

MAGAZINE

IN VENETO

CULTURA E PROMOZIONE DEL TERRITORIO ESTATE 2017



**INQUE
STONU
MERO**

3 Ci sono persone 4 Fattorie didattiche 12 L'or-
chidea di Venere 16 L'estate a tavola 22 La via
di Schenèr 24 La piccola Olanda 32 Il sambuco
36 Alle radici della dolcezza 42 Mondo vegano!

DOVE SI TROVA IL LEONE FOTOGRAFATO IN COPERTINA?



Invia la risposta a info@assoiveneto.org precisando il luogo (via e comune). Quindi indica il tuo nome, cognome e indirizzo completo.

Tutti coloro che invieranno la risposta esatta entro il 30 luglio 2017 riceveranno in omaggio l'abbonamento annuale a Inveneto Magazine.

Il leone dello scorso numero - nella foto a lato - è stato fotografato a Veggio sul Mincio (VR).

MAGAZINE



INVENETO MAGAZINE

trimestrale gratuito di cultura e promozione del territorio

Reg. Per. n. 2/2009
Tribunale di Bassano del Gr.

Direttore Responsabile
Cristina De Rossi

Capo Redattore
Paolo Perini

Redazione
Stefano Malvestio, Eva Nardulli,
Davide Pegoraro, Sabrina Pani, Paolo Perini,
Lucia Schiavon

HANNO COLLABORATO A QUESTO NUMERO

PER I TESTI
Eva Nardulli, Arturo Moro, Sabrina Pani,
Paolo Perini, Federico Rossi, Marco Rossi

PER LE FOTO
Ugo Garutti, Eva Nardulli, Sabrina Pani,
Paolo Perini, Federico Rossi, Marco Rossi

PER LA VIGNETTA
Paolo Perini

COME ABBONARSI

I lettori che gradissero ricevere la rivista a casa propria possono abbonarsi a 4 numeri effettuando un versamento di 10 euro (per la copertura delle spese di spedizione postale) a:

**INVENETO - BANCA POPOLARE VICENZA - BASSANO 1
IT65K 05728 60169 033570 483121**

Si prega di specificare come causale del versamento "abbonamento Inveneto Magazine" indicando nome, cognome e indirizzo completo.

Tutti i numeri della rivista (compresi gli arretrati) sono leggibili e scaricabili gratuitamente dal nostro sito www.assoiveneto.org alla voce magazine.

COME COLLABORARE

INVENETO MAGAZINE è realizzato dall'associazione Inveneto con lo scopo di far conoscere, apprezzare e tutelare il territorio della nostra regione.

Attualmente è stampato in 15.000 copie ed è distribuito gratuitamente in tutto il Veneto.

Gli autori di testi, foto e disegni mettono a disposizione gratuitamente tempo e materiale.

Coloro che apprezzano la rivista e desiderano collaborarvi sono invitati a mettersi in contatto con noi all'indirizzo della Redazione.

Proponi argomenti, foto, documenti, aiutaci a distribuire la rivista, a raccogliere pubblicità.

Chiama la redazione o scrivi al nostro indirizzo.

REDAZIONE presso LOCANDA ITALIA, Piazza Leone 1, Primolano - 36020 Cison del Gr. - VI
339 4173657 - info@assoiveneto.org - www.assoiveneto.org

TUTTI GLI ARRETRATI SUL NOSTRO SITO

Per chiamare la redazione: 339 4173657

IPOGEO
di paolo perini



CI SONO PERSONE

Ci sono persone che si imbottiscono di esplosivo o rubano un camion per ammazzare a caso, in giro per le città.

Ci sono uomini che massacrano le proprie donne dopo aver creduto di amarle, e spesso ne ammazzano anche i figli.

Ci sono ragazzini che formano un branco e passano il loro tempo a molestare, derubare, torturare i propri coetanei. E non solo.

Ci sono laureati che fanno le valigie, salutano la loro casa, la loro famiglia, e vanno lontano a cercare un lavoro.

Ci sono elettori che non vanno più a votare.

Ci sono automobilisti che se vengono sorpassati ti inseguono, ti insultano, ti tagliano la strada.

Ci sono tifosi che tifano Barcellona pur di non tifare Juventus.

Cercavo qualcosa che potesse accomunare tutto ciò e un giorno l'ho trovato.

E' la frustrazione.

La frustrazione di chi pensa di avere la verità ed avendola dovrebbe vivere felice. E invece no.

La frustrazione di chi vede crescere, scegliere, maturare, la donna che lo ama e non è capace di fare altrettanto.

La frustrazione di chi ha forza ma non cervello.

La frustrazione di chi ha studiato e vede qualcun altro prendere un posto che non gli spetta.

La frustrazione di partecipare alla politica attiva e vede che la propria opinione non vale una cicca.

La frustrazione di chi vuole essere sempre davanti per sentirsi un maschio alfa, cosa che evidentemente non è.

La frustrazione di chi non è arrivato in Champions League.

Ecco il nostro vero problema: siamo frustrati.

Q

uanti dei nostri figli o nipoti possono vantarsi di aver accarezzato una mucca? O di averle dato personalmente del fieno? La vita odierna, tutta incentrata sulla tecnologia e sul progresso, ha tolto ai più la magia della vita in campagna.

Nella nostra regione, fortunatamente, la popolazione non ha mai abbandonato il legame con le proprie radici contadine, coltivando spesso con orgoglio un rapporto consapevole tra sé e la propria terra.

Ma provate a chiedere ai bimbi delle elementari - specie nei capoluoghi di provincia - di disegnare un animale da cortile o da allevamento.

Fattorie didattiche

di sabrina pani





Pochissimi saranno quelli che riusciranno a rappresentare sul foglio una gallina, un'oca, un coniglio. Figuriamoci un pavone o una mucca!

