La suerte brilla sobre ti, así que si buscas romance, alguien con un espíritu aventurero podría hacerte latir más fuerte el corazón. Tu energía contagiosa atraerá a personas que compartan tu entusiasmo por la vida.

## Capricornio

**T**u corazón anhela algo verdadero, y hoy el universo te dice que lo estás construyendo. Si tienes pareja, este día refuerza los lazos con estabilidad y cariño. Si estás soltero/a, alguien con buenas intenciones podría aparecer en tu vida.

## Acuario

**A**mor y chispa inesperada. San Patricio trae sorpresas románticas para ti. Podrías recibir un mensaje especial o tener un encuentro inesperado con alguien que ilumine tu día. Tu autenticidad es tu mayor amuleto de la suerte, así que sigue siendo tú y deja que el destino haga su magia.

## Piscis

**S**ueños y romance bajo el arcoíris. Hoy es un día perfecto para dejar volar tu imaginación y tu corazón. Un gesto tierno o unas palabras sinceras podrían hacer que el amor florezca. Si tienes pareja, es un buen momento para compartir tus sueños y fortalecer el vínculo.



### Publisher:

*Kartha Ramón*

### Editor:

*Omar García*

### Graphic Design:

*Jazz*

### Corrección de Estilo:

*Araceli Susunaga*

### Fuente informativa:

*Prensa Asociada. (AP)*

azul615.com



Síguenos en:  
@azul615mag



**NAHP**  
National Association of Hispanic Publications, Inc.

AZUL615: Las opiniones de los artículos y contenidos de la publicidad pertenecen únicamente a los escritores y anunciantes, respectivamente. No somos responsables de algún contenido que pueda ser malinterpretado o no vaya de acuerdo con su opinión.

## EDUCACIÓN FINANCIERA:

TERCERA PARTE

“No dejes para mañana lo que puedes hacer hoy”

# Consejos para vencer este mal hábito

**Dejar para después lo que se debe hacer ahora puede afectar profundamente la vida de una persona en varios aspectos, tanto emocionales como prácticos.**

**N**o es solo un mal hábito, sino que afecta de manera significativa las emociones, la productividad y la salud general de la persona. Para poder contrarrestarla y superarla, suele ser necesario comprender las causas profundas, como la falta de motivación, el miedo al fracaso, el perfeccionismo, etc., y hacer ajustes en la



forma de pensar y en la organización del tiempo.

De manera más práctica, la procrastinación dificulta el progreso en proyectos o metas significativas, lo que puede resultar en una baja productividad. Esto se puede manifestar en calificaciones deficientes, retrocesos en el desarrollo profesional o en la

sensación de no estar alcanzando el máximo potencial.

También puede impactar negativamente las relaciones con amigos, familiares, compañeros de trabajo o de clase, ya que no cumplir con compromisos o responsabilidades puede generar frustración o decepción en quienes dependen de uno. Además, puede obstaculizar el desarrollo personal. Al evitar enfrentar retos o nuevas experiencias, reduces la oportunidad de aprender y crecer. Esto puede llevar a una sensación de estancamiento y a la falta de propósito.

Por otra parte, el estrés constante causado por la procrastinación, junto con el agotamiento de dejar todo para el último momento,

puede repercutir negativamente en la salud. Esto podría manifestarse en insomnio, dolores de cabeza e incluso problemas más serios si no se cuida tanto la salud física como emocional.

El principal problema es que la procrastinación suele convertirse en un hábito, en un patrón; cuanto más se pospone, más complicado se vuelve romper ese ciclo. Se crea una especie de “necesidad” de dejar las tareas para después, incluso sabiendo que completarlas traería un alivio.

Pero, ¿cómo romper ese ciclo o cambiar ese mal hábito? ¡No te pierdas la tercera parte en la siguiente edición de Azul615!

## NOTICIA PÚBLICA

# AVISO DE AUDIENCIAS PÚBLICAS Y PUBLICACIÓN DEL PLAN CONSOLIDADO 2025-2029 DEL ESTADO DE TENNESSEE Y DEL PLAN DE ACCIÓN ANUAL 2025-2026 PARA LOS PROGRAMAS DE VIVIENDA Y DESARROLLO COMUNITARIO

## 5 DE MARZO - 19 DE ABRIL DE 2025

**En nombre del Estado de Tennessee, la Agencia de Desarrollo de Vivienda de Tennessee (THDA, por sus siglas en inglés) ha completado un borrador del Plan Consolidado del Estado 2025-2029 y el Plan de Acción Anual 2025-2026 para la vivienda y el desarrollo comunitario en Tennessee.**

