



Numero XXIV del 16/06/2016

Cooperativa Aequos

## NOTIZIARIO

a cura del tavolo produttori

<http://www.aequos.eu> rimani in contatto con Aequos su facebook. Diventa Fan della pagina ufficiale



## GITA ALL'ACETAIA GUERZONI



Buongiorno a tutti,  
per chi si era generosamente prenotato per la **GITA all'ACETAIA GUERZONI**, dobbiamo purtroppo comunicare che **non sarà effettuata** in quanto non sono pervenute adesioni sufficienti per riempire un pullman.

Chiedo ai referenti dei Gas che si erano prenotati di avvisare i propri iscritti.

Valuteremo al prossimo tavolo produttori le motivazioni di tale defezione.

## VERDURA DI STAGIONE: I PEPERONI

### STORIA E CURIOSITÀ

Originario delle lontane terre sudamericane (Brasile per la precisione), il **PEPERONE** deve il suo nome (capsicum annum) all'associazione con il latino "capsa", ovvero scatola per la sua forma particolare che ne fa un vero e proprio contenitore vuoto di semi.

### ASPETTI NUTRIZIONALI

Sorpresa: i **PEPERONI** si rivelano un buon serbatoio di vitamina C (quasi al pari degli agrumi). I nutrienti disponibili si completano con la provitamina A (nella varietà rossa) e nella vitamina B9 (nella qualità verde).

Il mix di alte quantità di potassio e bassa concentrazione di sodio lo rende un buon diuretico naturale.

### VARIETÀ

Effettivamente difficile catalogare tutte le varie tipologie per colore, forma e sapore, dal **VERDE CHIARO** al **ROSSO SCURO**, dal **DOLCE** al **PICCANTE**. In Italia i peperoncini piccoli verdi si alternano ai più grandi (e colorati) peperoni, spesso con diversi utilizzi anche in cucina.

## IN CUCINA

Consumati crudi o cotti, sono spesso un importante accompagnamento di ricette tradizionali della cucina regionale italiana. Se vuoi consumarli in inverno, puoi conservarli sottoaceto e sottolio, oltre che essiccati al sole; in quest'ultimo caso l'utilizzo è spesso per insaporire altre pietanze (peperoncino docet).



## IN ORTO

Seguendo le regole di famiglia (solanacee, assieme a melanzane e patate), i **PEPERONI** richiedono molte ore di esposizione alla luce e pertanto sono seminati di solito in primavera inoltrata per essere poi raccolti durante l'intera estate e fino a settembre/ottobre (non sopravvivono alle prime gelate).

Se i **PEPERONCINI PICCANTI** sono da raccogliere a piena maturazione (quando assumono il caratteristico colore rosso marcato) gli altri sono colti anche prima.

Il suolo è preferibilmente morbido e ben concimato.

## QUESTI I TURNI DEL 17-18 GIUGNO

### **SBANCALAMENTO VENERDI' SERA:**

RITROVO PRESSO IL MAGAZZINO AD UBOLDO DALLE 17.30 IN AVANTI: **OLTRESTAZIONE e ROVELLASGAS**

L'organizzazione della distribuzione di sabato mattina sarà:

### **Punto logistico LEGNANO**

I GAS che fanno riferimento a questo punto logistico possono passare a ritirare a partire dalle ore **7,45** in via Di Vittorio, 12 a SAN GIORGIO SU LEGNANO

### **Punto logistico VANZAGHELLO**

Gas di turno: **GAS 7 FONTANE** con ritrovo per questo gas alle ore **8.45** a Vanzaghello in Piazza Pertini.

I GAS che fanno riferimento a questo punto logistico possono passare a ritirare a partire dalle ore 9.00 alle ore 10.00

### **Punto logistico VARESE**

Gas di turno: **GAS OLONA** con ritrovo per questo gas alle ore **9.30** a Oggiona S.Stefano in via Bonacalza 16.

I GAS che fanno riferimento a questo punto logistico devono essere presenti puntuali alle 9,30

### **Punto logistico SESTO CALENDE**

I GAS che fanno riferimento a questo punto logistico possono passare a ritirare a partire dalle ore **10.45** in Via Roma a VERGIATE

### **Punto logistico SARONNO-GASUSA**

A GASUSA la consegna verrà effettuata alle **7.45**.