Per aiutare i nostri piccoli a capire come "è fatta" una mucca, come si alleva e quali alimenti se ne possono ricavare (oltre alle cure necessarie per mantenerla in ottima salute) è nato molti anni fa il progetto della

Regione Veneto delle Fattorie Didattiche.

Si tratta di aziende agricole che possono essere visitate e sono preparate a ricevere gli ospiti e a coinvolgerli sotto il profilo educativo.

Esse infatti si impegnano da un lato al rispetto delle normative di sicurezza e alla copertura assicurativa dei visitatori, alla presenza di personale addestrato nel primo soccorso, alla segnalazione delle aree interdette, dall'altro lato hanno elaborato una proposta educativa legata alla produzione agricola o animale.

Per questo il personale addetto deve avere frequentato uno specifico percorso formativo.



La Fattoria Didattica rimane quindi un'azienda agricola che coinvolge gli ospiti in modo attivo nella realizzazione di un "prodotto" (formaggio, raccolta di prodotti ortofrutticoli, apicoltura, allevamento, ecc). Il valore dell'esperienza è soprattutto nel forte coinvolgimento emotivo degli ospiti, con un positivo impatto nella vita quotidiana dei ragazzi e delle famiglie. Essa inoltre crea consapevolezza del valore soprattutto culturale del settore agricolo e induce a corretti stili di consumo.

Ne abbiamo visitata una a Schiavon (VI): ogni anno ospita un migliaio di ragazzi ed offre loro la possibilità di toccare con mano quello che i nostri nonni vivevano nella loro quotidianità.

La visita non si limita però alla sola "ammirazione" dei bovini: li si accarezza, li si nutre in modo appropriato, li si conosce da vicino. Perché ogni mucca ha le proprie preferenze, come quella che adora stare sotto il getto di acqua vaporizzata e cerca di allontanare le altre per poterci restare più a lungo, oppure quella che adora farsi strigliare dalle spazzole meccaniche.

Ogni bovino è identificato da una marca auricolare, secondo le vigenti norme europee, e viene sottoposto a periodici severi controlli veterinari, per la sicurezza dell'intera mandria e del latte che viene poi inviato alla lavorazione casearia.

Durante la visita, i bimbi imparano di cosa è composta la razione alimentare che



le mucche quotidianamente mangiano, come viene preparata e con che frequenza viene loro servita.

Poi, quando l'aria buona della campagna mette fame anche ai cuccioli d'uomo, ecco una merenda a base di prodotti derivati dal latte munto nella stessa fattoria.

In questo modo gli ospiti vengono a conoscere tutta la filiera di un prodotto - come il latte - che quotidianamente assumono avendo creduto fino ad allora

che il latte sia "fabbricato" in un'industria. E quando si spiega loro che ad esempio lo yogurt è un prodotto che contiene milioni di bacilli vivi, li vedi fare le facce schifate rendendosi poi conto di quanto importante sia ciò per il nostro organismo.

Per i piccoli, facili alla stanchezza e alla noia, è stato ideato un momento creativo: con il materiale fornito dalla fattoria, si può creare una bambolina fatta di fieno, piantare dei semini di girasole riusando il vasetto dello yogurt,

In questo modo si conosce tutta la filiera



comporre un disegno utilizzando materiali naturali, ritagliare un segnalibro a tema, ...e tutti vengono alla fine premiati con una medaglia di legno che attesta la collaborazione attiva prestata in fattoria.

Oggi la fattoria che abbiamo visitato si sta dedicando ad un progetto ambizioso, formando il personale in modo altamente qualificato nell'accogliere i ragazzi con sindrome autistica. Con loro l'esperienza è sempre imprevedibile: c'è chi non scende dalla vettura, chi si lancia con entusiasmo verso le mucche e i vitellini, chi non reagisce affatto.

Sotto lo sguardo vigile degli accompagnatori, questi ragazzi speciali vengono coinvolti per alcune ore nelle varie attività proposte, adeguando le proposte alle loro reazioni, al loro





interesse, avendo un occhio particolare al loro benessere.

E' un progetto a grande valenza sociale che si propone di aprire una breccia nel muro invalicabile dell'autismo a cominciare dal contatto con gli animali ed il coinvolgimento in piccole attività di cura degli animali. Ma la fattoria didattica serve anche a questo!

La visita alla nostra fattoria si svolge sempre e solo su appuntamento, per poter preparare tutto il materiale necessario (merenda compresa), anche se le vere protagoniste, le signore mucche, sono sempre pronte a regalare nuove emozioni



e coinvolgenti attività a tutti i bambini.

La rete delle fattorie didattiche nel Veneto è composta a tutt'oggi da 239 aziende agricole abilitate (www.fattoriedidattiche.biz).

Esiste un registro regionale dove devono essere iscritte (www.regione.veneto.it/web/agricoltura-e-foreste/elenco-fattorie-didattiche), come prescritto dal decreto n. 175 del 28 dicembre 2016

PER SAPERNE DI PIÙ

Fattoria didattica Peron
Via Roncaglia Vaccheria n. 38, Schiavon
tel. e fax 0444/665622



L'ORCHIDEA

di federico e marco rossi

DIVENERE

Nei boschi delle nostre prealpi venete, a luglio, si possono fare degli incontri davvero straordinari. Non capita spesso, infatti, di potersi imbattere nelle fioriture spettacolari di una delle orchidee più rare ed appariscenti della flora veneta: la scarpetta di Venere.

Il fiore della pianella di Venere.



Il nome comune deriva direttamente da quello scientifico, attribuito alla specie da Linneo nel 1753: *Cypripedium calceolus*.

In greco *Kypris* (Cipride) è il soprannome di Venere, da cui deriva anche la parola "cipria", usata in cosmesi. *Pédilon* significa scarpa, pantofola, nome ribadito da quello della specie che deriva dal latino *calceolus*, che ha lo stesso significato.

La sua rarità deriva sia dalla sua raccolta, un tempo indiscriminata, sia soprattutto dalla sua crescita lentissima.