El Plan incluye la solicitud de fondos del Estado, el plan estratégico y los objetivos para cinco programas de subvenciones del Departamento de Vivienda y Desarrollo Urbano de los Estados Unidos (HUD, por sus siglas en inglés):

- Subvención en bloque para el desarrollo comunitario (CDBG, administrada por el Departamento de Desarrollo Económico y Comunitario de TN)
- Programa HOME Investment Partnerships (HOME, administrado por la THDA)
- Fondo Fiduciario para la Vivienda (HTF, administrado por la THDA)
- Subvención para Soluciones de Emergencia (ESG, administrada por la THDA)
- Oportunidades de Vivienda para Personas con SIDA (HOPWA, administrado por el Departamento de Salud de TN)

Estos programas apoyan diversos esfuerzos de desarrollo de viviendas y comunidades en todo Tennessee en beneficio de los hogares con ingresos bajos y moderados.

El Estado está requerido a preparar y presentar un Plan Consolidado al HUD cada cinco años. Este Plan nuevo se presentará en mayo de 2025. La sección de Evaluación de Necesidades describe algunas de las necesidades actuales de Tennessee en materia de vivienda e infraestructuras. La sección de Análisis del Mercado informa en qué medida el mercado y la oferta de viviendas actuales satisfacen las necesidades de los habitantes de Tennessee. La sección Plan Estratégico establece los objetivos de vivienda y desarrollo comunitario. El Plan de Acción Anual detalla cómo los programas de subvención del Estado distribuirán aproximadamente 50-60 millones de dólares anuales de financiación federal en la consecución de estos objetivos.

Se anima a los ciudadanos a revisar y hacer comentarios sobre el Plan a partir del miércoles 5 de marzo de 2025. También estará disponible un borrador de resumen en inglés y español. Los ciudadanos pueden encontrar los enlaces para revisar el Plan, el resumen y enviar comentarios en:

**<https://thda.org/research-planning/consolidated-planning> del 5 de marzo al 19 de abril de 2025. Los ciudadanos también encontrarán los detalles de una audiencia pública presencial y virtual sobre el Plan.**

Para preguntas y solicitudes de ajustes (p.ej., solicitudes de asistencia por discapacidad y/o dominio limitado del inglés), envíe un correo electrónico a [research@thda.org](mailto:research@thda.org).

