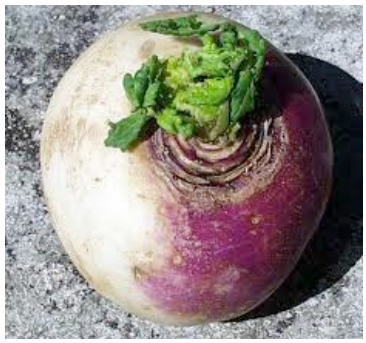
2012

GENNAIO

domenica	1	Capodanno
lunedì	2	
martedì	3	
mercoledì	4	
giovedì	5	
venerdì	6	Epifania
sabato	7	
domenica	8	
lunedì	9	Luna piena
martedì	10	
mercoledì	11	
giovedì	12	
venerdì	13	
sabato	14	
domenica	15	
lunedì	16	Ultimo quarto
martedì	17	
mercoledì	18	
giovedì	19	
venerdì	20	
sabato	21	
domenica	22	
lunedì	23	Luna nuova
martedì	24	
mercoledì	25	
giovedì	26	
venerdì	27	Memoria Shoah
sabato	28	
domenica	29	
lunedì	30	
martedì	31	Primo quarto



Pollice verde

Consigli per l'orto a cura di Antonio VALENTE

In questo mese i lavori sono tutti al chiuso della serra calda per preparare le piantine precoci di ortaggi e fiori. Le cosiddette "primizie" si ottengono solamente con l'impegno e l'attenzione, tenendo presente che, in assoluto questo è il mese con le temperature più rigide dell'anno. Per chi volesse cimentarsi con i raccolti precoci, consiglio verso fine mese di seminare cavolfiori e cavoli verza, cetrioli, lattuga. Possono essere seminati anche l'aglio, le carote , i ceci, indivie, lattughe piselli, spinaci e topinambur. Tra i fiori solamente in serra od in aiuole ben esposte e protette, ricordiamo le semine di begonie, cinerarie, garofani, papaveri, speronella.

Nei luoghi dove il terreno non è gelato si può anche praticare la divisione dei ceppi per produrre nuovi arbusti o fiori.

Nei boschi è ancora possibile tagliare il legname e lungo le "rive" si può far pulizia alle ceppaie ed agli stoni sviluppatisi nel corso dell'anno.

La ricetta del mese a cura di Cristina

MANZO ALLA BIRRA CON PATATE

Un secondo piatto decisamente invernale, di origine nordica

ORIGINE: IRLANDA
DIFFICOLTA:media
PREPARAZIONE: 20 minuti
COTTURA: 2 ore e 15 minuti

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

- 600 g di carne di manzo per brasato
- 2 cipolle
- 4 carote
- 500 g di patate
- 30 g di burro
- 20 g di lardo
- 1 bicchiere di brodo di carne
- 1 bicchiere di birra scura
- sale
- pepe

PREPARAZIONE

Mondate e lavate le carote e tagliatene due a rondelle e due a bastoncini. Lavate e pelate le patate, tagliatele a pezzi irregolari e immergetele in una ciotola d'acqua fredda per evitare che anneriscano . Sbucciate e tagliate ad anelli le cipolle e fatele dorare in una casseruola di terracotta con il burro e il lardo. Unite la carne di manzo e fatela rosolare per qualche minuto uniformemente. Bagnate con la birra, fatela ridurre della metà quindi aggiungete il brodo. Portate a ebollizione, abbassate la fiamma e fate cuocere per 2 ore. Circa 30 minuti prima di spegnere il fuoco unite le patate e le carote. Salate e pepate.

Servite il brasato tagliato a fette in piatti individuali, irrorando carne e verdure con il fondo di cottura.

Riflessione

Polvere sei e polvere tornerai, ma tra una polvere e l'altra un buon bicchiere non fa mai male. *(Proverbio Yiddish)*

2012

FEBBRAIO

mercoledì	1	
giovedì	2	Candelora
venerdì	3	
sabato	4	
domenica	5	
lunedì	6	
martedì	7	Luna piena
mercoledì	8	
giovedì	9	
venerdì	10	
sabato	11	
domenica	12	
lunedì	13	
martedì	14	Ultimo quarto
mercoledì	15	
giovedì	16	
venerdì	17	
sabato	18	
domenica	19	
lunedì	20	
martedì	21	Luna nuova
mercoledì	22	Le Ceneri
giovedì	23	
venerdì	24	
sabato	25	
domenica	26	
lunedì	27	
martedì	28	
mercoledì	29	

Pollice verde

Consigli per l'orto a cura di Renato BORIGLIONE

Con un poco di attenzione potete seminare in letto caldo i cavoli cappuccio precoci, la lattuga romana, le melanzane, i meloni (direttamente nell'apposito vasetto) , i peperoni (di ogni varietà) i pomodori ed i sedani. Per coloro che si sentono intraprendenti in piena terra, ma in aiuole ben protette ed in posizione soleggiata si seminano i carciofi, le carote precoci, i ceci, la cicoria da taglio, le cipolle il crescione, la fava (poco diffusa da noi), le fragole (anche usando piantine), indivie, lattughe, patate, piselli porri, prezzemolo,rapa quarantina, ravanelli precoci,spinaci ed ancora topinambur. Tra i fiori seminare le belle di giorno, cinerarie, papavero, pisello odoroso, verbene e violaciocche. Ideale anche la semina del loietto e del trifoglio per i prati sia nei giardini che in campo aperto.