Infatti dal seme alla maturità la pianella impiega ben quindici anni, di cui dodici solo per sviluppare la radice che si propaga in orizzontale.

La pianta raggiunge i 50 cm di altezza, predilige i terreni calcarei e qualche volta perfino le ghiaie.



Le foglie, oblunghe, sono color smeraldo e sono marcate da vistose nervature.

I fiori presentano sepalì e petali color bruno violaceo, ed un labello giallo dorato grande fino a 5 cm che dà il nome alla pianta. Quest'ultimo rappresenta una trappola per gli imenotteri - soprattutto quelli del genere *Andrena* - che vi entrano attraverso l'apertura superiore che ha dei bordi ripiegati in basso. Inoltre il suo interno è estremamente scivoloso per la presenza di una sostanza che la pianta produce.

In questo modo l'insetto deve uscire dagli stretti pertugi che si trovano verso il gambo e tale passaggio lo costringe a strusciarsi sul polline attaccaticcio e portarlo all'esterno. Quando l'insetto passerà su un altro fiore, lo trasferirà involontariamente impollinandolo.

Inutile aggiungere che se avrete la fortuna di incontrarlo nel bosco, ammiratelo e fotografatelo rispettandolo: avrà impiegato quindici anni per crescere e per mostrarsi a voi!

Un imenottero del genere *Andrena*.



L'ESTATE A TAVOLA

L' estate è la stagione nella quale la varietà di frutta e di verdura è al massimo della produzione, consentendoci così la preparazione di un grande numero di ricette con prodotti freschi e gustosi.



L'abbondanza di frutta e ortaggi dai colori vivaci ci invoglia a creare pietanze creative, e per il nostro organismo frutta e verdura sono anche fonte di preziose sostanze antiossidanti, vere e proprie miniere di salute, rinfrescanti e succose.

Inoltre l'elevata temperatura e l'aumento della sudorazione ci dovrebbero indurre ad eliminare cibi grassi e fritti riducendo - se non sostituendo del tutto - carni rosse con le bianche.

Attenzione però: il caldo combinato a cibi troppo freddi indebolisce gli organi dell'apparato digerente e interferisce con la digestione. Perciò al posto di ingerire bevande ghiacciate è preferibile alimentarci con insalate, germogli, cetrioli, foglie fresche, lattuga, anguria, meloni, centrifugati di verdura e macedonie di frutta, tutti alimenti che contengono una elevata quantità d'acqua e sali minerali.

Anche le tecniche di cottura vanno adeguate al calore estivo,



privilegiando preparazioni leggere per alimenti di natura fresca o fredda, a cui vale la pena di sommare l'utilizzo di sapori leggermente amari, aciduli e piccanti. Perciò utilizziamo cotture brevissime a fiamma alta per le verdure, oppure il vapore.

Anche la cottura alla griglia, che ha bisogno di essere poco condita, rende più digeribili la carne, il pesce e le verdure.

Vanno evitati gli alcolici così come le abbuffate, preferendo piuttosto una bella colazione corposa e piccoli spuntini

durante l'arco della giornata.

Inoltre impariamo dalle popolazioni che vivono stabilmente in climi tropicali a bere bevande calde, assumere cibi piccanti o conditi con peperoncino, zenzero fresco, curry, rafano o wasabi, utilissimi a contrastare l'elevata temperatura.

Infine, sfatiamo alcuni "falsi miti" dell'alimentazione, come quello di ricorrere a integratori alimentari.

**insalate, germogli,
lattuga, anguria**

Essi servono appunto a "integrare" un'alimentazione che presenta carenze nutrizionali dovute alla presenza di qualche patologia, non in un regime dietetico normale, ed anche l'eventuale senso di spossatezza che caratterizza l'estate non è dovuto a carenze nutrizionali ma semplicemente alle caratteristiche climatiche. Una persona che ha un'alimentazione varia e bilanciata riceve dagli alimenti tutti i nutrienti di cui ha bisogno, vitamine e minerali compresi.

GLI ALIMENTI PER L'ESTATE

I **CEREALI** sono un dovere per le colazioni perché sono ricchi di ferro, vitamine, zinco e acido folico. Orzo, farro e riso sono ottimi al posto della pasta.

Desiderando mangiare della carne, il **TACCHINO** alla piastra, alla griglia, in insalata è la carne più estiva che ci sia: perché somma un giusto contenuto proteico a buone proprietà nutritive. Tra le proprietà benefiche, la presenza del triptofano che aumenta il buon umore.

La verdura "estiva" per eccellenza è la **CAROTA**. Contiene betacarotene e vitamina A, toccasana per la pelle e gli occhi. Inoltre possiede proprietà anti-ossidanti benefiche per il sistema renale, gastrico e intestinale. Crude, cotte o centrifugate si possono consumare in ogni momento della giornata.

Il **CETRIOLO** è un ottimo antinfiammatorio e diuretico. Contiene pochissime calorie, è dunque ottimo per mantenere la linea, può essere accompagnato da pane integrale.

Il **PEPERONCINO** è da considerarsi una vera e propria medicina perché ci aiuta a smaltire le tossine tramite la sudorazione e, grazie alle endorfine, incide positivamente sull'umore.

I frutti più appetibili d'estate sono certamente le **CILIEGIE**. Hanno proprietà disintossicanti, depurative e migliorano la qualità del sonno grazie alla melatonina. Inoltre rivitalizzano la pelle del viso e la proteggono dal sole.

L'**ANGURIA** è forse il simbolo dell'estate. Oltre ad essere zuccherina, è molto dissetante, disintossicante e diuretica.

Oltre ad essere una delizia per il palato, i **FRUTTI DI BOSCO** - fragoline, mirtilli, ribes, lamponi, more - rappresentano un alimento ricco di proprietà benefiche: fanno bene al cuore, prevengono l'invecchiamento grazie al contenuto di polifenoli e grazie agli antiossidanti aiutano a bruciare i grassi. Infine, limitano il colesterolo, prevengono le infezioni urinarie e contrastano le infiammazioni. Un toccasana per la salute!