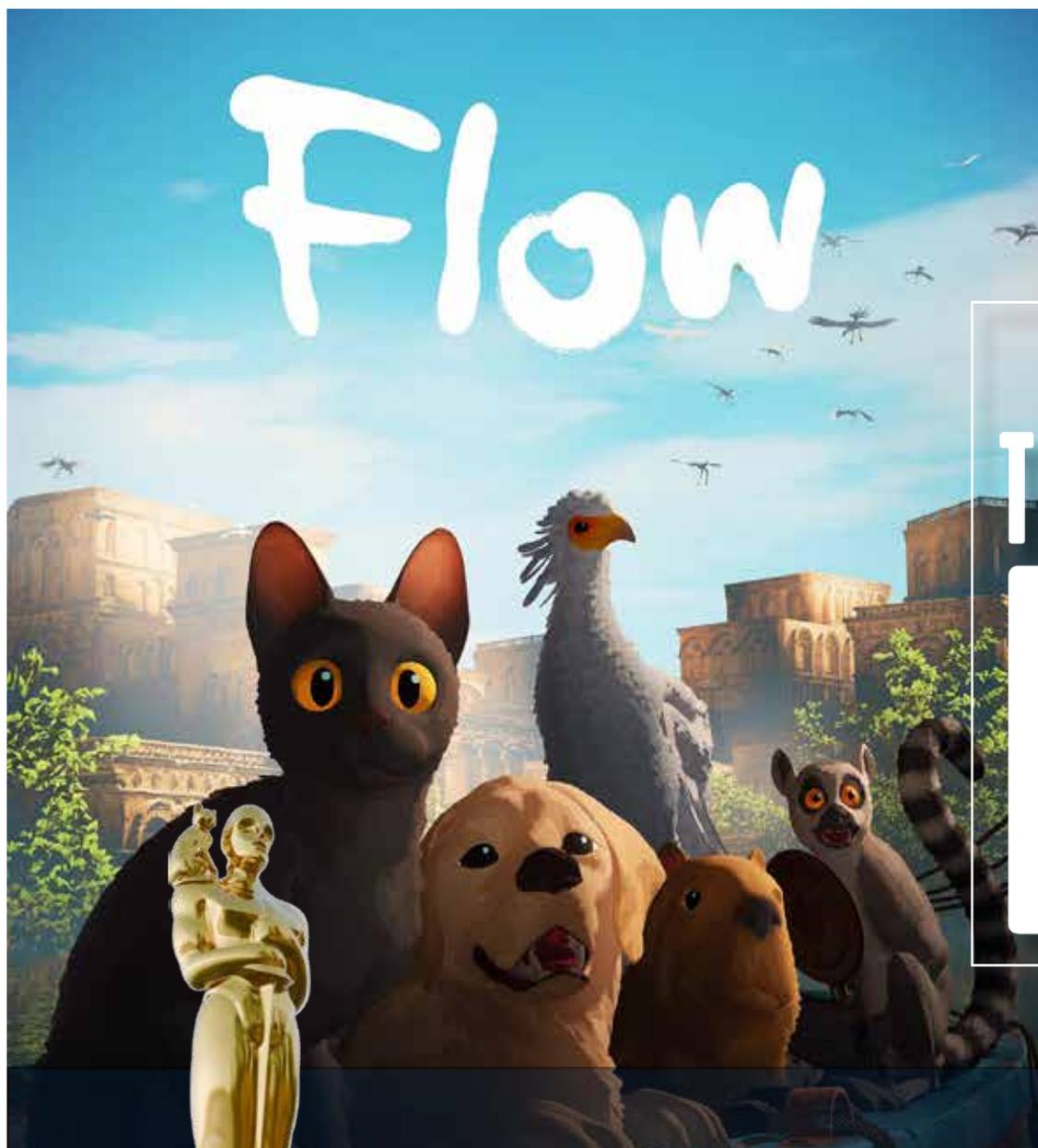
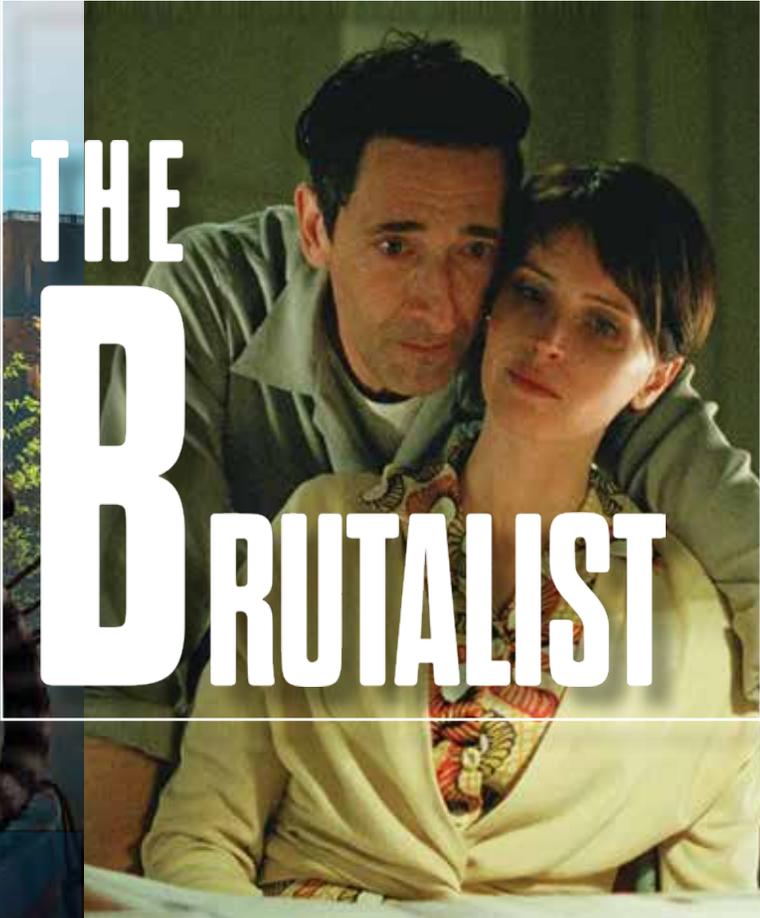
# 2025 LOS OSCAR

*Amora*

**AFTERDARK**

Omar García

La 97.<sup>a</sup> edición de los Premios Óscar dejó en claro que la Academia sigue atrapada entre la innovación y sus viejas costumbres.

# THE BRUTALIST

**E**l triunfo de Anora como Mejor Película y el reconocimiento a Sean Baker como Mejor Director confirman el ascenso del cine independiente, mientras que Flow demuestra que la animación aún tiene espacio para propuestas arriesgadas.

