



NEWSLETTER 07-2015

Iscriviti QUI alla Newsletter del Biologico...e non solo!

...ora ci puoi visitare in Facebook!!



NOTIZIE DALL'EUROPA E DAL MONDO



CIBO ITALIANO, LA GUERRA (PERSA) DELL'ETICHETTA

*E mo' beccatevi l'aglio cinese senza sapere che è cinese....
GRAZIE, RENZI!!!!*

SCONTRO DI LOBBY: Mentre a Milano si celebra il Made in Italy con i primi eventi ufficiali dell'Expo, dalle etichette alimentari italiane scompare l'obbligo, vigente dal 1992, di indicare lo stabilimento di produzione del cibo. Per averlo, 23 anni fa l'Italia si era battuta a lungo con l'Unione Europea. Oggi, con la ridefinizione delle regole europee in tema di trasparenza per il consumatore (entrate in vigore a dicembre) le aziende che hanno sede legale in Italia non hanno più l'obbligo di specificare dove producono.

Di fronte al regolamento, la legge italiana è stata scavalcata e il governo non ha notificato al Bruxelles la volontà di mantenere la disciplina precedente. Poteva farlo con una semplice richiesta. Invece no.

SULLA QUESTIONE, NEI MESI SCORSI, è più volte intervenuto il Movimento 5 Stelle. Due giorni fa l'ultima interpellanza al ministro dello Sviluppo Federica Guidi e a quello delle Politiche agricole Maurizio Martina. *"L'UE dà gli indirizzi in materia, ma lascia anche libertà sulla base delle esigenze nazionali – spiega al Fatto la deputata Cinque Stelle Silvia Benedetto – E il governo perde tempo, nonostante il regolamento europeo sia stato licenziato nel 2011"*.



Neanche i ministeri sembrano essere concordi. Prima di Natale, con una lettera, il ministro Martina aveva sollecitato la Guidi a operare per la reintroduzione della norma.

A gennaio, la Guidi aveva replicato con l'annuncio di tavoli di lavoro per una *"equilibrata e unitaria posizione del governo"* da esprimere a livello europeo. *"Mi sembra un po' tardi – spiega ancora la Benedetto – Quanto ci vuole a inviare una lettera? La verità è che l'eliminazione della norma è importante per il comparto industriale: forse la Guidi non vuole scontentare le aziende che si fregiano del Made in Italy, ma non lo producono?"*.

LA PROTESTA DEL M5S

Il governo rinuncia a difendere consumatori e agricoltori e recepisce una norma europea che consente di indicare solo la sede legale dell'azienda e non dov'è la produzione

Rimuovere l'obbligo di indicare il luogo di produzione, infatti, permette di delocalizzare la lavorazione, di spostare all'estero fabbriche e operai e intanto continuare a godere dello status di marchio italiano. A spiegarlo al Fatto è Vito Gulli, presidente dell'azienda *Asdomar* (il tonno a filetti) che, nel 2014, ha fatturato 190 milioni di euro ed ha acquisito *Manzotin e De Rica*. Gulli ha due stabilimenti, uno in Italia per la produzione del tonno e uno in Portogallo per le altre varietà di pesce. *"Per me sarebbe facile non indicare più il luogo di produzione – spiega il paradosso – Potrei produrre tutto in Portogallo e far credere agli italiani che invece sono ancora qui. E mi crederebbero, forte di tutte le campagne per la tutela del Made in Italy che ho sostenuto fino ad oggi"*.

L'eliminazione di questa norma incentiva quindi le multinazionali che vogliono i benefici del Made in Italy senza pagarne il giusto costo: comprano un marchio, lasciano in Italia la sede legale e poi spostano la produzione dove è più conveniente. "È l'Italian Sounding fatto in Italia. Si spaccia come italiano un prodotto che di italiano non ha proprio più nulla: nè le materie prime, nè il valore aggiunto".

A confermare la tesi di Gulli, ci sono gli ultimi dati della Coldiretti: il 33 per cento delle materie prime del settore alimentare italiano viene dall'estero. Due prosciutti su tre sono prodotti con maiali allevati in altri Paesi, tre cartoni di latte a lunga conservazione su quattro sono stranieri e oltre un terzo della pasta è ottenuto con grano non coltivato in Italia. Delle mozzarelle, la metà è prodotta con latte e cagliate straniere.

"Non siamo un paese produttore di materie prime e non abbiamo l'obbligo di indicarne la provenienza, se non per alcuni tipi di prodotti come la carne – spiega Vito Gulli – Ci rimangono solo la manifattura, la tecnica e la produzione. Se tutti se ne vanno, e le regole europee e italiane lo permettono, non ci resta nulla. Un paese senza operai e senza contadini è destinato a morire". A Portici, in Campania, c'è l'Istituto Zooprofilattico del Mezzogiorno. È un Ente sanitario di diritto pubblico per il controllo della sanità animale e la qualità degli alimenti. Di fronte alle frequenti inchieste che coinvolgono la mozzarella di bufala campana, e dopo l'emergenza della "Terra dei Fuochi", l'Istituto ha elaborato un sistema regionale di tracciabilità degli operatori della filiera casearia bufalina che permette di risalire a tutti i produttori, e quindi alla loro provenienza.