Riflessione

La stupidità cresce senza bisogno di pioggia. *(Proverbio Yiddish)*

La ricetta del mese a cura di Assunta

FOCACCIA CON ERBE AROMATICHE

Si tratta di una focaccia salata che può essere servita come antipasto accompagnata da salumi e formaggi o utilizzata in sostituzione del pane.

ORIGINE: POLONIA
DIFFICOLTÀ:minima
PREPARAZIONE: 25 minuti
COTTURA: 1 ora

INGREDIENTI PER 6-8 PERSONE

• 1 kg di farina tipo 0 • 200 g di crusca • 1 cucchiaio di zucchero • 3 bustine di lievito per torte salate • 1/2 bicchiere di semi di girasole sgusciati • 1/2 bicchiere di gherigli di noce • 1/2 bicchiere di nocciole sgusciate • 1 cucchiaio di maggiorana essiccata • 1 cucchiaio di origano essiccato • 1 cucchiaio di semi di cumino • 1 cucchiaio di semi di finocchio • burro per lo stampo • 1 rametto di origano fresco per decorare • 1 rametto di maggiorana fresca per decorare • 1 cucchiaio di sale

PREPARAZIONE

Scaldate 1 l di acqua e, quando sarà tiepida, prelevatene mezzo bicchiere e stemperatevi il lievito insieme con lo zucchero. Setacciate insieme farina e crusca raccogliendole in una terrina e aggiungete il sale, i semi di girasole, le noci e le nocciole tritate, le erbe aromatiche e le spezie; unite la miscela di lievito, zucchero e acqua, amalgamate gli ingredienti e lavorate l'impasto per 5 o 6 minuti.

Scaldate il forno a 180 °C. Imburrate uno stampo rettangolare e trasferitevi l'impasto; infornate per circa 1 ora e, se la superficie del pane tende a scurirsi troppo, copritela con un foglio di alluminio.

Sfornate il pane, lasciatelo intiepidire, quindi sformatelo su una gratella per dolci. Servitelo tiepido presentandolo in tavola su un tagliere, avvolto in carta alimentare trattenuta da fili di rafia; decorate il tagliere a piacimento con i rametti di origano e maggiorana freschi.

2012

MARZO

giovedì	1	Primo quarto
venerdì	2	
sabato	3	
domenica	4	
lunedì	5	
martedì	6	
mercoledì	7	
giovedì	8	Luna piena
venerdì	9	
sabato	10	
domenica	11	
lunedì	12	
martedì	13	
mercoledì	14	
giovedì	15	Ultimo quarto
venerdì	16	
sabato	17	
domenica	18	
lunedì	19	
martedì	20	
mercoledì	21	
giovedì	22	Luna nuova
venerdì	23	
sabato	24	
domenica	25	
lunedì	26	
martedì	27	
mercoledì	28	
giovedì	29	
venerdì	30	Primo quarto
sabato	31	

Pollice verde

Consigli per l'orto a cura di "Rico" Domenico PERARDI

Con l'arrivo imminente della primavera le attività all'aperto aumentano e la cura dell'orto prosegue con attenzione. Possiamo seminare le angurie il basilico (in posizione riparata), la camomilla (utilissima e distensiva, una volta abbondante allo stato spontaneo nel campi di grano), , cipolle, il dente di leone (varietà nei campi già disponibile per una fresca e nuova insalatina con uova sode), la valeriana e le zucche. I fiori vanno seminati in terreno sciolto, ben concimato ed esposto; quando le piantine hanno le foglie e misurano circa 15 cm. vanno trapiantate a dimora. Si possono seminare l'amaranto, gli astri, le belle di giorno e le belle di notte, le calendule, le dalie, le gipsofile, i bellissimi nasturzi rampicanti e la salvia da fiore. Per chi avesse ambizioni diverse si possono seminare anche la barbabietole in campo, i loietti e la senape. Per tutto il mese è possibile ancora seminare o trapiantare anche i vegetali indicati in febbraio.

Riflessione

Chi ha la salute ha la speranza e chi ha la speranza , ha tutto. *(Proverbio Arabo)*

La ricetta del mese a cura di Irene

FAGIOLI AL FIASCO

ORIGINE: TOSCANA
DIFFICOLTÀ:media
PREPARAZIONE: 10 minuti più il tempo di ammollo
COTTURA: 4 ore
INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 300 g di fagioli cannellini secchi
- 6 foglie di salvia
- olio extravergine di oliva
- 1 spicchio di aglio
- sale
- pepe

PREPARAZIONE

Sciacquate velocemente i cannellini, quindi metteteli in ammollo in acqua fredda per 12 ore, eliminando quelli rimasti in superficie. Trascorso questo tempo, prendete un tipico fiasco toscano da 3/4, privo dell'impagliatura. Lavatelo e versatevi i fagioli sciacquati dall'acqua dell'ammollo, le foglie di salvia strofinate con un telo umido, 2 cucchiai di olio extravergine di oliva, 20 g circa di sale e un pizzico di pepe macinato al momento. Profumate con uno spicchio di aglio sbucciato e schiacciato, quindi riempite d'acqua fino a raggiungere trequarti del fiasco. Mettete il contenitore sulla brace già incandescente, facendo attenzione che assuma un'inclinazione di 45°. Tappatelo con un batuffolo di cotone idrofilo. Fate cuocere i fagioli per circa 3 ore (il contenuto del fiasco raggiungerà l'ebollizione dopo circa 1 ora). Quando i fagioli saranno cotti prendete il fiasco con molta attenzione, riparandovi le mani con un canovaccio spesso, quindi togliete il batuffolo di cotone e rovesciate il contenuto in una terrina, scuotendo energicamente la bottiglia. Condite i fagioli con altro olio extravergine di oliva, poco sale e, a piacere, con pepe macinato al momento.