Sin embargo, persisten decisiones cuestionables que ponen en duda los criterios de la Academia. La falta de variedad en las nominaciones favorece a producciones impulsadas por maquinaria mediática y discursos políticos en detrimento de narrativas mejor construidas. Uno de los casos más evidentes

ha sido la exagerada cantidad de nominaciones otorgadas a una película cuyo valor cinematográfico queda opacado por su agenda, descuidando la investigación y la elegancia que requiere el arte de contar historias.

El caso de The Brutalist, que le otorgó a Adrien Brody el premio a Mejor Actor y a Lol Crawley el de Mejor Fotografía, evidencia cómo se privilegian ciertas narrativas sobre otras más innovadoras. En el ámbito técnico, Dune: Parte II dominó como era predecible, aunque había otras propuestas igual de impactantes visualmente.

Si bien hay señales de cambio, los Oscar 2025 siguen atados a dinámicas predecibles. No obstante, el verdadero cine siempre ha encontrado formas de trascender, y es ahí donde radica su grandeza. Más allá de tendencias pasajeras y premios discutibles, son las buenas historias las que perduran, aquellas que conmueven, desafían y resisten al tiempo.

*La Academia podrá seguir equivocándose, pero el cine, en su esencia más pura, continuará adelante, manteniéndose fiel a lo que realmente importa: el arte de contar historias.*



# Entrevista con

# EVINA W

**Este es el mes de la mujer y en el mundo del deporte, la representación importa.**

**E**vina Westbrook no solo es una talentosa jugadora de baloncesto, sino que también ha hecho historia como la primera mexicana-americana en la WNBA. Con una trayectoria marcada por la perseverancia, el amor por el juego y un profundo orgullo por sus raíces, Evina se ha convertido en una fuente de inspiración para jóvenes atletas latinas. Y aquí les dejamos una entrevista exclusiva para Azul 615

**Azul 615:** El propósito de esta entrevista es inspirar a la comunidad hispana, y estamos muy felices de que seas parte de nosotros. Desde tu transferencia a la Universidad de Tennessee, te has familiarizado con

el área de Nashville. ¿Qué te motivó a hacer este cambio?

**Evina Westbrook:** Lo que más me motivó a transferirme fue mi deseo de ser parte de una cultura ganadora. En ese momento, no estaba experimentando eso en Tennessee. Mi tiempo allí fue valioso, y realmente creo que todo sucede por una razón. Tengo una gran fe en Dios y sé que Él quería que estuviera allí por un propósito. Sin embargo, sentí que era la decisión correcta irme en ese momento. Quería ser parte de algo realmente especial en mis últimos dos o tres años, así que transferirme a UConn tenía más sentido para mí, y estoy muy contenta de haber tomado esa decisión.

**Azul 615:** Como la primera jugadora México-americana en la WNBA, ¿qué significa para ti representar a la comunidad latina en el baloncesto profesional?

**Evina Westbrook:** Honestamente, significa todo para mí representar a las latinas, mexicanas y chicanas. No ha habido mucha representación de nosotras en una liga estadounidense como la WNBA, así que poder decir con orgullo que soy mexicana significa muchísimo para mí. Realmente quiero regresar a México y jugar allí este año, para abrazar por completo mi identidad y mis raíces. No hay duda en mi mente: estoy increíblemente orgullosa de ser mexicana.

**Azul 615:** ¡Eso es inspirador! Definitivamente hay una falta de representación, y estamos trabajando para cambiar eso. ¿Crees que ser México-americana ha sido una ventaja o una desventaja en tu carrera?