PESCHE E ALBICOCHE soddisfano il nostro fabbisogno di vitamina A e vitamina C.

Un buon **GELATO** artigianale o un sorbetto - che è meno calorico - può essere adottato occasionalmente al posto di un pranzo o una cena, specie se corredato di frutta fresca o in macedonia.



QUALCHE RICETTA

ACQUASALA

300 g pane pugliese a fette, 60 g olio extravergine, 60 g cipolla, 120 g pomodori da sugo, origano q.b., sale q.b., uova qb.

Spruzzate d'acqua le fette di pane, strizzatele mantenendone la forma. Lavate ed asciugate i pomodori, tagliateli a metà e con questi strofinate le fette di pane facendole assorbire tutto il sugo (buttate via la buccia del pomodoro). Tagliate a metà i peperoncini verdi, eliminate i semini, lavateli e asciugateli. Mettete le fette di pane su un piatto e spargetevi sopra sia i peperoncini che del pomodoro tagliato a dadini. Mescolate la cipolla tritata con l'origano e cospargete le fette di pane. Salate, irrorate di olio e lasciate riposare prima di servire freddi anche con sopra delle uova in tegame.

CRUDITÉ AL FORMAGGIO DI SOIA

2 zucchine, 1 carota, mezzo peperone, 100 gr di formaggio di soia spalmabile (o di robiola), pesto di olive q.b. Tagliate le zucchine a tronchetti alti 3 cm e svuotateli con un togliorsolo (o uno spelucchino). Riempite a metà i tronchetti con del formaggio di soia

(o robiola), sporcate il formaggio di pesto di olive, infilate le julienne di peperoni e carote e servite.

VELLUTATA DI RAPE ROSSE

4 rape rosse, 1 patata, mezza cipolla, 100 g di BluRisella o gorgonzola, olio evo, sale qb.

Lessare le rape, la patata e la cipolla grossolanamente con un po' di brodo vegetale. A cottura ultimata frullate un po' d'olio per ottenere una salsa vellutata. Insaporite con pezzettini di BluRisella o gorgonzola.

ANTIPASTO DI GAMBERI E FAGIOLINI

400 g code di scampi, 400 g fagiolini, 1 pomodoro maturo, 1 cucchiaio di succo di limone, 1 ciuffo di prezzemolo, sale q.b.

Sbollentate le code di gambero in acqua salata per 5 minuti, sgocciolatele e fate lessare i fagiolini per 25 minuti circa. Tritate finemente il prezzemolo e mettetelo in una ciotola con del succo di limone ed il sale. Unite il pomodoro tagliato a dadini e lasciate insaporire per 30 minuti. Versate nella ciotola anche i fagiolini e i gamberi, girate bene il tutto e servite.



contrà del sole

supermercato biologico, colazioni, pranzi e brunch

via Cà Rezzonico 71, Bassano (VI) - tel. 0424 524279



di arturo moro



La via di Schenèr è un passo impervio che fin dal Medioevo ha collegato il Feltrino (Serenissima Repubblica) con il Primiero (mondo “Tedesco”).

Matteo Melchiorre (1981) è attualmente ricercatore presso lo IUAV di Venezia.

Ha scritto saggi ponderosi su argomenti serissimi come il dominio veneziano in terraferma oppure il rapporto tra Bernardino

da Feltre e gli Ebrei. In questo “La via di Schenèr” l’autore ci mostra lo storico dietro le quinte, come si muove, progredisce nella ricerca o qualche volta si avventura in strade senza uscita...

La cosa curiosa di Schenèr è che questa via storica, che in effetti cominciava appena fuori la porta di casa di Melchiorre, quasi non esiste più, e a cercarla sulle carte all’1:25.000 si trovano solo esili trattini rinominati tracce.

E per i più pervicaci che si avventurassero tra quei dirupi il rischio di farsi del male sarebbe molto alto.



Matteo Melchiorre nell’ultimo capitolo ci porta con sé sulla via, ma intelligentemente ci va imbracato e con una guida esperta.

E questo è un giusto epilogo – narrativamente parlando – di un raccontare

che sornionamente è molto informato (vedi le giornate che l’autore passa a rovistare negli archivi) ma resta lieve grazie ad un filo di autoironia e ad una narrazione che fa dell’autobiografia non narcisistica uno strumento per raccontare coinvolgendo.

Si può desiderare di meglio?

PER SAPERNE DI PIÙ
Matteo Melchiorre *La via Schenèr*,
Marsilio Ed., euro 16,50

LOCANDA ITALIA



PRIMOGLIO

342 3946600 - www.locandaitalia.org

CHIUSO DOMENICA SERA E LUNEDÌ



LA PICCOLA OLANDA

C' è un ingorgo di canali, tra Jesolo e Caorle, poco lontano da Eraclea: da settentrione giunge il Canale Brian - su un vecchio ramo del fiume Livenza - che all'altezza dell'omonimo paesino si dirama in due, uno occidentale (il Revedoli, che si butterà nel Piave) ed uno orientale - il Commessera - che si butterà nel Livenza vero e proprio, a Porto Santa Margherita.

Queste canalizzazioni hanno permesso di bonificare il territorio, oggi così fertile e lavorato da somigliare ad una piccola Olanda.

L'intreccio dei canali crea una vera e propria isola su cui sorge il paese di Brian, ed è dal piazzetto della sua chiesa e del suo campanile "trasparente" - uno scheletro campanario - che partiamo in bicicletta.

I territori bonificati nella nostra pianura veneta sono una quantità infinita che potremmo riassumere in circa due terzi dell'intera regione.

Bonifica significa territorio un tempo paludoso che - per essere prosciugato e destinato all'agricoltura - è stato "arato" in una innumerevole serie di canali che raccolgono per caduta l'acqua che altrimenti lo impregnerebbe. Per questo l'acqua ca-

Il casone presso la chiesa di Brian.