2012

APRILE

domenica	1	Le Palme
lunedì	2	
martedì	3	
mercoledì	4	
giovedì	5	
venerdì	6	Luna piena
sabato	7	
domenica	8	Pasqua
lunedì	9	Lunedì dell'Angelo
martedì	10	
mercoledì	11	
giovedì	12	
venerdì	13	Ultimo quarto
sabato	14	
domenica	15	
lunedì	16	
martedì	17	
mercoledì	18	
giovedì	19	
venerdì	20	
sabato	21	Luna nuova
domenica	22	Giorno della Terra
lunedì	23	
martedì	24	
mercoledì	25	Liberazione
giovedì	26	
venerdì	27	
sabato	28	Primo quarto
domenica	29	
lunedì	30	

Pollice verde

Consigli per l'orto a cura di Gustavo CARDAMONE

"Aprile, dolce dormire" dice il proverbio, ma questa regola piacevole per la vita , non ha validità nell'orto e nel giardino. Infatti nell'orto ferve l'attività: si seminano in terra le angurie, le barbabietole le biete ed il basilico, il cardo (ricordarsi la bagna cauda), i cetrioli ed i cocomeri, i fagioli (nani e rampicanti), il melone, i piselli, pomodori ed infine le zucche.

I fiori, in piena terra sono i seguenti : begonie, fresie, garofani, campanelle rampicanti, luppolo rampicante, margherite, petunie, speronella, tageti e verbene.

In aprile comincia il periodo propizio per la potatura ed il rinvaso degli agrumi che continua fino a metà maggio. Nel medesimo periodo possono essere trapiantate o sistemate tutte le piante a fogliame persistente quali : olivi, cipressi, pini, palme, sempreverdi ornamentali e rampicanti in genere: Possono infine essere ancora piantati bulbi e rizomi da fiore (amarillidi, calle, begonie, gigli, gladioli, iris, ecc.)

Riflessione

Ciò che cresce lentamente mette radici profonde. *(Proverbio Ghanese)*

La ricetta del mese a cura di Paola KOCH

Deliziose tortine all'arancia friulane

ORIGINE: FRIULI-VENEZIA GIULIA

DIFFICOLTÀ:media

PREPARAZIONE: 15 minuti

COTTURA: 20 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- • 1,6 l di latte
- • 50 g di zucchero semolato
- • 50 g di farina 00
- • 4 uova
- • 50 g di burro
- • 2 arance
- • 1/2 bicchiere di liquore all'arancia
- • zucchero a velo
- • burro per gli stampini
- • zucchero semolato per gli stampini

PREPARAZIONE

Portate a ebollizione 1,5 l di latte insieme con lo zucchero semolato, facendolo sciogliere bene. Togliete dal fuoco e aggiungete la farina, che avrete stemperato in 1 dl di latte freddo, e mescolate bene il tutto con una frusta.

Rimettete sul fuoco e fate bollire per 2 minuti, fino a ottenere un composto piuttosto fluido, quindi togliete di nuovo dal fuoco e fate raffreddare. Incorporate i tuorli, uno alla volta, tenendo da parte gli albumi; unite anche il burro ammorbidito, la buccia di un'arancia, ben lavata e grattugiata, e infine il liquore.

Mescolate, poi incorporate molto delicatamente gli albumi montati a neve ben ferma. Versate il composto in quattro stampini mono porzione, imburrati e cosparsi di zucchero. Praticate sulla superficie dell'impasto alcune incisioni a raggiera, quindi cuocete i dolci in forno caldo a 180 °C per circa 10 minuti.

Sfornateli e spolverizzateli di zucchero a velo, guarnite con un poco della buccia dell'altra arancia tagliata a julienne e servite subito.

2012

MAGGIO

martedì	1	Lavoro e San Giuseppe
mercoledì	2	
giovedì	3	
venerdì	4	
sabato	5	
domenica	6	Luna piena
lunedì	7	
martedì	8	
mercoledì	9	
giovedì	10	
venerdì	11	
sabato	12	Ultimo quarto
domenica	13	
lunedì	14	
martedì	15	
mercoledì	16	
giovedì	17	
venerdì	18	
sabato	19	
domenica	20	Luna nuova Ascensione
lunedì	21	
martedì	22	
mercoledì	23	
giovedì	24	
venerdì	25	
sabato	26	
domenica	27	Pentecoste
lunedì	28	Primo quarto
martedì	29	
mercoledì	30	
giovedì	31	

Pollice verde

Consigli per l'orto a cura di Gino FORNERIS

Il segreto del successo nell'orto sta in poche regole : terreno sciolto e non argilloso, buon drenaggio, acqua disponibile per irrigazione estiva e stallatico naturale (letame), il miglior modo per migliorare le caratteristiche organiche del terreno.