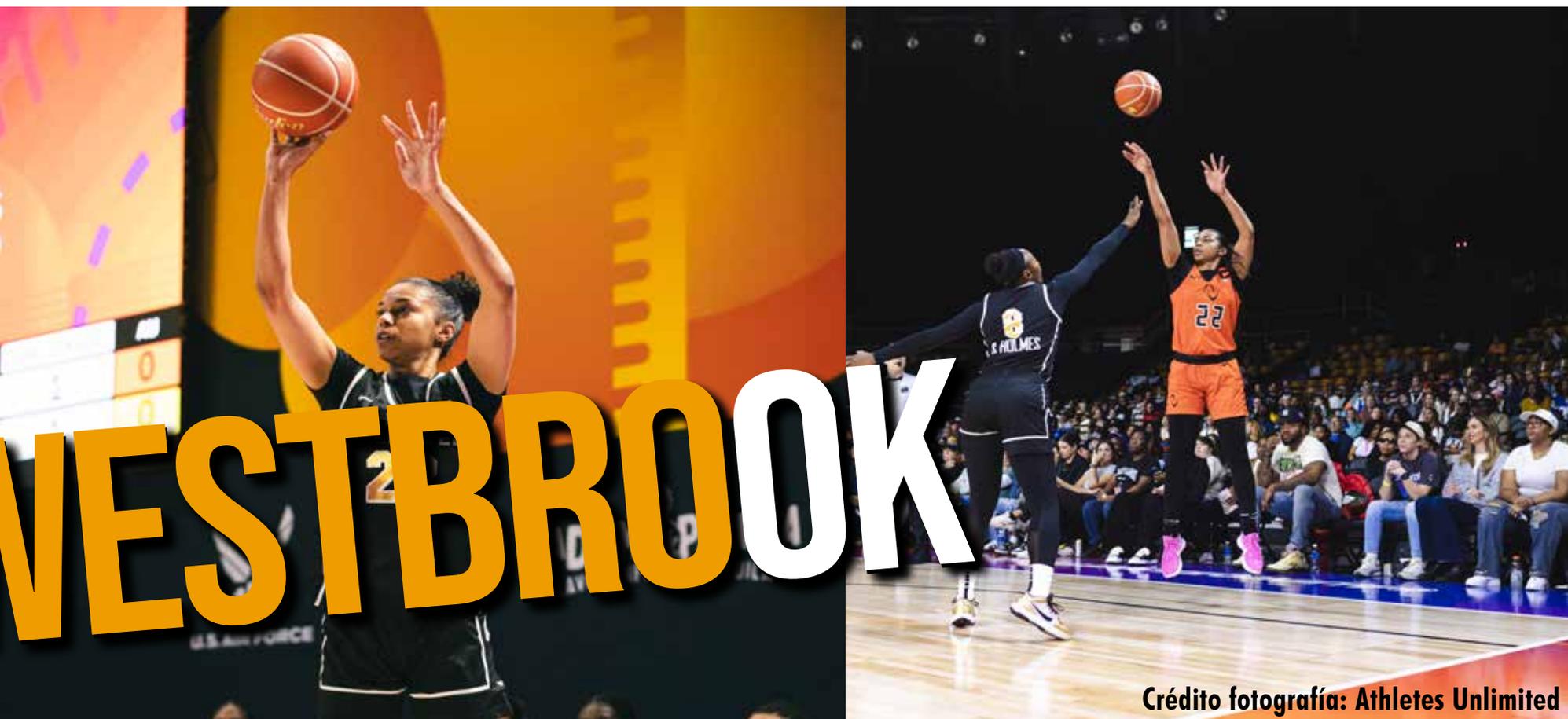
**Evina Westbrook:** Si acaso, tuve que hacer que la gente supiera que soy mexicana. Cuando la gente me ve por primera vez, pueden asumir que solo soy afroamericana. Pero

siempre me aseguro de aclararlo: no, soy afroamericana y mexicana. Nunca quise que me encasillaran en una sola identidad. Cuando mencionan mi nombre, quiero que quede claro que represento ambas culturas.

No creo que haya enfrentado desventajas en el baloncesto por eso, pero sí tuve que asegurarme de que la gente reconociera y valorara mi herencia. Toda la familia de mi mamá habla español y me apoyan en todo lo que hago. Cuando jugué en México, significó mucho para ellos. Espero algún día jugar para la selección nacional de México; sería un honor representar verdaderamente quién soy.

**Azul 615:** ¿Cómo te sientes al abrir camino para las futuras generaciones de atletas latinas?

**Evina Westbrook:** Creo que es algo crucial. Uno de mis mayores arrepentimientos es no poder hablar español con fluidez, y aprender el



**Crédito fotografía: Athletes Unlimited**

idioma ahora está en la parte superior de mi lista de prioridades. La representación es poderosa. Mi mamá siempre me ha dicho: “Si puedes verla, puedes ser ella.” Cuando las jóvenes atletas latinas ven a alguien como ellas logrando sus sueños, eso las motiva a creer que también pueden hacerlo. Por eso la representación es tan importante.

**Azul 615:** ¡Totalmente! Ver a alguien como tú marca la diferencia. La representación importa ¿Qué consejo tienes para los jóvenes jugadores de baloncesto que aspiran a llegar al nivel profesional?

**Evina Westbrook:** Lo más importante es amar verdaderamente lo que haces. Ya sea baloncesto, medicina, derecho—cualquier cosa—tienes que disfrutarlo. Todos tenemos días buenos y malos, pero puedo decir sinceramente que no hay un solo día en el que no ame el baloncesto. Amo que este sea mi trabajo, incluso con sus desafíos. Amo las relaciones que

he construido, las dificultades que he superado y cómo el juego me ha formado.

Mis experiencias, incluidas las lesiones, me han enseñado a no dar nada por sentado. Así que mi mejor consejo es: ama lo que haces.