"Indicare il luogo di produzione - spiega il commissario dell'istituto Antonio Limone - è fondamentale nei casi di emergenze sanitarie, ma anche nel controllo preventivo delle produzioni in zone di rischio". L'obbligo di mantenere il numero del lotto di produzione non basta. "Con l'eliminazione della norma si cammina bendati: controllare diventa più difficile e c'è spreco di tempo, risorse e soldi. E il consumatore è ingannato".

Proprio un consumatore, nel 2013, ha fondato un blog per spiegare agli utenti come risparmiare acquistando prodotti non di marca, che provenivano però dagli stessi stabilimenti produttivi. "Quando mi sono accorto che il regolamento europeo minacciava la norma italiana — racconta Raffaele Brogna, bolognese e papà di due bambini — ho lanciato l'iniziativa "Io leggo l'etichetta". Ha raccolto più di 20mila firme, è stato sostenuto da deputati PD e 5Stelle, ha chiesto ai marchi della grande distribuzione l'impegno di indicare ancora in etichetta il luogo di produzione.

Alla chiamata, via Pec, hanno risposto, tra gli altri, Conad, Selex, Coop, Simply, Auchan, Eurospin, Todis, Amica Chips e Conserve Italia (produttrice di Valfrutta e Cirio). Ma sono più di settanta le aziende e i distributori che mancano: tra tutti, Esselunga, Carrefour, Lidl, Sisa, Sigma, Crai, Multi, Divella, Alce Nero, De Cecco, Paluani, Sammontana, Galbusera, Bauli, Orogel, Rana e GrissinBon. **Il governo sembra pensare più agli interessi di quelle del secondo gruppo.**

(scritto da Virginia Della Sala su [Il Fatto Quotidiano](#) – febbraio 2015)

"IL TRUCCO DEL PESTO". STORIA VERA DI FANTA-ORTAGGI SCOLASTICI

Che fine fanno ortaggi e frutta coltivati negli orti scolastici? Alunni e insegnanti per legge non possono consumare in mensa il prodotto del loro lavoro, ma in una scuola milanese hanno un "segreto" per aggirare l'ostacolo senza sprecare il cibo e far comunque felici i bambini.

Come è possibile gestire il divieto di mangiare a scuola ciò che si coltiva nell'orto scolastico senza frustrare le attese dei bambini coltivatori. Un'idea sono le pratiche virtuose dell'Istituto Comprensivo Calvino di Milano dove i ragazzi dei tre plessi, scuola d'infanzia e primarie di primo e secondo grado, da tempo si cimentano con la coltivazione di due orti. Qui preside insegnanti e genitori credono nella pratica della coltivazione come efficace mezzo educativo:



dalla semina all'atto finale della raccolta, il segreto per sconfiggere i "capricci alimentari" e le tipiche resistenze infantili – come il rifiuto di verdure e minestrone- sembra proprio essere quella della partecipazione attiva degli alunni che, chiamati a sporcarsi le mani di terra in prima persona, capiscono il valore del cibo e l'importanza di non sprecarlo.

Un'insegnante della scuola si è inventata un modo per aggirare - nel pieno rispetto delle regole imposte per la ristorazione a scuola - gli ostacoli al consumo in mensa della frutta e della verdura coltivata negli orti scolastici. *"La nostra scuola tre anni fa partecipo' ad un progetto triennale promosso dalla Fondazione Catella/Comune di Milano/Università Bicocca che ha lo scopo di dimostrare la validità di coltivare un orto a scuola. La Fondazione ha installato dei cassoni completi di impianto d'irrigazione nel giardino della scuola Media di via Frigia, vicinissimi anche alla primaria ma purtroppo lontani dalla scuola dell'infanzia. Io però, che non voglio mai perdermi occasioni come queste, ho deciso di aderire ugualmente con un'altra sezione.*

Ci siamo fatti dare i permessi dai genitori e periodicamente ci recavamo all'orto per seminare-innaffiare-raccogliere. Immediatamente i genitori hanno captato l'entusiasmo di bambini e maestre e nel giro di poco tempo ci hanno aiutato a costruire un orto davanti alla nostra finestra. Tanti papà giovani e volenterosi, utilizzando materiale di scarto di un falegname ci hanno installato 5 piccoli cassoncini di legno riciclato! Perché l'orto è significativo se lo si ha sotto gli occhi tutti i giorni. Abbiamo seminato e raccolto una moltitudine di ortaggi in questi anni e per rendere tutto significativo io e la mia collega abbiamo sempre messo in atto un grande escamotage!!

Sì perché le regole di Milano Ristorazione sul consumo di cibo all'interno delle mense scolastiche sono rigide e non ammettono deroghe. Ecco cosa facciamo: guardiamo sul menù quando c'è per esempio il pesto. In quel giorno andiamo nell'orto con i bambini, raccogliamo il basilico e l'aglio, prepariamo il sugo con gli ingredienti raccolti, aggiungendo quelli mancanti, poi una parte la portiamo alle scodellatrici alle quali chiediamo di cucinarcela. L'altra parte viene portata a casa.

Ovviamente le scodellatrici poi ci daranno il pesto di Milano Ristorazione e non quello fatto da noi... però intanto loro mangiano tutto! Abbiamo fatto così con carote zucchine pomodori mais, melanzane, insalata, rapanelli, menta, basilico, salvia, zucca. Nel caso delle verdure semplici non si spreca nulla perché quelle che portiamo alle scodellatrici loro poi me le ridanno e le confezionano in sacchetti sempre da portare a casa.