Tutti gli ortaggi indicati nei mesi precedenti possono ancora seminarsi questo mese in piena terra. Inoltre si parte con cavoli, cavolfiori, cicorie, indivie e spinacio.

Per i fiori vale il medesimo discorso ovvero sono possibili ancora le semine del mese di aprile. In questo caso la fioritura sarà tardiva, ma verrà compensata da una maggiore durata ed un effetto migliore.

Tra i cereali, per chi volesse cimentarsi e riscoprire varietà diverse segnaliamo il miglio ed il saraceno. In campo agricolo si segnala infine che questo è il mese migliore per seminare erbai temporanei e, quando si disponga di buone possibilità di irrigazione anche i miscugli per tappeti verdi e campi sportivi nonchè il loietto per i giardini.

La ricetta del mese a cura di Silvia

FINOCCHI E ZUCCHINE ALL'ANICE

Una ricetta molto originale che dona un aroma speziato ai prodotti dell'orto

ORIGINE: MAROCCO
DIFFICOLTÀ:minima
PREPARAZIONE: 15 minuti
COTTURA: 50 minuti
INGREDIENTI PER 6 PERSONE

• 6 finocchi • 4 zucchine • 3 cucchiai di olio di oliva • 1 cucchiaino di semi di anice • 20 g di burro • anice stellato per decorare • sale • pepe

PREPARAZIONE

Lavate i finocchi, privateli delle estremità superiori e del fondo, quindi tritateli finemente. Sciacquate le zucchine, togliete le estremità e riducetele a dadini di 2 cm.

Scaldate 2 cucchiai di olio e rosolatevi i finocchi, abbassate la fiamma e proseguite la cottura per 25 minuti. Scaldate l'olio restante in una seconda padella e cuocetevi i dadini di zucchina per 5 minuti.

Unite quindi anice e zucchine ai finocchi, e proseguite la cottura per altri 10 minuti.

Condite il tutto con pezzettini di burro, sale, pepe, togliete dal fuoco, decorate con l'anice stellato e servite subito.

Riflessione

Il giovane cammina più veloce dell'anziano, ma è l'anziano che conosce la strada. *(Proverbio Sudanese)*

2012

GIUGNO

venerdì	1	
sabato	2	Repubblica
domenica	3	SS. Trinità
lunedì	4	Luna piena
martedì	5	
mercoledì	6	
giovedì	7	
venerdì	8	
sabato	9	
domenica	10	San Antonio
lunedì	11	Ultimo quarto
martedì	12	
mercoledì	13	
giovedì	14	
venerdì	15	
sabato	16	
domenica	17	
lunedì	18	
martedì	19	Luna nuova
mercoledì	20	
giovedì	21	
venerdì	22	
sabato	23	
domenica	24	San Pietro
lunedì	25	
martedì	26	
mercoledì	27	Primo quarto
giovedì	28	
venerdì	29	
sabato	30	

Pollice verde

Consigli per l'orto a cura di Emilio VOTA

Per quanto riguarda l'orto valgono ancora le medesime attività e coltivazioni indicate per il mese precedente. E' ancora periodo favorevole per la piantagione di alcuni bulbi quali begonie, calle, canne da fiori, dalie, gladioli e tuberose. Non possono più essere messi a dimora alberi di qualsiasi tipo. E' possibile solamente piantare specie ornamentali e rampicanti coltivate in vaso.

E' il momento di irrigare con regolarità non appena si ha un accenno di siccità; ricordo che ai fini del contenimento del consumo idrico e della salvaguardia dalle infestanti è consigliabile il metodo detto " a goccia" che consiste nella cessione dell'acqua a mezzo di un o speciale tubo solo per piccole quantità ed in corrispondenza della piantina coltivata. In questo modo si risparmia acqua e si limita fortemente la diffusione delle piante infestanti che sottraggono sostanze nutritive al terreno e richiedono opera di diserbo.

La ricetta del mese a cura di Ivana

BIANCO MANGIARE CON MIRTILLI

ORIGINE: VALLE D'AOSTA
DIFFICOLTÀ: media
PREPARAZIONE: 20 minuti più il tempo di raffreddamento
COTTURA: 20 minuti
INGREDIENTI PER 6 PERSONE
• 1 l di panna fresca • 70 g di zucchero • 1 baccello di vaniglia • 6 fogli di gelatina • 50 g di mirtilli freschi • composta di mirtilli
PREPARAZIONE
Scaldate in una casseruola la panna con lo zucchero, il baccello di vaniglia e la gelatina, precedentemente ammollata in acqua fredda e ben strizzata, mescolando continuamente. Quando la colla di pesce si sarà sciolta completamente, togliete il baccello di vaniglia e proseguite la cottura per altri 2 minuti.
Togliete la crema dal fuoco e versatela in sei stampini mono porzione da crème caramel. Lasciate intiepidire, poi passate in frigorifero per qualche ora in modo che il composto si rassodi.
Al momento di servire, lavate delicatamente i mirtilli e asciugateli; sformate il blanc manger nei piattini individuali, distribuite i mirtilli freschi e un poco di composta degli stessi frutti e servite immediatamente.