Un cavaliere d'Italia.

nalizzata corre ad un livello più basso di quello del mare e dunque deve venire sollevata grazie a imponenti impianti idrovori affinché possa raggiungere la sua naturale destinazione.

Si tratta di un paesaggio artificiale in cui l'elemento naturale e quello antropico hanno trovato un suggestivo equilibrio rimasto invariato in qualche caso da quasi un secolo.

L'itinerario cicloturistico ha inizio dunque dal piccolo centro di Brian, in comune di Eraclea, e si sviluppa per una quindicina di chilometri e senza alcun dislivello.

Dal centro del paese si scende alla chiu-

sa sul canale - bel colpo d'occhio sul paesaggio - e prima di cominciare si può superarlo per andare a vedere il vicino casone nei pressi della Trattoria Emiliana.

Ritornati sulla sponda dx. del canale Revedoli, ci si avvia in direz. ovest per andare in breve a lambire l'azienda agricola La Fagiana.

Si apre qui, inaspettatamente, un ampio paesaggio di risaia che alla fine della primavera è adacquato: tra le pianticelle di riso becchettano varie specie di uccelli tra cui frequentemente gli aironi, le garzette, i cigni, i cavalieri d'Italia. Proseguendo si raggiunge Torre di Fine, anticipato dall'im-

LE BONIFICHE DEL BASSO PIAVE

Tutta l'area tra Eraclea (*Heraclia*) e Jesolo (*Equilium*) era un tempo una vasta palude a ridosso della laguna veneziana nord orientale e ne rappresentava una protezione naturale.

Per questo fu solo verso la metà dell'Ottocento che - a cominciare da motivazioni sanitarie - l'area venne presa in considerazione sotto il profilo idraulico.

Bisognerà aspettare però gli Anni Venti perché lo Stato decidesse di intervenire profondamente.

ponente idrovora.

Qui il nostro itinerario piega a sx. per superare il ponticello nei pressi dell'imbarcadere e proseguire sulla sponda sx. del canale.

Dopo circa un chilometro e mezzo, la stradina sterrata piega a sx. (direz. sud) e si inserisce sulla rotabile che scende a Eraclea mare (attenzione!).

Raggiunto il distributore di benzina si rimane sulla principale Viale dei Fiori (proseguendo dritti si raggiunge l'ingresso alla Laguna del Mort).

Si pedala sulla strada promiscua e abbastanza trafficata fino a svoltare dapprima a dx. e poi subito a sx. in direz. Caorle, dove sul lato sx. si apre una comoda pista ciclabile.



In bici.



Torre di Fine.

I cigni nella risaia.



Una rete da pesca.

Dopo un paio di chilometri, siamo costretti a tornare sulla strada per poche centinaia di metri fino all'altezza del Camping San Francesco, dove una traccia sterrata sulla ns. dx. ci permette di proseguire in sicurezza.

Raggiungiamo così Duna Verde, ne superiamo l'ingresso e continuiamo tra parcheggi, aree verdi e altre piste ciclabili che ci permettono di proseguire piacevolmente fino a Prà delle Torri (campo da golf) e poi alla grande rotatoria di Valle Altanea, all'ingresso di Caorle.

Qui, facendo attenzione, svoltiamo a sx. in direzione nord (direz. Caorle/Porto Santa Margherita) fino a Brian, che raggiungiamo superando il canale Revedoli.



Profumatissimo, appariscente, comune. Buono, utile, tradizionale. Il sambuco è una delle piante più diffuse e presenti nel nostro territorio regionale, eppure...



Il sambuco

Il fiore.



Le drupe mature.

Il sambuco è una delle prime piante che da ragazzini impariamo a riconoscere perché i suoi rami si prestano ad essere svuotati del midollino ed essere trasformati in piccole cerbottane, oppure in zufoli o cannuce. Poi, però, il suo utilizzo resta marginale sia in erboristeria e sia in cucina.

Ed è un peccato perché il suo impiego è ampio così come la sua generosità.

Il sambuco - *Sambucus nigra* L. - è un arbusto ombroso che cresce spontaneamente, spesso come siepe, lungo i sentieri, i muri, le sponde dei corsi d'acqua.

Fiorisce a fine primavera, ed il suo ampio fiore biancastro può essere usato per preparare bevande o sciroppi rinfrescanti.

Vi si possono anche fare crepes, biscotti, dolci e frittelle.

Le drupe - cioè le bacche nero-violacee - quando sono mature possono essere usate per fare ottime marmellate, succhi o macedonie. Possono inoltre essere utilizzate per tingere la stoffa o dipingere su carta a mo' di inchiostro.

Esse contengono sali minerali, flavonoidi, vitamine. Esercitano un'azione antinevralgica, lassativa e diuretica, cosa che le rende idonee nelle diete finalizzate alla perdita di peso.

In passato simboleggiava il passaggio nell'aldilà, ed era considerata una pianta magica: i contadini vi attribuivano il potere di tenere lontane le serpi; i druidi vi costruivano le loro bacchette magiche.

Ritratto di famiglia sotto il sambuco
(G. Giacometti, 1911)



SCIROPPO DI SAMBUCO

Ingredienti (per 4 litri):
25 fiori maturi di sambuco
10-12 limoni bio lavati bene
150 gr di acido citrico (per poterlo conservare. Si può usare l'aceto o tenerlo in frigo)
2 kg di zucchero di canna cristallizzato.
4 litri d'acqua

Raccogliete gli ombrelli fioriti in luoghi non inquinati. Puliteli bene e liberateli da eventuali insetti. Metteteli in un bottiglione con imboccatura larga, da 5 litri, aggiungeteci l'acqua e i limoni tagliati.

Chiudete il recipiente e agitatelo.