La cosa interessante sono i racconti dei bambini il giorno dopo: chi ha fatto il risotto con la zucca, chi l'insalata con le carote. Chi racconta di improbabili furti da parte dei fratelli...di mamme che hanno voluto mangiarsi tutto il pomodoro da sole!! C'è una piccola parte di "inganno", ma mi sembra un buon compromesso per rendere utile la fatica che si fa a coltivare e per non sprecare i prodotti dell'orto. Se c'è un coinvolgimento emotivo i bambini hanno uno stimolo in più per assaggiare i cibi ostici come le verdure".

Il coinvolgimento in tutti e tre i plessi scolastici è palpabile; alla scuola d'infanzia, grazie all'aiuto di genitori e nonni volontari, è stato realizzato un piccolo ma fornito orto in cassoni e i risultati, sia da un punto di vista pratico, vale a dire nella lotta allo spreco di cibo, sia da un punto di vista educativo che abbraccia anche altri aspetti, sono diversi:

"Rispetto a quello della scuola d'infanzia, alle medie l'approccio è più "agreste" con un taglio più scientifico - ci spiega ancora la maestra da noi interpellata - loro hanno l'ortista che insegna le caratteristiche delle piante, i tempi di semina e raccolto, perché una pianta è morta o si è ammalata. Per i bambini più piccoli l'approccio più giusto è quello pratico, strettamente legato alla cura dell'orto. Anche la primaria e le medie raccolgono frutta e ortaggi e la portano a casa! Quest'estate a luglio, ad esempio, chi è rimasto in città ha raccolto la frutta e verdura che altrimenti sarebbe andata persa...".

Contro lo spreco di cibo si può far molto, partendo da qui, dai bambini e un orto in cassoni curato con dedizione e tanto, tanto divertimento.

(da [Eco dalle Città](#) - gennaio 2015)



Progetto EIDCS
genesi di un leggendario
nella Bassa
Padovana



FEASR



REGIONE DEL VENETO



Fondo europeo agricolo
per lo sviluppo rurale:
l'Europa investe
nelle zone rurali



Veneto
Tra la terra e il cielo
www.veneto.eu



Antica Festa di San Valentino

14 febbraio 2015
ore 20 patronato di San Siro

CENA MEDIEVALE

CON PRODOTTI BIOLOGICI E A KM ZERO

BRODETTO DELLE FOGLIE MINUTE
RAVIOLI BIANCHI CON CANNELLA E BURRO FUSO

MAIALETTO ARROSTO
CON SALSINA CANNELLINA E PEVARADA

PURÈ DI FAVE
BROCCOLO PADOVANO SOFEGÀ

PANE DI SAN VALENTINO

VINO BIANCO E ROSSO LANCILLOTTO DI SAN SIRO

DOLCE AL MIELE E ALL'ACQUA DI ROSE
FRUTTA SECCA E VIN BRULÈ

Costo adulti €18 bambini € 9

Il ricavato sarà devoluto al nido e alla scuola dell'infanzia
di San Siro. Prenotazione obbligatoria 3401529413 e 0495344047

Iniziativa finanziata dal Programma di Sviluppo Rurale per il Veneto 2007 - 2013, Asse 4 - Leader
Organismo responsabile dell'informazione: Comune di Este
Autorità di Gestione: Regione Veneto - Direzione Piani e
Programmi Settore Primario

PATRONATO di SAN SIRO - Via Benedetto Cairoli, 2

35023 SAN SIRO DI BAGNOLI DI SOPRA (PD)

COME SCEGLIERE LA FARINA MIGLIORE

Dopo la pubblicazione del dossier «*Da dove viene la tua farina?*» sul numero di gennaio di Terra Nuova, alcuni lettori ci hanno chiesto un approfondimento su come riconoscere una farina di qualità. Ecco un breve vademecum.

La farina peggiore è sicuramente la 00, oppure la Manitoba, che si trovano al supermercato: quattro volte su cinque saranno d'importazione, macinate a cilindri, candeggiate, e ricavate da grani moderni che hanno un contenuto elevato di glutine.

Si riconoscono facilmente perché sono bianche come la calce. Subito dopo viene la farina integrale ricostituita, che viene usata più che altro per i pani a cassetta finti integrali, ma a volte viene venduta anche come mix per prodotti da forno.

In genere deriva da agricoltura convenzionale e sostanzialmente è equivalente alla 00, l'unica differenza è che sono state reintrodotte le crusche. All'occhio si presenta come calce bianca con delle scaglie abbastanza distinte. Sono da evitare infine tutti i mix con miglioratori e lieviti inclusi. Fatte queste debite premesse, passiamo alle 4 regole d'oro per scegliere una farina di qualità.



1. Certificazione biologica. Se proprio dovete acquistare la farina al supermercato, scegliete quella biologica, che quantomeno è stata prodotta rispettando l'ambiente e non contiene residui di pesticidi, in parte responsabili per l'aumento delle intolleranze. Nella grande distribuzione, però, in genere le farine bio provengono da varietà di grano moderne, proprio come le farine convenzionali; sono inoltre coltivate con metodi industriali e macinate con mulini a cilindri, perciò sono di fatto 00 o comunque molto chiare. Al limite si possono utilizzare occasionalmente per «tenere insieme» le farine più veraci e contadine, avendo un alto contenuto di glutine. Acquistare presso i negozi biologici specializzati offre maggiori garanzie di qualità.