Riflessione

Se vuoi arrivare primo corri da solo, se vuoi arrivare lontano, cammina insieme. *(Proverbio Kenya)*

2012

LUGLIO

domenica	1	
lunedì	2	
martedì	3	Luna Piena
mercoledì	4	
giovedì	5	
venerdì	6	
sabato	7	
domenica	8	
lunedì	9	
martedì	10	
mercoledì	11	Ultimo quarto
giovedì	12	
venerdì	13	
sabato	14	
domenica	15	
lunedì	16	
martedì	17	
mercoledì	18	
giovedì	19	Luna nuova
venerdì	20	
sabato	21	
domenica	22	
lunedì	23	
martedì	24	
mercoledì	25	
giovedì	26	Primo quarto
venerdì	27	
sabato	28	
domenica	29	Madonna della Neve
lunedì	30	
martedì	31	

Pollice verde

Consigli per l'orto a cura di Emilio

CARDAMONE

Periodo di gran caldo ed intensa attività nelle coltivazioni orticole, pensando ai mesi autunnali ed invernali. Si seminano biete da taglio, carote, cavoli e cavolfiori (rammentarsi della bagna cauda!), cipolle, finocchi, lattughe, e ravanelli.
In questo mese possono essere seminati i fiori e coltivazione biennali oppure le erbacee perenni quali ad esempio : bocche di leone, calendule, campanule, iberis, margheritina, papaveri, primule e viole.
Ma in questo mese regna ormai sovrano l'incontrastato dominatore della tavola mediterranea : il pomodoro. Ed è tempo di grandi raccolte, di conservazione sotto forma di pelati o di salse, per i più intraprendenti è perfino possibile procedere all'essiccazione ed addirittura alla conservazione sott'olio. Per chi preferisce invece il consumo crudo "al momento" non possiamo dimenticare le insalate con il solo origano, olio, sale e pepe, oppure gli spaghetti con il pomodoro fresco e basilico.

Riflessione

Chi torna da un viaggio non è mai la stessa persona che è partita . *(Proverbio Cinese)*

La ricetta del mese a cura di Giovanna

BRANZINO AL FORNO

ORIGINE: MESSICO
DIFFICOLTÀ:media
PREPARAZIONE: 20 minuti
COTTURA: 30 minuti
INGREDIENTI PER 4-6 PERSONE

- 2 branzini per un totale di circa 1 kg
- 2 cucchiai di succo di lime (o limone)
- 20 g di burro
- 1 cucchiaio di olio di oliva
- 1 peperone rosso e 1 verde
- 1/2 cipolla rossa tritata
- 1 cucchiaino di semi di cumino
- 1 cucchiaino di scorza d'arancia grattugiata
- 1 cucchiaino di foglie di coriandolo fresche tritate
- 180 ml di succo d'arancia
- 1 lime (o limone) tagliato a spicchi per guarnire

PREPARAZIONE

Preriscaldare il forno a 180° e foderare la base di una teglia capiente con un foglio di alluminio di cui olierete leggermente la parte centrale. Spruzzate il pesce dentro e fuori con il succo di lime e cospargete di sale e pepe nero. Sistemate al centro di un foglio di alluminio, richiudendolo a formare una coppa.
Riscaldate burro e olio in una padella e fate saltare per circa 2 minuti i peperoni, la cipolla, i semi di cumino e le scorzette d'arancia. Unite il coriandolo e regolate di sale. Disponete il composto sui pesci e versatevi sopra il succo di arancia. Coprite con un altro foglio di alluminio, sigillando i due fogli.
Fate cuocere per 30 minuti. Eliminate i fogli di alluminio e trasferite su un piatto da portata, inumidendo con il fondo di cottura, infine guarnite con gli spicchi di lime.

2012

AGOSTO

mercoledì	1	
giovedì	2	Luna piena
venerdì	3	
sabato	4	
domenica	5	
lunedì	6	
martedì	7	
mercoledì	8	
giovedì	9	
venerdì	10	Ultimo quarto
sabato	11	
domenica	12	
lunedì	13	
martedì	14	
mercoledì	15	Assunta
giovedì	16	San Rocco
venerdì	17	Luna nuova
sabato	18	
domenica	19	
lunedì	20	
martedì	21	
mercoledì	22	
giovedì	23	
venerdì	24	Primo quarto
sabato	25	
domenica	26	
lunedì	27	
martedì	28	
mercoledì	29	
giovedì	30	
venerdì	31	Luna piena

Pollice verde

Consigli per l'orto a cura di Gianni CARLINO

Fagioli che passione ! Specialmente se accompagnati da cotiche e cotti nella tofeja. Ma per questo c'è tempo fino all'inverno. Per l'orto il mese di agosto è molto simile al precedente. Le giornate cominciano ad accorciarsi in modo percepibile ed anche la natura sente il cambiamento. Tutti gli ortaggi sono ormai ad avanzato ciclo di coltivazione e, benchè siano ancora possibili le semine e la messa a dimora delle varietà indicate in luglio, ormai la stagione è nel periodo della raccolta e conservazione.

E' ancora ben necessaria l'irrigazione, anche se i temporali estivi a volte forniscono acqua in esubero.

In questo periodo è importante assicurarsi che il terreno sia organizzato in modo tale da favorire un buon smaltimento idrico, evitando ristagni e ruscellamenti che potrebbero danneggiare le coltivazioni o l'impianto.