### **Punto logistico CESATE**

I GAS che fanno riferimento a questo punto logistico possono passare a ritirare a partire dalle ore **8.15**.

### **Punto logistico BUSTO ARSIZIO**

I GAS che fanno riferimento a questo punto logistico possono passare a ritirare **alternativamente alle 8.00 o alle 9.00**

### **Punto logistico MILANO**

I GAS che fanno riferimento a questo punto logistico possono passare a ritirare a partire dalle ore **9.00**.

### **Magazzino UBOLDO**

Gas di turno: **GASPITA** con ritrovo per questo gas alle ore **8.15** in via Monte Grappa 277 a UBOLDO

**Per i GAS che ritirano a Uboldo, il ritiro avverrà secondo la tabella seguente in cui diamo un orario di ritiro per ogni gas.**

| <b>ORARIO</b> |           | <b>GAS 1</b>  | <b>GAS 2</b>      |
|---------------|-----------|---------------|-------------------|
| dalle 8.30    | alle 8.40 | CISGASO       | GASAMOS           |
| dalle 8.40    | alle 8.50 | AIRONGAS      | MIGASO            |
| dalle 8.50    | alle 9.00 | SUPERCENTRONE | Ass. LA TARTARUGA |
| dalle 9.00    | alle 9.10 | GASLOCO       | Coop. CIELO       |
| dalle 9.10    | alle 9.20 |               | GAS PICCOLO       |
| dalle 9.20    | alle 9.30 | GASPACCIO     | GASINISTI         |
| dalle 9.30    | alle 9.40 | SARGASS       | ROVELLARGAS       |
| dalle 9.40    | alle 9.50 | GASIAMOCI     | GASPITA           |

## LINK UTILI

### SITO AEQUOS:

<http://www.aequos.eu>

### TURNI SI SMISTAMENTO E SBANCALAMENTO:

<http://www.aequos.eu/turni>

### CALENDARIO ROTAZIONE PRODOTTI:

[http://www.aequos.eu/documents/calendario\\_prodotti\\_a\\_rotazione.xls](http://www.aequos.eu/documents/calendario_prodotti_a_rotazione.xls)

### ARCHIVIO NOTIZIARIO (dal 9 ottobre 2014):

<http://www.aequos.eu/index.php/archivio/notiziario-produttori>

### SCHEDE PRODOTTI:

<http://www.aequos.eu/index.php/produttori/prodotti-aequos>

### SCHEDE INFORMAZIONI VARIE PRODOTTI:

<http://www.aequos.eu/index.php/archivio/informazioni-prodotti>

### APPUNTAMENTI ED EVENTI SUL TEMA GAS/SOSTENIBILITA'

<http://www.aequos.eu/index.php/eventi>

Il sito di Aequos è in continuo sviluppo e arricchimento. Sotto al menù a tendina **PRODUTTORI** (in alto) potete trovare una interessante opportunità: **OSPITALITA' RURALE**. Non sono altro che i nostri PRODUTTORI che accolgono nelle loro strutture chi vuole far loro visita.

I dettagli dell'ospitalità dovranno essere concordati direttamente dagli interessati, ma intanto crediamo siano notizie interessanti per farsi una prima idea.

## NON DIMENTICARE !

E' utile che vengano resi :

- ↗ le scatole di cartone grandi delle uova, non i singoli contenitori
- ↗ i termobox **puliti**
- ↗ le cassette di plastica nere, solo per i GAS che ritirano al magazzino di Uboldo
- ↗ le ceste del pane

## PROSSIMI INCONTRI DEI TAVOLI DI LAVORO

- ❖ **Tavolo Produttori e Logistica: Mercoledì 13-luglio-2016**  
alle ore 21.00 presso la sede della Pro-Loco di Origgio  
Origgio - via Dante Alighieri, 15

**Se vuoi partecipare sei ben accolto.  
VIENI TI ASPETTIAMO!**

Ricordatevi che i consiglieri sono disponibili ad incontrarvi  
durante le riunioni dei vostri GAS  
Invitateli scrivendo a [amministrazione@aequos.eu](mailto:amministrazione@aequos.eu)

Per comunicare non il NOTIZIARIO

[notiziarioaequos@gmail.com](mailto:notiziarioaequos@gmail.com)

**GRAZIE a TUTTI per la COLLABORAZIONE !!**