2. Bando allo 00, largo alla varietà. Se vogliamo una farina davvero buona, però, ci conviene cercare un prodotto bio che non sia 00: una 0, una 1, una 2 andranno benissimo. Poi possiamo spaziare sulle varietà: grano duro e tenero, ma anche farro, avena, segale, mais, miglio, se possibile in sinergia. Va tenuto conto che il minimo comune denominatore, che tiene insieme farine più «deboli» in glutine e quindi con una minor tenuta dell'impasto, sarà la farina di grano tenero 0. Anche la farina di farro, sempre di tipo 0, può svolgere più che dignitosamente questo ruolo, e in più è estremamente salutare.

3. Un mulino di qualità. Purtroppo in etichetta sono riportate solo poche informazioni, quindi per avere maggiori dettagli sulle farine la cosa migliore è rivolgere al punto vendita, o al vostro fornitore qualche domanda in più. Com'è stato macinato il grano? Se è stato macinato a cilindri, con quanti cilindri? Il germe è stato estratto o è ancora presente? Se si tratta di un mulino industriale con più di 30 cilindri, che estrae il germe, allora la vostra farina zero o integrale non avrà tutti i nutrienti giusti. Se invece è un mulino artigianale e tiene il germe, siamo sulla buona strada.

Se poi si tratta di un mulino a pietra ancora meglio. Domanda successiva: viene utilizzata una pietra naturale o agglomerata? Nel secondo caso poco male, magari consigliate al vostro mugnaio di passare alla pietra naturale. Se è una pietra naturale allora... bingo! Avete una farina extra. Se poi il mulino è a trazione idraulica, la vostra farina extra è pure a impatto zero.

4. La giusta varietà di cereale. L'ultima tappa è quella di interpellare l'agricoltore: da quali varietà di grano proviene la farina? Si tratta di varietà moderne come il Cresco, il Bolero, il Pandas, oppure antiche, come il Verna, il Francia, il Solina, il Gentilrosso, il Senatore Cappelli, il Saragolla...? Se trovate un insieme di più varietà antiche bene, se è un grano antico al 100% meglio ancora: avendo un basso contenuto di glutine è più sano, ma dovrete essere particolarmente bravi voi a impastare.

Il farro è sempre una scelta buona, ma è ancora più interessante quello *monococco* o *dicocco*, coltivato dai nostri antenati in Mesopotamia. Se poi il seme viene riprodotto dall'agricoltore anziché esser comperato al consorzio, abbiamo raggiunto il massimo anche in questo ambito.

Riassumendo: evitate a tutti i costi il convenzionale del supermercato. La farina migliore è, in ordine d'importanza: biologica, integrale o bigia, macinata a pietra a trazione idraulica, proveniente da grani antichi autoctoni con seme riprodotto dal coltivatore.

(dalla Newsletter di [Terra Nuova](#) - febbraio 2015)

TERRA SCHIAVA. TERRA LIBERA.

La terra è in catene. E quelle catene si chiamano Tempo, Denaro, Velocità, Fretta. Tutte cose che la Terra non conosce. Sono invenzioni dell'uomo.

La terra è schiava: deve produrre frutti che non produrrebbe mai in stagioni che non sono le sue, sbrigarsi a concepire figli che non conosce e partorire creature malate e modificare il cui scopo non è più quello di nutrire ma di generare soldi.

La terra è privata della sua vita, del suo tempo lento, necessario a ripetere e mantenere il suo ciclo vitale. Non le viene concesso di fecondarsi, difendersi, riprodursi e vivere autonomamente e naturalmente così come Natura vorrebbe.



I frutti devono crescere su presto, nel minore tempo possibile, essere gonfiati, raccolti, trasportati e venduti in supermercati pieni di gente che distrattamente e velocemente comprano senza neppure sapere. Così come velocemente, e distrattamente, consumano.

Chi conosce più, ormai, i tempi della terra? Chi sa quanto ci vuole perché un cavolfiore (creatura splendida se solo ci soffermassimo a guardarla da vicino) emerga dalla terra, inizi la sua lotta contro i bruchi, la vinca, inizi a circondarsi delle sue meravigliose foglie, inizi a trasformarsi in fiore, si offra a noi?

Ci vuole un tempo che è quello della terra. Non il nostro tempo sottomesso alle logiche del profitto e della quantità. Ci vuole il tempo della ragione, della natura, della sostanza e della qualità. Quello del giusto, del poco, del moderato, del necessario, del vero, spontaneo e genuino. L'orto sinergico è lento. E' più lento rispetto agli altri orti. Le cose crescono lentamente, sono più piccole, meno belle. Meraviglioso ma lento.

Questo era il mio pensiero di qualche giorno fa. Il pensiero, però, è distorto dalla logica a cui sono stata abituata, dalla logica che controlla le nostre vite e le nostre menti, i nostri comportamenti e perfino le nostre relazioni.

Ma la terra non può essere lenta se diamo a questo aggettivo un'accezione negativa. La terra non può essere altro che giusta. I tempi della terra non possono essere troppo lenti, inadeguati e i suoi frutti non possono che essere belli. Sempre. La mia è una terra libera. Nell'orto sinergico la terra si è liberata, non è più schiava, si esprime per quello che vuole essere.