La ricetta del mese a cura di Margherita

AGLIATA VERDE

Antipasto dal sapore "forte"

ORIGINE: PIEMONTE

DIFFICOLTÀ:minima

PREPARAZIONE: 20 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

• 4 spicchi di aglio • 1 mazzetto di prezzemolo • 200 g di ricotta piemontese • olio extravergine di oliva • pane rustico • sale

PREPARAZIONE

Mondate il prezzemolo eliminando le foglie sciupate e i gambi, lavatelo, tritatelo finemente e tenetelo da parte. Setacciate la ricotta raccogliendola in una terrina.

Private gli spicchi di aglio della buccia, quindi metteteli in un mortaio insieme con un pizzico di sale; schiacciateli con il pestello, poi incorporate a filo l'olio fino a ottenere una crema densa e omogenea, mescolando bene con un cucchiaio di legno.

Versate la crema di aglio nella terrina con la ricotta, unite il prezzemolo e mescolate bene il tutto ottenendo un composto leggero e omogeneo.

Tagliate il pane a fette, distribuitevi un poco di agliata, quindi decorate a piacere con spicchi di aglio sbucciati e ciuffetti di prezzemolo.

Riflessione del mese

In tre occasioni l'uomo rivela la sua natura : quando la sua mente cede all'ira, quando il suo corpo è piegato dal vino e quando deve mettere mano alla borsa . *(Proverbio Cinese)*

2012

SETTEMBRE

sabato	1	
domenica	2	
lunedì	3	
martedì	4	
mercoledì	5	
giovedì	6	
venerdì	7	
sabato	8	Ultimo quarto
domenica	9	San Grato
lunedì	10	
martedì	11	
mercoledì	12	
giovedì	13	
venerdì	14	
sabato	15	
domenica	16	Luna nuova
lunedì	17	
martedì	18	
mercoledì	19	
giovedì	20	
venerdì	21	
sabato	22	Primo quarto
domenica	23	
lunedì	24	
martedì	25	
mercoledì	26	
giovedì	27	
venerdì	28	
sabato	29	
domenica	30	Luna piena

Pollice verde

Consigli per l'orto a cura di Franco PRETARI

L'aglio impazza a settembre. E' protagonista del tradizionale incanto di San Grato dove le migliori trecce andranno a sistemarsi nelle dispense dei più fortunati favriesi.

Nell'orto si pensa ormai al raccolto dell'anno prossimo e non è più tempo di mettere in coltivazione altre varietà oltre a quelle menzionate nel mese precedente. Una particolare attenzione al trapianto delle piantine di insalata. Per i prati torna il momento propizio per la semina che viene ulteriormente favorito dalle benefiche piogge autunnali. Per il trapianto di alberi ed arbusti conviene attendere ancora mentre le piante in vaso possono tranquillamente essere collocate a dimora.

La ricetta del mese a cura di Patrizia

ZUPPA DI MAIS E CORIANDOLO

ORIGINE: MESSICO
DIFFICOLTÀ:media
PREPARAZIONE: 1 ora
COTTURA: 30 minuti
INGREDIENTI PER 4-6 PERSONE

• 8 pannocchie di mais
•1 grosso peperone rosso •2 cucchiai di olio
•1 cipolla tritata •2 spicchi di aglio schiacciati
•750 ml di brodo di pollo •125 ml di succo di lime (o limone) •10 g foglie di coriandolo fresche

PREPARAZIONE

Riscaldate una bistecchiera o il grill del forno, eliminate i cartocci e le barbe del mais e fate arrostire le pannocchie sulla bistecchiera o sotto il grill per 10 minuti, voltandole spesso, fino ad annerirle un po'. Lasciate raffreddare, quindi rimuovete i chicchi con l'aiuto di un coltello piccolo ma appuntito (tenete in verticale su un tagliere le pannocchie e tagliate verso il basso).

Tagliate il peperone in 4, eliminate i semi e le coste e fatelo arrostire sulla bistecchiera o sotto il grill finchè la pelle si annerirà e gonfierà. Lasciate raffreddare in una busta di plastica, poi eliminate la pelle e sminuzzate la polpa.

Riscaldate l'olio in una padella grande e fate dorare la cipolla 5 minuti, unite l'aglio e lasciatelo ammorbidire per un altro minuto.

Aggiungete i chicchi di mais, il peperone e il brodo, portate a ebollizione, poi abbassate il fuoco e lasciate cuocere, parzialmente coperto, per circa 20 minuti.

Fate leggermente raffreddare la zuppa, quindi passatene metà in un mixer, trasferite in una casseruola e riscaldate senza portare a bollore. Prima di servire unitevi il succo di lime e le foglie di coriandolo

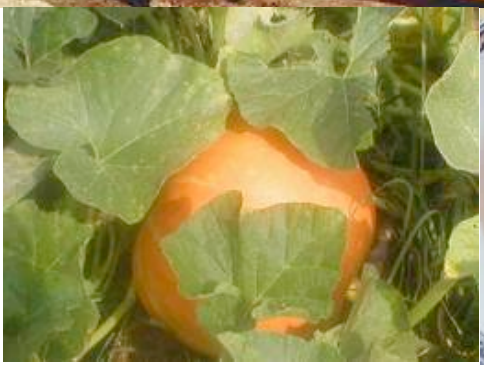
Riflessione

Chi l'aglio prende all'incanto di San Grato, per tutto l'anno sarà lieto, ricco, sano e beato . *(Proverbio Favriese)*