Lasciate riposare per 2 giorni mescolando minimo una volta al giorno.

Filtrare con un colino a maglie fitte o garza il "succo" ottenuto.

Travasate il succo in una pentola capiente aggiungendo lo zucchero e l'acido citrico, fate sobbollire a 80 gradi fino a sciogliere lo zucchero. Imbottigliatelo ancora bollente in bottiglie sterilizzate e chiudete.

Lo sciroppo è molto concentrato e dolce, andrà quindi diluito in acqua a seconda del gusto personale.

CRISTALLOTERAPIA
FIORITERAPIA
NATUROPATIA
OMEOPATIA
IRIDOLOGIA
SHIATSU
RIFLESSOLOGIA PLANTARE
YOGA DELLA RISATA

fiordelcolle
ERBORISTERIA

San Zenone degli Ezzelini - Via Roma, 20
lunedì - sabato: 9:30-12:30 - 15:30-19:30
0423 969770 - fiordelcolle@gmail.com

COSMESI
INTEGRATORI
NUTRIZIONISMO
ESTRATTI VEGETALI
INFUSI
TISANE
SPEZIE
ALIMENTI BIOLOGICI

A

lle porte della città di Rovigo è possibile ammirare uno dei tanti manufatti di pregio di archeologia industriale, l'ex zuccherificio dell'allora società SIIZ (Società Italiana per l'Industria dello Zucchero indigeno), costruito nel 1911.



Alle radici della dolcezza

di eva nardulli





Si tratta di un complesso di vari edifici che oggi è sede di servizi, manifestazioni fieristiche, uffici e laboratori universitari nonché di un'importante azienda di giovani imprenditori del mondo delle *start up*.

È interessante osservare come, in passato, spesso un complesso di tipo industriale venisse costruito tenendo conto anche dell'aspetto estetico, con elementi architettonici e decorativi che continuano a farsi apprezzare per armonia e bellezza: mattoni faccia a vista, finestre di diverse forme e dimensioni, luminosità degli ambienti, strutture portanti interne visibili, reticoli di travi metalliche e colonne di ghisa.

Lo zuccherificio nasce nei primi anni del 1900 - come tanti altri nel Veneto - per la crescente domanda di zucchero da barbabietola, più economico rispetto a quello di canna.

LA BARBABIETOLA DA ZUCCHERO

La *Beta vulgaris L. ssp saccharifera Alef* è una pianta biennale delle *Chenopodiaceae*; ha una radice grossa e conica che può raggiungere complessivamente i 2 m. di lunghezza.

È caratterizzata da tipiche rugosità trasversali e da due solchi saccariferi, fonte di zucchero.

Un tempo utilizzata come foraggio, oggi viene coltivata per la produzione di zucchero e di etanolo.

Originaria tra il Mediterraneo e le steppe dell'Asia sud occidentale, veniva coltivata da Greci e Romani. Ma bisogna arrivare al 1747 perché il chimico tedesco Margraff scoprisse nella barbabietola zucchero cristallizzabile.

In Italia fu alla fine dell'800 che l'imprenditore Emilio Maraini, pioniere dell'industria dello zucchero, dopo essersi specializzato in Svizzera e in Olanda, si impegnò per razionalizzare la

tecnica colturale ed estrattiva promuovendo il potenziamento di alcune fabbriche e costruendone altre.

La barbabietola da zucchero, oltre al suo noto utilizzo, è una pianta preziosa per diversi motivi: è una coltura di rotazione generalmente quadriennale, in alternanza ad altre specie vegetali, in particolarei cereali, che ne beneficiano enormemente in termini di produttività.

Aiuta a ridurre l'uso di concimi e pesticidi in quanto consente di contenere le erbe infestanti e di ridurre la comparsa di molte malattie e parassiti.

Anche gli scarti di lavorazione vengono utilizzati: la polpa - ricca di fibra - come alimentazione per gli animali; il melasso come materia per la fermentazione sia per biogas che per lievito alimentare.