Non più disturbata, areata, mossa, compressa, sottomessa. Libera di essere se stessa. L'orto sinergico è dove la terra si libera dalle catene che le abbiamo imposto e dove, liberata, invita anche noi a farlo. Ogni giorno. Anche fuori dal nostro piccolo orto.

(da [Vivere Basso Pensare Alto/Low Living High Thinking](#) - febbraio 2015)



COMUNICATO STAMPA: **PIOVE DI SACCO – 6 FEBBRAIO: IL MALTEMPO CAUSA** **GRAVI DANNI NEI TERRENI DELLA COOPERATIVA** **SOCIALE CARESÀ**

"Tre serre distrutte, parte del raccolto a rischio. Chiediamo aiuto a tutti voi"
dichiara Sara Tognato, presidente della Cooperativa Caresà.

"Tre delle nostre serre sono state gravemente danneggiate" - spiega Sara Tognato, presidente della cooperativa - "Sulla serra nuova, costruita tra febbraio e aprile del 2014, i danni sono ingenti sia sul film plastico, da sostituire completamente, sia sulla struttura in acciaio. Le altre due presentano la rottura del film plastico e della struttura in molti punti e purtroppo la distruzione di alcuni ortaggi. Stimiamo danni per 8000 euro che per noi vuol dire appesantire l'andamento economico della cooperativa".

"Quello che ci preoccupa" – prosegue – "non è tanto l'ipotesi della perdita di parte del raccolto, quanto l'esborso imprevisto per ricostruire le serre e ristabilire la superficie protetta a disposizione delle colture primaverili che potrebbe inficiare l'avvio di nuove assunzioni di adulti in situazione di fragilità sociale in parte già programmate per quest'anno".



Caresà è, infatti, riconosciuta sul territorio come l'azienda che cerca di veicolare un'economia di valore, quale ideale di riferimento con attenzione ai bisogni e alle potenzialità dei singoli includendoli in percorsi di lavoro che consentono loro di emanciparsi e di trovare nell'attività lavorativa un pò di serenità e di soddisfazione.



"Chiediamo a tutti voi che ci avete sempre sostenuti in questi sei anni" – prosegue Sara Tognato – "di aiutarci a ricomprare al più presto le nostre serre e dimenticare questa brutta avventura, trasformandola così in un'occasione per avvicinarci e sentirci tutti una squadra che lavora per il bene della cooperativa".

Chi volesse inviare il proprio contributo può fare riferimento alle seguenti coordinate:

C/C intestato a "Caresà Società Cooperativa Sociale
Impresa Sociale Onlus"

presso Banca di Credito Cooperativo di Piove di Sacco
Sede Centrale Via Valerio, 78
35028 PIOVE DI SACCO (PD)

Codice IBAN:

IT 83J 08728 62740 000 000 289667

INFO:

Caresà – Società Cooperativa Sociale Impresa Sociale
via Porto Inferiore, 2 - 35020 BRUGINE (PD)

CONTATTI:

Sara Tognato: 348-7580206

Giovanni Badan: 348-3467529

E-mail: info@caresa.it -- Web: www.caresa.it

Facebook: www.facebook.com/caresa.web

Comunicazione-RossanaCertini: r.certini@gmail.com



**UN GRAZIE RICONOSCENTE A TUTTI GLI
AMICI!!!!**

PROGETTO "ADESSO PASTA!" 2015

Nell'anno 2013-14 il numero dei GAS che ha aderito al progetto di economia solidale Adesso Pasta! è **umentato da 47 a 61**, e c'è stato un incremento dell'ammontare degli acquisti collettivi dei GAS, passati da 242.000 a circa 255.000 euro.



I GAS e la [Cooperativa La Terra e Il Cielo](#) si ritrovano, in un incontro aperto a tutti gli interessati, **sabato 28 febbraio e domenica 1° marzo** per condividere il listino *Adesso Pasta!* per l'anno 2015, decidere assieme come destinare il fondo di solidarietà (circa 4400 €) generato dagli acquisti collettivi dei GAS e pensare a come diffondere e condividere il progetto con altri GAS.

[CLICCA QUI PER IL PROGRAMMA DELLE DUE GIORNATE](#)

SITO MATO?! 2015



In questi giorni stiamo iniziando a pianificare la produzione dei pomodori per la nostra passata apprezzata, che, come ogni anno, sarà distribuita a partire da settembre. Invitiamo pertanto tutti i soci interessati a farci sapere quanti vasetti intendono acquistare, compilando il modulo di pre-adesione che si trova [a questo link](#).

Vi ricordiamo che queste "prenotazioni" non rappresentano un impegno all'acquisto, ma ci aiutano a capire qual è la richiesta complessiva: in questo modo possiamo renderci conto di quanti kg di pomodoro saranno necessari per soddisfare le richieste.

Per maggiori informazioni potete visitare il sito www.apprezziamolo.it, oppure scrivere una mail a: apprezziamolo@biorekk.org.

(da BioRekk - febbraio 2015)

RASSEGNA LA TAVOLA DEL TEMPO **19 FEBBRAIO: LA SAGGEZZA DEL BROCCOLO**

Il prossimo appuntamento della rassegna in collaborazione con El Tamiso sarà **giovedì 19 febbraio** e sarà dedicata al broccolo.