2012

OTTOBRE

lunedì	1	
martedì	2	
mercoledì	3	
giovedì	4	
venerdì	5	
sabato	6	
domenica	7	
lunedì	8	Ultimo quarto
martedì	9	
mercoledì	10	
giovedì	11	
venerdì	12	
sabato	13	
domenica	14	
lunedì	15	Luna nuova
martedì	16	
mercoledì	17	
giovedì	18	
venerdì	19	
sabato	20	
domenica	21	
lunedì	22	Primo quarto
martedì	23	
mercoledì	24	
giovedì	25	
venerdì	26	
sabato	27	
domenica	28	
lunedì	29	Luna piena
martedì	30	
mercoledì	31	



Pollice verde

Consigli per l'orto a cura di VAYRA Giovanni

Con ottobre arriva l'autunno pieno e le giornate sono sempre più brevi. Le temperature calano ed il nostro orto ha ormai concluso quasi completamente il ciclo di produzione. Restano solo cavoli, cavolfiori e verze; sta ancora crescendo l'insalata per il periodo invernale mentre come potete osservare anche dalle immagini qui sopra è il grande momento di zucche e, sul finire del mese, dei dolcissimi kaki. Nei boschi vengono raccolti gli ultimi funghi ed in pianura è tempo di raccolta per i "chiodini" o , per dirla in dialetto piemontese, le "famiole", tra le quali sono particolarmente pregiate quelle raccolte nei boschi di robinie (o "gasie" in canavesano). Da questo mese inizia anche in alcuni casi la semina del frumento che produrrà, dopo un quieto risposo invernale, pane e pasta per il prossimo anno.

Riflessione

Le bugie sono per natura così feconde che una sola ne suole partorir cento . *(Carlo Goldoni)*

La ricetta del mese a cura di Gabriella

POLLO CON LE MELE COTOGNE

ORIGINE: MAROCCO
PREPARAZIONE: 1 ora
COTTURA: 1 ora e 40 minuti
INGREDIENTI PER 6-8 PERSONE
• 2 cipolle • 1 cucchiaino di cannella in polvere • 1 cucchiaio di zenzero in polvere • 1 pollo • 7 cucchiai di olio d'oliva • 2 mele cotogne • 2 limoni • 2 cucchiai di miele • sale e pepe a piacere

PREPARAZIONE

Sbucciate le cipolle e tagliatele a dadi non troppo piccoli. Mettetele da parte.

Tagliate il pollo in quarti e disossatelo, eccetto le ali e l'estremità inferiore delle cosce. Mettetelo da parte. Salate e pepate entrambi i lati del pollo. Versate 3 cucchiai di olio in una casseruola con la cipolla. Soffriggete 5-10 minuti a fuoco basso finchè la cipolla non si appassisca. Aggiungete la cannella e lo zenzero e mescolate. Disponete le porzioni di pollo sulla cipolla con la parte della pelle rivolta verso l'alto, coprite la casseruola e fate cuocere per 15-20 minuti a fuoco medio-basso. Girate i pezzi di pollo, coprite di nuovo e fate cuocere per altri 15-20 minuti. Se durante la cottura del pollo notate che si sta asciugando troppo, aggiungete un poco d'acqua, in maniera da evitare che la cipolla si attacchi sul fondo della casseruola. Togliete il pollo dalla casseruola e mettetelo da parte, in una pirofila. Lasciate la cipolla nella casseruola. Lavate le mele cotogne, tagliatele ognuna in quattro pezzi e mettetele in un pentolino con acqua in ebollizione e il succo di un limone. Fate bollire per 30 minuti. Scolate e togliete la parte centrale delle mele cotogne, quindi tagliate ogni pezzo in due. Versate 3 cucchiai di olio in una padella e quando è caldo friggete gli spicchi di mela cotogna finchè non siano dorati su entrambi i lati, facendo attenzione a non bruciarli. Togliete le mele cotogne dall'olio e fatele asciugare sulla carta da cucina per eliminare l'eccesso di grasso. Mettete di nuovo la casseruola con la cipolla sul fornello a fuoco medio e versateci gli spicchi di mela cotogna. Mescolate il succo di limone rimanente con 2 cucchiai di miele e versate tutto nella casseruola. Mescolate con attenzione affinchè gli spicchi di mela cotogna non si rompano. Fate cuocere per 25 minuti. Una volta ammorbidite le mele cotogne, versate il contenuto della casseruola nella pirofila, sul pollo e introducetela nel forno, che avrete preriscaldato a 180° per 10 minuti in modo da riscaldare il pollo

2012

NOVEMBRE

giovedì	1	Ognissanti
venerdì	2	Ricordo Defunti
sabato	3	
domenica	4	Vittoria
lunedì	5	
martedì	6	
mercoledì	7	Ultimo quarto
giovedì	8	
venerdì	9	
sabato	10	
domenica	11	
lunedì	12	
martedì	13	Luna nuova
mercoledì	14	
giovedì	15	
venerdì	16	
sabato	17	
domenica	18	
lunedì	19	
martedì	20	Primo quarto
mercoledì	21	
giovedì	22	
venerdì	23	
sabato	24	
domenica	25	
lunedì	26	
martedì	27	
mercoledì	28	Luna piena
giovedì	29	
venerdì	30	