**Azul 615:** Mencionaste que te gustaría jugar en México. ¿Cuáles son tus metas a corto y largo plazo en tu carrera profesional?

**Evina Westbrook:** A corto plazo, realmente quiero volver a jugar en México. Hace dos años jugué en Querétaro y amé la experiencia. Estar en México, jugar como mexicana y estar rodeada de mi gente... se sintió como estar en casa. Mis compañeras mexicanas me hicieron sentir que realmente pertenecía.

Por eso es tan importante para mí aprender español, y estoy buscando activamente un profesor de español.

A largo plazo, me encantaría llevar la camiseta de la selección nacional de México y representar mi

herencia en esa plataforma. Definitivamente, esa es una de mis mayores metas.

**Azul 615:** ¡Esas son metas increíbles! Finalmente, ¿tienes algún mensaje para la comunidad hispana en Nashville?

**Evina Westbrook:** No tengan miedo de sobresalir. No tengan miedo de mostrar quiénes somos y de dónde venimos. Debemos abrazar lo que aportamos a la comunidad, porque hay personas que nos admiran, que quieren hablar como nosotros.

Como mexicanos, como latinos y latinas, aportamos mucho a cualquier comunidad, ya sea Nashville, Oregón, Texas o cualquier otro lugar. Somos una parte vital de cualquier comunidad en la que estemos. Así que mi mensaje es: abracen todo lo que aportamos a la mesa.

El camino de **Evina Westbrook** es un testimonio del poder de la perseverancia, la pasión y el

orgullo cultural. Como la primera jugadora México-americana en la WNBA, está abriendo puertas para las futuras generaciones de atletas latinas mientras abraza con orgullo su herencia. Su dedicación a representar sus raíces, tanto dentro como fuera de la cancha, es una inspiración para los jóvenes atletas en todas partes.

Ya sea con su éxito en el baloncesto profesional o con sus aspiraciones de jugar para la selección mexicana, Evina sigue rompiendo barreras y redefiniendo la representación en el deporte. Su mensaje para la comunidad hispana es claro: abraza quién eres, mantente firme y nunca tengas miedo de perseguir tus sueños.

¡Seguiremos de cerca la trayectoria de Evina y el impacto que está teniendo en el mundo del deporte!

*\*Gracias a Athletes Unlimited y Mojo PR+ por facilitar la entrevista.*



# *That Saint Who's Forever Associated With Booze*

**We're coming up on mid-March again, and in case you don't know what that means, listen up.**

**C**ome the 17th, it'll be time to join millions of other Americans by donning some green attire, revving up your livers, and hitting the pubs to celebrate the little Irishman in all of us. This is a day known to us European types as St. Patrick's Day, and it's a loud

one! The holiday as we know it is essentially a general celebration of Irish culture, embraced for centuries in countries all over the world. But what's the backstory?

Well, as you might've guessed, the holiday naturally originated in Ireland. The actual date of March 17th marks the anniversary of the death of its namesake, St. Patrick, the patron saint of Ireland, in 461 AD. Initially a religious observance, it commemorates the man who brought Christianity to the Irish homeland. These days,

though, the holiday's taken on more of a secular vibe, emphasizing the fun and festivities surrounding Irish culture more so than its more religious aspects. One of the most prominent celebratory practices you'll see quite a bit (apart from just getting hammered) is themed parades. Major cities like New York, Boston, and Chicago host some of its biggest, though you'll be happy to hear that, at least this year, Nashville's got its own little celebratory pageant lined up to honor St. Pat on Saturday the 15th in none

other than the Five Points area on the east side of town. All thanks go to Irish Network Nashville (INN) who's hosting the event, doing their part to revive city-wide Irish celebrations in Music City. This year's procession promises plenty of traditional Celtic music (hope you like bagpipes!) and merriment all up and down Woodland and Five Points, so if you're local and looking to get a sampling of one of these parades, here's your chance. The festivities start at 10am.



Beyond the parades, Irish pubs everywhere tend to see a surge of patrons ordering the culturally appropriate pints of Guinness and shots of Jameson in droves. Come recent years, many have taken it up a notch by offering green beer, a distinctly American addition to the holiday. While some may argue that it's a far cry from traditional Irish customs, the festive fervor of these gatherings speaks to the way Americans have embraced the spirit of the holiday.

