

Notizie

► **CARCIOFO MORETTO DI BRISIGHELLA**

LE DOMENICHE 7 E 14 MAGGIO SI SVOLGE LA SAGRA PER CELEBRARE QUESTO PRODOTTO AUTOCTONO NEL COMUNE DI BRISIGHELLA (IN PROVINCIA DI RAVENNA). IL MORETTO VERO SI TROVA SOLO QUI, E PIÙ PRECISAMENTE SOLO NEI CALANCI GESSOSI CON UNA BUONA ESPOSIZIONE AL SOLE; È UNA VARIETÀ RUSTICA E SI MANGIA CRUDO O LEGGERMENTE LESSATO, CONDITO CON SALE E OLIO, OPPURE COME INGREDIENTE PER PIATTI PRELIBATI COME CRESPELLE, STRUDEL, CAPPELLI DI PRETE RIPIENI E ALTRO. DURANTE LA SAGRA DEDICATA A QUESTO CARCIOFO CI SARANNO STAND CON PRODOTTI GASTRONOMICI, TIPICI E DI ARTIGIANATO, ANIMAZIONI, TRENINO PANORAMICO E LA POSSIBILITÀ DI DEGUSTARE QUESTA ECCELLENZA.

PER INFO: WWW.BRISIGHELLA.ORG



CIPOLLA DEL MONTE AMIATA

L'Istituto per la valorizzazione del legno e delle specie arboree (Ivalsa) del Cnr, in collaborazione con GenomAmiata, associazione dedita alla salvaguardia dei genomi animali e vegetali, ha avviato da tempo un processo di valorizzazione delle produzioni agroalimentari della zona del Monte Amiata, il territorio posto tra le province di Siena e Grosseto, dotato di particolari caratteristiche fisiche e sociali. Nella zona sono presenti diverse varietà autoctone, tra cui la cipolla studiata dall'Istituto del Cnr.

"Grazie a un suolo di origine vulcanica, la zona del Monte Amiata è caratterizzata da un'ampia escursione termica, che fornisce una base agronomica interessante per produzioni di nicchia dalle peculiari qualità chimiche e organolettiche", spiega Claudio Cantini dell'Ivalsa-Cnr. Secondo gli studi infatti, le capacità antiossidanti di queste cipolle sono superiori di 24 unità alle altre cipolle commerciali, così come risulta più intenso il loro profumo.



► **IL GRANO KHORASAN KAMUT**

SI TRATTA DI UN TIPO DI GRANO COLTIVATO SECONDO I CRITERI DELL'AGRICOLTURA BIOLOGICA NEL NORD AMERICA E IN CANADA. IL MARCHIO **KAMUT** È STATO DEPOSITATO PER GARANTIRE E PRESERVARE LE QUALITÀ DI QUESTA VARIETÀ ANTICA DI GRANO **KHORASAN**: È ALTAMENTE DIGERIBILE, UNA RICCA FONTE DI PROTEINE, FIBRE, ZINCO, FOSFORO, MAGNESIO, VITAMINA B1 E PP, SELENIO, RAME E MANGANESE. HA ANCHE UN ELEVATO CONTENUTO DI CAROTENOIDI, POTENTI ANTIOSSIDANTI. VERSATILE IN CUCINA, SI PRESTA AD ESSERE CONSUMATO SIA IN CHICCHI CHE SOTTO FORMA DI FARINA.



Notizie

FRUTTI ANTICHI

È la rassegna di primavera che si svolge il 13 e 14 maggio al Castello di Paderna, vicino Piacenza, dedicata a piante, fiori e frutti dimenticati, promossa dal FAI. Per 2 giorni, circa 130 espositori selezionati invitano i visitatori alla scoperta delle più ricercate e variegata specie floreali ed arboree e delle primizie dell'orto; inoltre sono a disposizione per condividere i segreti delle tecniche di coltivazione. Ampio spazio è riservato all'arredo da giardino, all'antiquariato e all'artigianato, espresso sia nelle forme della tradizione rurale che in creazioni artistiche di particolare raffinatezza. Il programma prevede anche conferenze, laboratori per grandi e piccini, presentazioni di libri e tanto altro. Per info: www.fruttiantichi.net

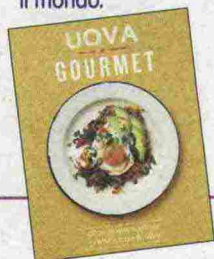


› LA SALUTE DELLE DONNE

L'ALT-ASSOCIAZIONE PER LA LOTTA ALLA TROMBOSI E ALLE MALATTIE CARDIOVASCOLARI ONLUS - HA RIVOLTO UN APPELLO A TUTTE LE DONNE AFFINCHÉ SI DIFENDANO DALLE MALATTIE CHE LE MINACCIANO E POSSANO VIVERE MEGLIO E PIÙ A LUNGO. FRA LE RACCOMANDAZIONI, QUELLA DI EVITARE IL FUMO, ANCHE QUELLO PASSIVO, DI MANGIARE IN MODO SANO (MOLTA FRUTTA E VERDURA, CEREALI INTEGRALI, PESCI MAGRI, EVITANDO CIBI RICCHI DI ZUCCHERI O SALE, COME INSACCATI, PIATTI PRONTI, ALIMENTI GRASSI, SALSE, DOLCI, ECC.), MANTENERE IL PESO FORMA, FARE ATTIVITÀ FISICA, RIDURRE IL CONSUMO DI ALCOLICI, GESTIRE LO STRESS E LAVARE SPESSO LE MANI. VALUTARE ANCHE CON IL PROPRIO MEDICO SE È IL CASO DI SOTTOPORSI ALLA VACCINAZIONE ANTINFLUENZALE E A QUELLA CONTRO LA POLMONITE, IN BASE ALL'ETÀ E ALLA PRESENZA DI FATTORI DI RISCHIO.

› UOVA GOURMET

Il Castello
Oltre 70 ricette a base di uova, non solo di gallina, ma anche di quaglia, anatra, oca, struzzo e gabbiano, per colazioni, pranzi, cene, dessert e stuzzichini ispirati alla tradizione culinaria di tutto il mondo.



› LA CUCINA DI AFRODITE
Nomos Edizioni

Se amate la cucina etnica e in particolare quella mediterranea, questo libro è una vera fonte di ispirazione: scritto da Christina, innamorata della sua isola, Cipro, propone piatti che sono un inebriante mix di sapori, profumi e tradizioni, ispirati dal mare, dalle montagne e dai frutti della terra.



› DAL PIATTO ALLA PIANTA
Terre di mezzo editore

50 idee a costo zero per trasformare la casa in un giardino: questo volume suggerisce tutti i semi e le parti di ortaggi da cui possono germogliare 50 piante rigogliose e fioriture spettacolari, sia per arredare la casa o il balcone, sia per tornare nel piatto come cibo saporito.