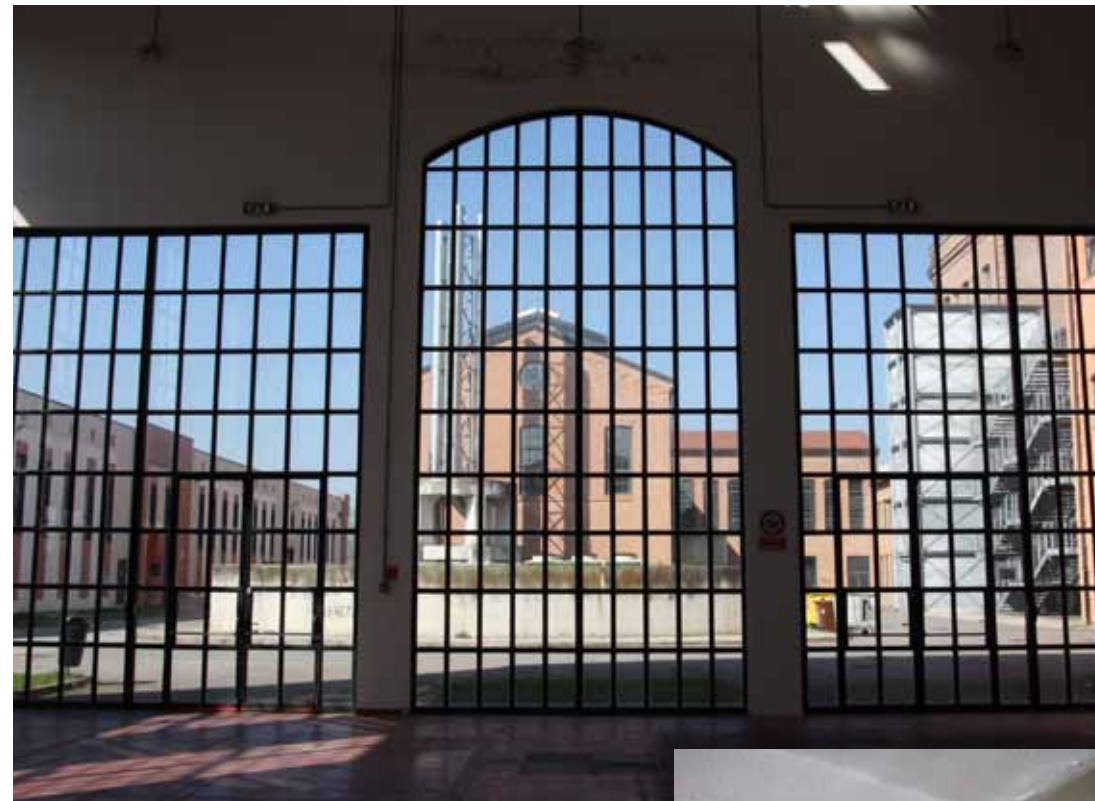
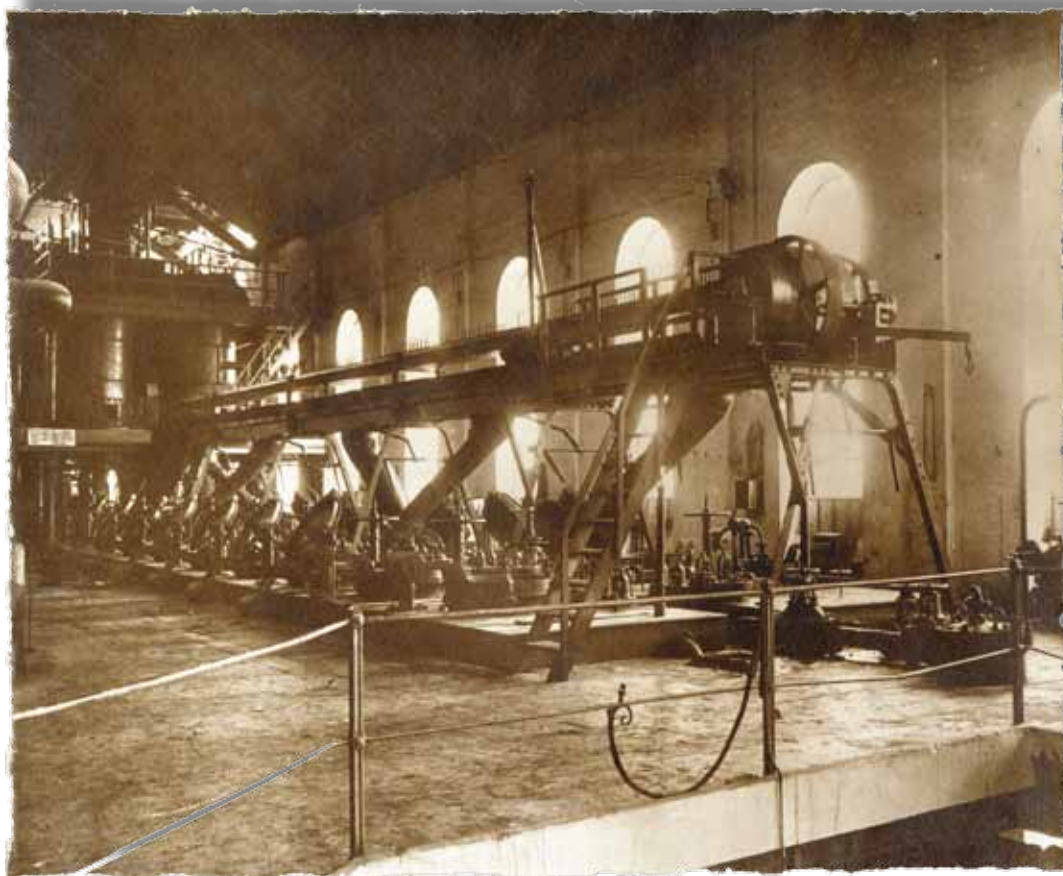


Per molti secoli, infatti, solo questo - oltre al miele - ha rappresentato l'unica fonte di dolcificante nel mondo, e solo dall'inizio dell'Ottocento si comincia a produrlo in Europa per rispondere al blocco commerciale disposto da Napoleone che aveva interrotto l'importazione di zucchero di canna dalle Americhe. E il rodigino rappresentava un territorio molto adatto alla coltura della bietola e ben servito da ferrovia e vie d'acqua utili - oltre che per la produzione - anche al trasporto e alla commercializzazione del prodotto finale. Tanto che il Polesine contò presto una quindicina di zuccherifici.

In questo distretto rurale si costituisce pertanto uno dei primi esempi di filiera

agro industriale: le barbabietole da zucchero venivano portate dalle terre vicine allo stabilimento, i relativi carichi venivano classificati e remunerati in base al tasso di dolcezza, venivano stoccati per il minor tempo possibile per evitarne il deterioramento e la perdita del tasso zuccherino, e poi avviati alle operazioni di prelavaggio.

Eliminata la parte verde, le radici venivano tagliate e ridotte a fettucce e in seguito passate sotto un flusso di acqua calda per estrarre il sugo zuccherino. Questo composto subiva poi un processo di depurazione con latte di calce e successivamente di cristallizzazione attraverso l'evaporazione



e la centrifugazione, come ancora si fa tutt'oggi.

Nei circa tre mesi di raccolta da agosto ad ottobre, lo zuccherificio lavorava ininterrottamente, giorno e notte e la sua attività è proseguita fino agli anni '70 cioè fino a quando il taglio dei prezzi, il calo della domanda e la riduzione delle quote di zucchero dell'Unione Europea non hanno più reso conveniente questa attività.

Dopo un periodo di abbandono e successivo degrado, il complesso, grazie anche ai fondi europei, è stato recuperato e riportato all'antica bellezza anche se con usi polivalenti.

Si ringrazia Ugo Garutti per le foto storiche.