As for Irish-Americans, St. Patrick's Day serves as an important expression of cultural pride. In cities like Boston, which has a long history of Irish immigration, the greener-than-green holiday is a reminder of the immigrant experience and their contributions to the fabric of US society. For them, March 17th is a day to not only celebrate Irish culture but to reflect on the challenges and triumphs of Irish integration across other parts of the world. That said, even for those without

such ancestry, St. Patty's provides an opportunity to connect with our Irish-American brethren's rich history and lock arms in the joy of the occasion.

To close, while the modern celebrations of St. Pat's Day in the US may have diverged from the aforementioned religious origins, the day remains one of celebration, unity, and cultural pride. Through lively parades, hearty comfort food, plenty of drink, and a general spirit of gleeful merriment, Americans

have made the holiday their own. Regardless of whether or not you're rocking any Irish genes yourself, this special day remains an opportunity to celebrate the diverse ways our cultures intertwine and flourish in the melting pot that is America. So come game time, don't forget to wear green (lest you risk getting pinched) and let's all raise a toast to good ol' St. Patrick and the Irish spirit that's come to symbolize the holiday. Sláinte!

# AZUL615

CONECTADOS AL NUEVO MUNDO

ENCUÉTRANOS  
EN IMPRESO



SOMOS UN NUEVO CONCEPTO  
EN INFORMACIÓN, CONECTADOS  
CON LAS NUEVAS TENDENCIAS



Síguenos en:  
@azul615mag



#TUVOZESAZUL



**PROVIDENCE**  
*Insurance Agency*

**Por: Mario Guzmán**

Agente de seguros, preparador y registrador de impuestos.

**TE OFRECEMOS:**



Seguros para  
automóvil



General Liability



Seguros de  
renta



Preparación  
de impuestos



Seguros para  
el hogar



Notario Público



Workers  
Compensation



Registración  
de compañías

**CONTÁCTANOS:**



(615) 625-0165



(615)-505-0303

**HORARIOS:**

- Lunes a Viernes:  
9:00 a.m. a 5:00 p.m.
- Sábado:  
9:00 a.m. a 1:30 p.m.

**SUCURSALES:**



214 N Lowry Street,  
Smyrna, TN 37167



4720 Nolensville Pike,  
Nashville, TN 37211.

**¡Estamos completamente  
a su servicio!**





# Camarones en crema de ajo



## ¡Buenas, buenas, mi gente!

Hoy les traigo una receta perfecta para la noche: **camarones en crema de ajo**, acompañados de su **delicioso pan de ajo** y, para rematar, un **arroz blanco**. ¡Comencemos!

## Ingredientes

### Proteína

1/2 lb de camarones crudos

### Verduras

2 papas russet

1/6 de cebolla blanca

9 dientes de ajo

### Otros

1 taza de arroz

1 barra de mantequilla

1 taza de queso mozzarella

4 panes de hamburguesa

2 tazas de leche espesa

## Preparación

### 1. Arroz blanco

En una olla, colocamos el arroz junto con una cucharada de mantequilla y lo doramos ligeramente. Luego, agregamos dos tazas de agua y dejamos que hierva a temperatura alta hasta que el agua se reduzca. Una vez reducida, bajamos el fuego al mínimo y cocinamos por aproximadamente 15 minutos. ¡Con esto, nuestro arroz blanco queda listo!

### 2. Camarones en crema de ajo

En un sartén con aceite caliente, agregamos las papas previamente cortadas en cuartos. Picamos finamente la cebolla y la incorporamos al sartén. Luego, añadimos los camarones crudos y dejamos que se cocinen. Sazonamos con sal y pimienta al gusto.

Para la salsa, licuamos la leche espesa con los dientes de ajo y vertemos la mezcla en el sartén junto con los camarones. Cocinamos hasta que la salsa tome consistencia y, por último, agregamos el queso mozzarella para espesar la crema. ¡Listo, nuestros camarones están preparados!

### 3. Pan de ajo

Para el pan de ajo, primero untamos mantequilla en los panes. En un sartén caliente, derretimos un poco de mantequilla y agregamos los tres dientes de ajo aplastados para que suelten su sabor. Luego, colocamos los panes sobre la mantequilla con ajo y los dejamos dorar.