Alla serata parteciperanno Elisa Nicolè, della [Cooperativa Polis Nova](#), e Franco Zecchinato, presidente della [Cooperativa El Tamiso](#), che ci spiegheranno come si sta sviluppando il [Progetto Ecotipi](#), un progetto di studio, di recupero, rivalutazione e moltiplicazione di alcune varietà di sementi antiche e locali.

Ecco il menu della serata:

- ❖ *antipasto: millefoglie di pane carasau con broccolo padovano, formaggio fresco e nocciole;*
- ❖ *primo: ribollita toscana con cavolo nero e verza;*
- ❖ *secondo: bis di polpettone di patate con broccolo e scamorza affumicata e involtino di verza con riso, tempeh e verdure, accompagnato da insalatina di cappuccio verde e rosso, carote e semi;*
- ❖ *assaggi di dolce (niente broccoli e cavoli nel dolce, garantito!).*

Il costo della serata è di € 25, con acqua e vino della casa inclusi, e la cena è prevista per le ore 20,00.



Per informazioni e prenotazioni, scrivete a:
info@osteriadifuoriporta.it
oppure telefonateci allo 049-616899.



(da Osteria di Fuori Porta – febbraio 2015)

UN GIORNO DI SOLA FRUTTA

E se un giorno a settimana proponessimo solo frutta???

Facciamo un esempio: creiamo l'evento il mercoledì, in cui si invitano i membri del gruppo Facebook a partecipare. Ciascuno, da casa o dal proprio luogo di lavoro, durante e a fine giornata, scrive le proprie impressioni, sensazioni fisiche e mentali. S

crivendo e ricevendo consensi, otterrà rinforzi positivi. Ognuno scriverà anche cosa mangia, postando eventualmente fotografie. E' partita così l'iniziativa, con una banale domanda nel social network più famoso. E frutta è stata! Si è svolto il 21 Gennaio, in via del tutto sperimentale, il *FRUIT DAY*: un giorno settimanale fatto di alimentazione di sola frutta! Un evento promosso all'interno del gruppo Facebook La Spezia Veg(etariana), in cui quasi 260 partecipanti hanno omaggiato la natura attraverso questa scelta: mangiare solo frutta per 24 ore. Vi pare poco?

Se pensate di mettere da parte cereali, legumi, sale, olio...e verdure...beh tanto riconoscimento al loro coraggio! L'evento è stato virtuale: ognuno ha raccontato la propria esperienza in diretta, dal risveglio fino alla cena, con l'esposizione di numerose fotografie: frutta e composizioni di frutta. Dove la creatività sposa quel profondo senso di appartenenza alla nostra natura.

Salvatore ci scrive: *"Oggi ho mangiato solo frutta, non è stata la prima volta, ma è sempre piacevole. Ci si sente leggeri, per nulla affamati (se si ha fame si mangia un altro frutto), personalmente non ho provato freddo o altre sensazioni spiacevoli.*

Un'unica cosa: all'avvicinarsi dell'ora del pranzo e della cena ho avuto qualche pensiero "birichino" a qualcosa di salato, ma è solo uno schema mentale, lo so.

Non so se diventerò mai fruttariano, ma di sicuro di tanto in tanto farò delle giornate come questa per depurarmi e sentirmi bene".



Le parole dell'amica Lisa:

"Da mesi è nato dentro di me un forte interesse nei confronti del fruttarismo; ho comprato libri e ascoltato interviste e testimonianze, quindi quale migliore occasione per mettersi personalmente in gioco se non in questa fantastica iniziativa del FRUIT-DAY?!

La sensazione di sentirsi parte di un tutto data dal fatto di condividere questa esperienza con tante altre persone è ciò che mi ha fatto affrontare questa giornata con il massimo dell'entusiasmo!

Nessuna difficoltà per quanto riguarda colazione e spuntini, in quanto abitualmente sono a base di frutta; un po' più di "smarrimento" a pranzo e a cena; mentre durante la mattinata mi sono sentita carica di energia e molto attiva mentalmente, dopo pranzo la sensazione è stata quella di una sorta di "appannamento" mentale, come se fossi stata un po' ubriaca, ma credo sia assolutamente normale, visto che il corpo si è ritrovato all'improvviso a dover funzionare usando un "combustibile" diverso dal solito.

Ho comunque lavorato tutto il giorno senza alcuna stanchezza. Non ho avuto attacchi di fame, ma nel pomeriggio hanno provato a farsi sentire "voglie" di cibi salati e cereali. Spero che il FRUIT-DAY diventi un appuntamento settimanale e che possa rappresentare il primo gradino per compiere un altro passo avanti nella conoscenza di noi stessi e del modo più naturale e giusto di alimentarsi... forse non diventeremo fruttariani, ma magari arriveremo a sentire sempre più forte in noi il desiderio di sostituire molti pasti tradizionali (vegan) con la frutta. Grazie a tutti".



E che dire di Stefania? Tanto sintetica quanto profonda: *"Ho osato! Mi son fatta guidare dal mio istinto, è il corpo che ti dà i suggerimenti giusti senza essere sempre automi che fanno le stesse cose e sempre ai soliti ritmi, ti dà varie soluzioni me ne sono già accorta con l'alimentazione vegana, una volta non avrei mai pensato di fare certi "esperimenti"".*

Ma torniamo a noi, quanti sono i luoghi comuni che circoscrivono la consapevolezza fruttariana? O meglio, quante false ragioni ci inducono ad aver timore di accettare la frutta come alimento unico e completo per

i nostri pasti? Sono diverse. Eccone alcune, tratte principalmente dal tormento quotidiano che i falsi miti creano quando ci sediamo a tavola.