Pollice verde

Consigli per l'orto a cura di Adriano MARTINETTO

Che squisitezza le castagne e che prelibatezza i funghi. Le prime le consumeremo ancora per buona parte dell'inverno, mentre i secondi sono ormai alla conclusione della loro stagione. Nell'orto è riposo completo, mentre nelle serre protette si pensa alla prossima stagione con le prime attente semine. Prosegue la semina del grano in pieno campo. Si possono ora trapiantare tutti gli alberi da frutto, rosai, ornamentali, rampicanti e siepi. La natura entra nel ciclo del riposo invernale. E' il momento giusto anche per piantare bulbi e rizomi a fioritura invernale o primaverile quali ad esempio : anemone, bucaneve, crocus, fresie, giacinti, gigli, iris, mughetti, narcisi, peonie, ranuncoli e tulipani.

Riflessione

In amore c'è sempre qualcuno che da un bacio e qualcuno che offre la guancia. *(Proverbio Francese)*

La ricetta del mese a cura di Agnese

ZUCCHINE ALLA SCAPECE

Si tratta di un contorno preparato friggendo le zucchine a rondelle e condendole con una marinatura fatta con aceto, aglio e menta fresca. Si dice che il nome zucchine alla scapece derivi dalla parola spagnola escabeche, che si riferisce alla preparazione di un piatto, sia esso bollito che fritto, che viene successivamente condito con una marinatura fatta con l'aceto.

ORIGINE: CAMPANIA
DIFFICOLTÀ:minima
PREPARAZIONE: 20 minuti
INGREDIENTI PER 4 PERSONE

• 500 gr di zucchine •2 spicchi di aglio •1/2 tazzina di aceto •menta •sale •olio q.b.

PREPARAZIONE

Preparare una marinata con l'aglio tagliato a pezzettini, la menta, il sale e l'aceto.
Lavare e spuntare le zucchine quindi tagliarle a rondelle sottili. Friggere le zucchine in olio extravergine d'oliva per qualche minuto.
Girare le zucchine e sollevarle man mano appena diventeranno ambrate.
Disporre le zucchine in un piatto e condirle con la marinata preparata in precedenza a cui avrete aggiunto 5 cucchiai dell'olio di frittura.
Mescolare delicatamente le zucchine alla scapece e farle riposare per qualche ora prima di servirle in tavola.

2012

DICEMBRE

sabato	1	
domenica	2	1^ Avvento
lunedì	3	
martedì	4	
mercoledì	5	
giovedì	6	Ultimo quarto
venerdì	7	
sabato	8	Immacolata
domenica	9	
lunedì	10	
martedì	11	
mercoledì	12	
giovedì	13	Luna nuova
venerdì	14	
sabato	15	
domenica	16	
lunedì	17	
martedì	18	
mercoledì	19	
giovedì	20	Primo quarto
venerdì	21	
sabato	22	
domenica	23	
lunedì	24	
martedì	25	Natale
mercoledì	26	S.Stefano
giovedì	27	
venerdì	28	Luna piena
sabato	29	
domenica	30	
lunedì	31	S.Silvestro

Buon Natale & Felice Anno

DESIDERATA

Va' serenamente in mezzo al rumore e alla fretta
e ricorda quanta pace ci può essere nel silenzio.
Finche' e' possibile senza doverti arrendere conserva
i buoni rapporti con tutti.
Di' la tua verità con calma e chiarezza, e ascolta gli altri,
anche il noioso e l'ignorante, anch'essi hanno una loro storia da raccontare.
Evita le persone prepotenti e aggressive, esse sono un tormento per lo spirito.
Se ti paragoni agli altri, puoi diventare vanitoso e aspro,
perchè sempre ci saranno persone superiori ed inferiori a te.
Rallegrati dei tuoi risultati come dei tuoi progetti.
Mantieniti interessato alla tua professione, benchè umile;
e' un vero tesoro rispetto alle vicende mutevoli del tempo.
Sii prudente nei tuoi affari, poichè il mondo e' pieno di inganno.
Ma questo non ti impedisca di vedere quanto c'è di buono;
molte persone lottano per alti ideali, e dappertutto la vita e' piena di eroismo.
Sii te stesso. Specialmente non fingere di amare.
E non essere cinico riguardo all'amore,
perchè a dispetto di ogni aridità e disillusione esso e' perenne come l'erba.
Accetta di buon grado l'insegnamento degli anni,
abbandonando riconoscente le cose della giovinezza.
Coltiva la forza d'animo per difenderti dall'improvvisa sfortuna.
Ma non angosciarti con fantasie.
Molte paure nascono dalla stanchezza e dalla solitudine.
Al di la' di ogni salutare disciplina, sii delicato con te stesso.
Tu sei un figlio dell'universo, non meno degli alberi e delle stelle;
tu hai un preciso diritto ad essere qui.
E che ti sia chiaro o no, senza dubbio l'universo va schiudendosi come dovrebbe.
Perciò sta in pace con Dio, comunque tu Lo concepisca,
e qualunque siano i tuoi travagli e le tue aspirazioni,
nella rumorosa confusione della vita conserva la tua pace con la tua anima.
Nonostante tutta la sua falsità il duro lavoro e i sogni infranti,
questo e' ancora un mondo meraviglioso. Sii prudente.
Fa di tutto per essere felice.