Che cosa successe se Rodolfo II d'Asburgo, imperatore del Sacro Romano Impero, sarà rimasto soddisfatto del ritratto burlesco che gli fece il milanese Giovanni Arcimboldo - detto Arcimboldi - nel 1591.



MONDO VEGANO!

Di sicuro non avrebbe mai pensato di passare alla storia proprio (e probabilmente solo) per via di quel dipinto che lo ritrae interamente composto - nello stile di Arcimboldi - di frutta e verdura ed appena nobilitato da qualche corolla di fiori.

Eppure era una figura bizzarra, dedita all'arte e all'occulto, e aveva trasferito la capitale dell'Impero da Vienna - dove era nato - a Praga, circondandosi di figure altrettanto inconsuete.

Noi invece abbiamo preso il quadro di Arcimboldi per introdurre il mondo del veganismo, popolato da un numero sempre più elevato di persone che hanno abbracciato questo stile alimentare rispettoso della vita animale.

Con l'aggettivo vegano, infatti, si intende colui che ha escluso dalla propria alimentazione ogni prodotto direttamente o indirettamente derivato dagli animali; quindi non solo carne e pesce, ma anche uova, formaggio, miele, eccetera.

Inoltre, ogni vegano cerca di evitare anche l'utilizzo di capi di abbigliamento, calzature, cosmesi, ogni prodotto o attività che implichi lo "sfruttamento" animale.

Quindi si tratta di una filosofia di vita, non semplicemente di una dieta; un complesso di regole che influenzano le abitudini e le scelte d'acquisto quotidiane perseguite con la dovuta flessibilità in relazione alle proprie esigenze, possibilità o necessità.

Il veganismo era dettato in passato da principi religiosi, come in India, ma nel corso degli ultimi decenni ha maturato un interesse crescente nei paesi occidentali.

Ciò deriva dalla consapevolezza che lo sfruttamento degli animali implica la loro macellazione e prima ancora il loro allevamento in condizioni eticamente inaccettabili. Inoltre anche i loro prodotti vengono ottenuti quasi sempre attraverso forme di maltrattamento da parte dell'industria alimentare.

A ciò si può aggiungere che l'alimentazione umana era in origine basata solo su cibi vegetali, e dunque è più confacente alle nostre esigenze fisiologiche. Infatti da diversi decenni è dimostrata una certa correlazione tra il consumo di carni – in particolare quelle rosse e conservate – e il rischio di patologie croniche; d'altra parte è inevitabile, dato che gli animali allevati vengono sottoposti all'uso di antibiotici e altri farmaci che si accumulano nel loro organismo.

E' anche dimostrato il rischio che l'assunzione di grassi saturi e colesterolo (di cui sono ricchi anche latte, latticini e uova) porti all'insorgere di malattie croniche fino ad alcune forme di cancro, oltre che ad intolleranze alimentari.

Naturalmente escludere la carne e, in generale, i prodotti di derivazione animale, significa rischiare di eliminare dalla propria dieta le proteine, di cui l'organismo umano necessita, ma ogni vegetale contiene proteine, anche se queste si concentrano nei semi. Pertanto la dieta vegana deve comprendere non solo una quantità giornaliera adeguata di legumi, cereali e noci, per soddisfare il fabbisogno proteico, ma anche la loro co-assunzione, per soddisfare una corretta copertura di tutti gli amminoacidi essenziali.

Insomma, la dieta vegana va applicata adeguatamente e - almeno agli inizi - va seguita da un nutrizionista per evitare qualsiasi carenza. Tutto ciò vale ancora di più per il periodo pediatrico.





Universo Vegano a Vicenza La migliore cucina 100% vegetale

I dati Eurispes* di quest'anno confermano un cambiamento di rotta in fatto di abitudini alimentari: il 4,6% degli italiani si dichiara vegetariano, mentre i vegani (che non consumano nessun derivato animale) hanno raggiunto il 3% e sono cresciuti notevolmente in pochi anni. *EURISPES Rapporto Italia, 26 Gennaio 2017

Oltre a questi, si conferma una tendenza in costante crescita nella ricerca di pasti sani e naturali, anche da parte degli "onnivori".

Per rispondere a tutte queste esigenze è nato Universo Vegano®, il primo franchising di ristorazione Made in Italy che sposa il Veganismo, una filosofia basata sul rispetto degli animali e su una visione non-violenta dell'esistenza.

Gli chef UV hanno creato dei prodotti innovativi in grado di sostituire i tradizionali piatti delle nostre tavole, utilizzando ingredienti esclusivamente naturali e combinazioni alimentari che offrono energia, benessere ed un ottimo stato nutrizionale.

Al bistrot Universo Vegano® di Vicenza trovate una linea completa di piatti, panini, focacce, piadine, pizze, insalate, zuppe, dessert e bevande, tutti rigorosamente 100% vegetali e soprattutto gustosi!

www.universovegano.it



VICENZA

Contrà Vescovado, 29

Presentando questo coupon
avrà diritto ad uno

SCONTO del 10%

valido su tutti i nostri prodotti

Non perdere questa grande opportunità!

Offerta valida presso lo store UV di Vicenza fino al 31/12/2017

Non cumulabile con altre promozioni attive

www.universovegano.it

CONTROLLO E CERTIFICAZIONE PRODUZIONI BIOLOGICHE



CONTROLLO E
CERTIFICAZIONE
PRODUZIONI BIOLOGICHE



CERTIFICAZIONE
VOLONTARIA
DI PRODOTTO



Contatti

Bios srl

Sede Centrale:

Marostica (VI) via Montello 6

Tel 0424.471125 Fax 0424.476947

www.certbios.it info@certbios.it

**Carbon Emission
Bneutral**

Certificazione volontaria di prodotti e processi
con emissione compensata di anidride carbonica CO₂
a disposizione per preventivi gratuiti
tel.0424.471125 info@certbios.it