

ALIMENTAZIONE NEWS 31

l'idea del mese

DOLCISSIMO LUNEDÌ

Mancano le idee per il picnic da organizzare il lunedì di Pasquetta? Eccovi serviti, almeno per il dessert. Si tratta del classico ciambellone con il buco, arricchito però da glassa alle mandorle e gocce di cioccolato. Il tutto racchiuso in una confezione a forma di cestino, ideale per la gita «fuori porta» (Dolce Pasquetta di Bauli, € 6).



ACQUISTI SICURI

Sulla tavola di Pasqua colombe certificate

Anche quest'anno la regina della tavola di Pasqua si conferma la **colomba tradizionale**, quella senza farciture o glassate particolari, apprezzata soprattutto al Sud dove si consuma oltre il 33% della produzione.

SCelta OCULATA Ma per andare sul sicuro e portare in tavola una colomba «certificata» bisogna saper scegliere e puntare sui prodotti realizzati secondo il disciplinare dell'**Aidi**, l'Associazione industrie dolciarie italiane, che stabilisce **ingredienti obbligatori** e facoltativi. Quindi, occhio all'etichetta.

INGREDIENTI L'Aidi ha stabilito che gli ingredienti di cui non si può fare a meno per preparare la colomba sono: farina di frumento, zucchero, uova di categoria «A», almeno il 16% di burro, non meno del 15% di scorze di agrumi candite, glassa e zucchero in granella.



in pillole

Formaggio per tutti

Se amate la toma, il pecorino o il taleggio, non perdetevi il Mercato internazionale del formaggio, dall'11 al 13 marzo, a Campo Tures (Bolzano). Oltre 200 varietà, tra cui il graukäse (quello grigio, tipico della zona). Per saperne di più, tel. 0474/652081.

Marche, che appetito!

Vini, olio d'oliva, salumi, formaggi, conserve. Saranno tra i protagonisti del Festival dei prodotti tipici delle Marche, dal 12 al 14 marzo a Fermo (Ascoli Piceno). Per informazioni, tel. 0734/628810.

Mese dell'alimentazione

Fino al 31 marzo, tutte le donne che si presenteranno in uno degli oltre 200 centri «Figurella» potranno sottoporsi a un'analisi della figura e a una consulenza alimentare gratuita. Per prenotare, cliccare su www.figurella.it

Weekend con... gnocchi

Un fine settimana all'insegna del riposo e della buona cucina. Con tanto di corso pratico su patate e gnocchi. Agriturismo Podere Terravera, Borgonovo Val Tidone (Piacenza), tel. 0523/845515.

in libreria



Chi ama il «cibo degli Dei» non può fare a meno di acquistare questa guida al mondo del cioccolato. L'indirizzario di laboratori, artigiani e pasticcerie sparsi un po' in tutta Italia, la rende uno strumento indispensabile per tutti i gourmet di praline, gelati, creme, dessert a base di cioccolato doc.

«L'Italia del cioccolato»
Touring club italiano
230 pagine, € 18



Sta nel palmo di una mano. Ma non fatevi ingannare dalle dimensioni. Questo volumetto è pieno zeppo di ricette (600) di primi, zuppe e minestre. Descrizioni brevi, ma dettagliate, con tempi di preparazione e grado di difficoltà. Non mancano le ricette per portare in tavola piatti orientali e del Nord Africa.

«La Pasta»
Mondadori
976 pagine, € 15

QUELLE FARCITE Non sfuggono al disciplinare nemmeno le **colombe «speciali»**, quelle cioè che rispettano le caratteristiche dell'impasto di base, anche se poi si differenziano dal dolce tradizionale per l'uso di farciture o decorazioni che non sono presenti nella ricetta originale. Per saperne di più si può consultare il sito dell'Aidi www.dolceitalia.net

Le rondini portano... anche il prosecco

La «Primavera del prosecco», il più importante circuito enoturistico del Veneto e uno dei principali in Italia, compie dieci anni. L'occasione giusta per un viaggio all'interno del mondo delle rinomate bollicine italiane e per assaggiare alcuni dei migliori vini del territorio, a cominciare dal Conegliano Valdobbiadene Prosecco Doc (lo spumante più bevuto in Italia) e proseguendo con il Cartizze, il Colli di Conegliano, il Refrontolo Passito, il Torchiato di Fregona. Da marzo a giugno, ben 16 appuntamenti con le 400 aziende vinicole (più o meno grandi) del territorio. Per le date potete consultare il sito della manifestazione: www.primaveraprosecco.it

1.804 sono i **comuni italiani «Ogm free»**, il cui territorio è cioè privo di contaminazione da organismi geneticamente modificati.

(fonte: Coldiretti)



il sito

«Una fame da tigre» è un divertente corso di educazione alimentare rivolto agli insegnanti e agli alunni delle scuole elementari. Basta iscriversi on line e scaricare il materiale didattico suddiviso in 5 aree, tra cui cibo e salute, cibo e igiene, trasformazione e distribuzione del cibo.



www.tigreascuola.it