1) *La frutta è troppo zuccherina, si rischia di "alzare la glicemia"!*

Ecco, se a tavola qualcuno afferma ciò, state sicuri che ha appena mangiato un bel primo fatto di pasta, che anche integrale, conserva un indice glicemico piuttosto alto e non salutare per il nostro corpo. La verità? Semplice: la frutta è l'alimento che, insieme a tanti tipi di verdura, ha l'indice glicemico più basso. La frutta è molto zuccherina, ma lo zucchero in essa contenuto (fruttosio) predispone il corpo ad un assorbimento modulato per cui non vi sono picchi glicemici e sforzi per il pancreas.

Questo è vero quando lo zucchero viene assunto nel suo contesto naturale: mangiando frutta intera quindi e NON quando lo zucchero viene estratto e trasferito in bustina sotto nome di "fruttosio". Il vero problema per la glicemia è la pasta, il pane bianco, le patate, i cornflakes.....non la frutta!.....[continua QUI la lettura dell'articolo](#)....

(da VeganOK-Network News di [Promiseland](#) – febbraio 2015)

Biofach 2015 - Norimberga



Mercoledì scorso 9 febbraio una piccola delegazione de "El Tamiso" è andata a Norimberga a visitare il "Biofach", fiera internazionale dell'agricoltura biologica. Questa piccola missione aveva alcuni obiettivi prioritari tra i quali approfondire la conoscenza e i rapporti con alcuni fornitori e avere la possibilità di prendere atto dello stato dell'evoluzione del mercato biologico internazionale.

Per quanto riguarda il primo obiettivo, possiamo dire che sono stati approfonditi alcuni contatti e sono state messe le basi per una nuova proposta di condivisione di principi (non solo legati alle tecniche biologiche in senso stretto ma anche legati alla responsabilità sociale della produzione) di cui avremo modo di parlare in maniera più completa e concreta entro pochi mesi.

La visione che ci portiamo a casa del mondo del biologico internazionale, invece, ha destato una grande preoccupazione. Nelle diverse annate della manifestazione, ed in particolar modo nell'ultimo anno, si è vista una drastica riduzione della presenza di produttori e gruppi di produttori, con una netta predominanza di importatori, distributori, trasformatori. Allo stesso tempo le forme di comunicazione scelte mirano sempre di più a comunicare un prodotto "sano per la salute del corpo e l'alimentazione", tralasciando i principi di sostenibilità ambientale e sociale del metodo di produzione.

Scompaiono via via dalle etichette le indicazioni rispetto ai paesi di origine della materia prima, livellandosi verso un bassissimo livello di comunicazione e trasparenza (l'esempio più semplice che possiamo fare è che, nella stragrande maggioranza dei casi, la definizione del territorio di origine della materia prima riportato al di sotto del logo del biologico non è più relativo ad una singola nazione ma, in maniera molto più generale, all'Unione Europea o a fuori Unione Europea, per cui la domanda "ma da dove viene quel che mangio?" non trova alcuna risposta!).

In questo senso ci siamo convinti che occorrerà individuare, nel più breve tempo possibile, dei partner che condividano i nostri principi, per riportare l'attenzione su questi temi che noi riteniamo fondamentali, per valorizzare il lavoro dei nostri soci e dei singoli produttori presenti in ogni parte del mondo e per fare in modo che biologico non si trasformi solo in "convenzionale a residuo zero".

(dal Bollettino mensile de [El Tamiso](#) – febbraio 2015)

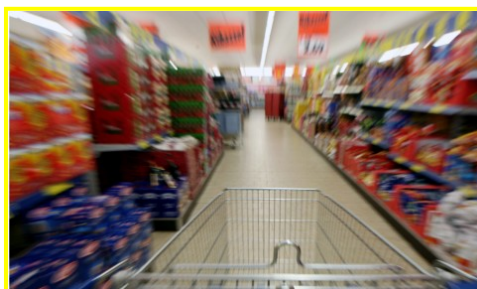
SPRECO ALIMENTARE: SEMPRE PIÙ VICINA LA NORMATIVA PER UTILIZZARE AL MEGLIO I PRODOTTI INVENDUTI

«Finalmente è in vista la semplificazione normativa per gli alimenti invenduti».

A diffondere la bella notizia è il presidente di Last Minute Market Andrea Segrè, coordinatore del comitato tecnico scientifico attivato dal Ministero dell'Ambiente per la prevenzione dei rifiuti e dello spreco di cibo:

«Una procedura che consentirà finalmente di favorire e incentivare la donazione delle eccedenze e dei prodotti alimentari invenduti lungo la filiera, attraverso la semplificazione, razionalizzazione e armonizzazione del quadro di riferimento – procedurale, fiscale, igienico-sanitario – che disciplina il settore».