## ¡A disfrutar!

Espero que les guste esta receta, es una opción deliciosa para la cena. ¡Que tengan un día productivo y eficiente! **Bendiciones.**



Juego Del  
Momento

Juega en línea



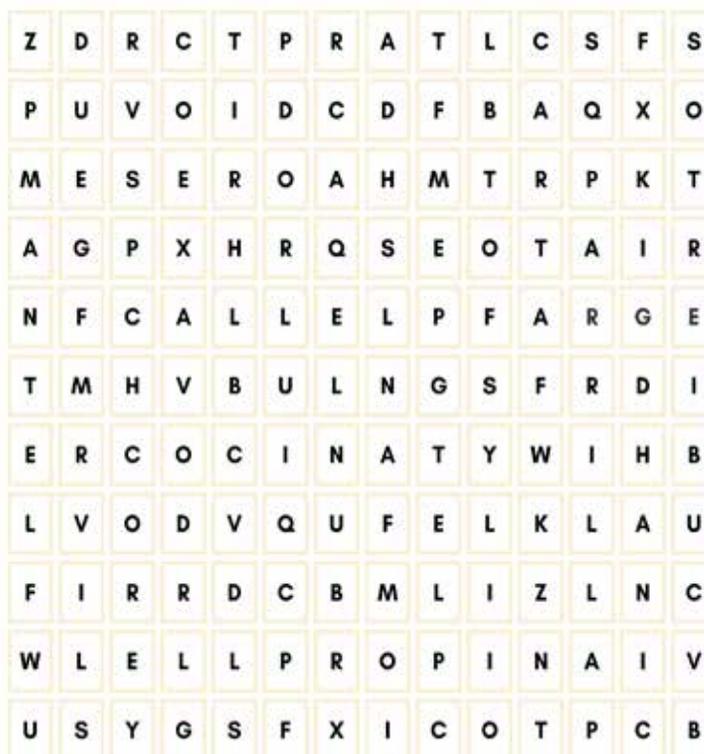
Escanéa tu  
Código QR  
y Disfruta

CADA 15 DÍAS  
UN JUEGO DIFERENTE

## SOPAS DE LETRAS

TEMA:

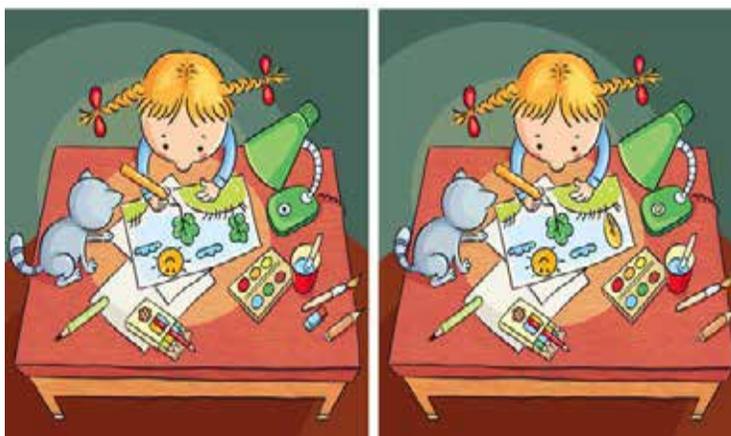
### En el restaurante



MESERO  
COCINA  
CUBIERTOS  
SERVILLETAS  
MANTEL

PARRILLA  
PROPINA  
CHEF  
CARTA

## 7 Diferencias



VIERNES 07 DE MARZO DE 2025

## SUDOKU

MINI:

		5		6	1
4			1		
	5	2			4
3		1		4	
	4				
6			3	2	

MEDIO:

		2		7	9	8		1
	9		2		1		3	
3	8					7		
6	2		1				5	
9				4	5	2		6
	7				2			8
	6		5			4	2	
		7		9				5
5	3	8		4			7	

EXPERTO:

	8	5	7	6				9
		4						
				4	8	5		
			9		7			
1	8							
6	2				3	4		
			4					1
		9		3	6			7
		9						



Reading is...

# FREE

*Failing to advertise can be costly*

*Having a tough time  
advertising to the  
Hispanic community?*

*¿Tiene dificultades para  
anunciarse con la  
comunidad hispana?*

*We do that  
for you easily and  
for the best price*

*Nosotros lo hacemos  
por usted, fácil y al  
mejor precio*

## AZUL615

CONECTADOS AL NUEVO MUNDO

**DON'T GET BLUE, GET AZUL!**

**CONTÁCTENOS AL: 615-337-2894**

Information from **A to Z**



Síguenos en:  
@azul615mag



#TUVOZESAZUL

# BNA



## Estacionate cerca y vuela lejos.

El estacionamiento inconveniente no va con nosotros.

Por eso, ofrecemos una variedad de opciones de estacionamiento diseñadas para adaptarse a la agenda de cada viajero. Ya sea que prefieras la comodidad del valet parking o la cercanía de los aparcamientos economicos y garajes en el aeropuerto, viajar por Nashville International Airport es pan comido, para que puedas concentrarte en tu viaje.

PARA MÁS INFORMACIÓN,  
VISITA [FLYNASHVILLE.COM](http://FLYNASHVILLE.COM)