Una buona notizia che non può che rallegrarci: lo spreco non è solamente una vergogna non più tollerabile, ma è anche una pratica insostenibile dal punto di vista ambientale. Ce lo racconta per l'ennesima volta la FAO, con i dati resi noti nel rapporto [Food wastage footprint. Impacts on natural resources](#), divulgato nel 2013 dal Dipartimento di gestione ambientale e delle risorse naturali dell'organizzazione internazionale.



Per farci un'idea, [**L'impronta di carbonio del cibo prodotto ma non mangiato e quindi sprecato ogni anno, viene stimata in 3,3 miliardi di tonnellate di Co₂**](#). Per farvi un'idea più chiara questa mole di Co₂ pone lo spreco di risorse alimentari sprecate al terzo posto nella classifica dei maggiori emettitori anidride carbonica. Le prime due posizioni vanno a Cina e Stati Uniti.

E l'acqua? Il consumo collegato allo spreco alimentare è di circa 250 km cubici: tre volte il volume delle acque del lago di Ginevra. Una curiosità? Il cibo prodotto e sprecato occupa quasi 1,4 miliardi di ettari di terra, il 30% della superficie occupata da terre agricole a livello mondiale. Il diretto costo economico dello spreco alimentare dei prodotti agricoli (escluso i prodotti del pescato) viene valutato sui 750 miliardi di dollari, una cifra equivalente al Pil della Svizzera.

Per fortuna gli italiani paiono essere in controtendenza. Lo dice l'indagine realizzata nel 2014 da GfK Eurisko con la collaborazione di Auchan e Simply. Il 54% afferma di controllare quotidianamente il frigorifero, il 65% controlla almeno una volta al mese la dispensa, solo il 36% dichiara di attenersi rigorosamente alla data di scadenza dei prodotti riservandosi di valutare personalmente la qualità/freschezza dei prodotti scaduti prima di buttarli. E il 45% si dichiara favorevole alla vendita a prezzi scontati di alimentari non deperibili scaduti.

La ricerca ci fornisce anche nuovi dati sullo spreco alimentare domestico in Italia: ogni anno in media una famiglia italiana butta 49 kg di cibo, complessivamente vengono sprecati 1,19 milioni di tonnellate di alimenti. In termini economici questo corrisponde a circa 7,65 miliardi di euro (316 € per famiglia). L'indagine ha anche "pesato" lo spreco annuale per le diverse tipologie di alimenti. Gli sprechi maggiori riguardano la verdura (10,7 kg), la frutta (9,9 kg), il pane (9,1 kg), e la pasta (6,0 kg) mentre minori risultano le quantità sprecate per gli alimenti più costosi: carne (4,5 kg), formaggi (2,1 kg), pesce (1,8 kg), surgelati (1,8 kg) e salumi (1,2).

Davvero vogliamo buttare via tutta questo cibo? Che cosa vi proponiamo in alternativa?:

- [**La nostra Agenda utile per imparare a fare la spesa**](#)
- [**La guida gratuita **Il nostro spreco quotidiano, come smettere di buttar via cibo e risorse****](#)
- [**E i corsi del Master of Food A lezione di buono, pulito e giusto.**](#)

(da [Slow Food](#) – febbraio 2015)

DICIAMO BASTA AI VITALIZI DEI CONSIGLIERI REGIONALI!

Ogni ex consigliere percepisce annualmente un vitalizio che può arrivare oltre i 70mila euro.

Chiunque abbia prestato servizio come consigliere regionale, ed abbia una certa età, può percepire un vitalizio annuo di migliaia di euro.

Il costo esorbitante della pubblica amministrazione, ancora una volta, pesa sulle spalle dei cittadini.

Gli italiani vengono tempestati di tasse, non arrivano a fine mese e qualcuno non percepirà mai la pensione. Ai politici è sufficiente lavorare per qualche anno per vivere di rendita tutta la vita.



[Diciamo basta ai privilegi dei consiglieri regionali, firmiamo QUI la petizione!](#)

Vuoi darci una mano ancora più grande? Diffondi il più possibile questa petizione, inviando la mail ai tuoi amici o condividendo i link su [Facebook](#) o [Twitter](#).

(da [Firmiamo.it](#) – febbraio 2015)



...noi non siamo (ancora...) la Warner Bros....ma "questo è tutto" per la settimana.....Ciaooo

- **[Caso Iris, le contraddizioni del Comune](#)**
[da Ecopolis Newsletter di Legambiente Padova – febbraio 2015](#)
- **[Eurocrisi, serve una nuova moneta fiscale: lo dice anche Varoufakis](#)**
[da MicroMega di Repubblica – febbraio 2015](#)
- **[Perché le cooperative possono salvare l'economia](#)**
[da Wired.it – gennaio 2015](#)
- **[L'inceneritore di Parma non serve](#)**
e
- **[Idee eretiche](#)**
[da Altreconomia – febbraio 2015](#)
- **[Quali uova ci sono dentro i biscotti della tua colazione?](#)**
[da Slow Food – febbraio 2015](#)
- **[C'è da piangere sul latte versato](#)**
[da Terra Nuova – febbraio 2015](#)
- **[Mangiare biologico riduce l'esposizione ai pesticidi. La conferma in un nuovo studio](#)**
[da Greenme.it – febbraio 2015](#)



ma il nostro "coup de théâtre" di febbraio sono...

**Le Ricette di Eleonora,
che per questo mese ci propone:**

[LA RAPA, E IL RAVANELLO, FANNO IL VISO BELLO!!!](#)