



Numero XXVII del 07/07/2016

Cooperativa AEquos

NOTIZIARIO

a cura del tavolo produttori

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



LATTE e YOGURT

Da questa settimana e per qualche mese, purtroppo, non troveremo in listino i prodotti dell'**Az.Agr. OLINI**, purtroppo LUCIANO - il titolare - è caduto dal tetto della stalla e si trova ricoverato con 9 costole rotte ed un polmone perforato; questo grave infortunio giunge a un anno di distanza dal lutto che ha colpito questa sfortunata famiglia.

Aspetteremo che si possano riprendere per inserire nuovamente i loro buonissimi prodotti in listino.

VERDURA DI STAGIONE: I CETRIOLI



STORIA E CURIOSITÀ

Dove ha origine il **CETRIOLO**? La risposta è l'Himalaya! C'è da sorprendersi dunque per quanta strada abbia fatto questo ortaggio per diffondersi prima in India e poi in Egitto, dalle cui coste è partito infine alla conquista dell'Europa.

Oggi nel nostro continente il **CETRIOLO** è utilizzato anche nella cosmesi, con il suo succo che arricchisce prodotti per la pelle con benefiche doti idratanti.

ASPETTI NUTRIZIONALI

Il **CETRIOLO** è molto presente nelle diete dimagranti per il suo riconosciuto basso contenuto calorico (composto gran parte di acqua). Pur non particolarmente ricco di nutrienti, si presenta tuttavia come un buon serbatoio di potassio e delle vitamine A, C e K.

VARIETÀ

Due sono le principali tipologie di **CETRIOLO**:

1. a **FRUTTO GROSSO**, che conta le varietà Ashley (lungo), Corta/Palla di neve (colore bianco), lungo cinese (sottile, con pochi semi e sapore dolce), Marketer (colore scuro),
2. a **FRUTTO PICCOLO**, utilizzato principalmente per i sottoaceti, che include le varietà "bianca" e "verde di Parigi".

IN CUCINA

Consumato in genere fresco e affettato crudo in insalate miste, puoi anche conservarlo sotto aceto (il celebrepickle di anglosassone memoria).

IN ORTO

Per la semina, la primavera è la stagione ottimale. Bisogna poi attendere circa due mesi e procedere alla raccolta a scalare durante l'estate (per la raccolta del **CETRIOLO** da sottoaceto si attende qualche settimana in più).

Per il **CETRIOLO** valgono le particolari esigenze di terreno comuni per le cugine cucurbitacee (meloni, zucche), che preferiscono un suolo ben concimato e possibilmente sempre umido. Per la coltivazione in balcone puoi scegliere le varietà più piccole (ma anche la Ashley può andare bene se protetta dal vento).

MIELE e suoi ABBINAMENTI

Chi usa il **MIELE** normalmente lo usa per **DOLCIFICARE** tisane, tè, latte. Alcuni lo usano nel caffè. Non in molti lo usano abbinandolo al **FORMAGGIO**. Questa combinazione esalta il sapore sia del MIELE che del FORMAGGIO regalando al nostro palato un'esplosione di gusto in un piatto velocissimo da preparare, nutriente e sano.

In questo periodo estivo probabilmente molti gasisti visiteranno la nostra bella Italia e avranno la possibilità di acquistare e gustare formaggi che normalmente non sono sulle nostre tavole.

Di seguito vi presentiamo gli abbinamenti MIELE/FORMAGGIO classici, ma il gusto personale permette di esplorare nuovi accoppiamenti.

MIELE DI ACACIA:

Pecorino romano - Provolone - Canestrato crotonese

MIELE DI ARANCIO:

Caciocavallo - Ragusano DOP - Maiorchino

MIELE DI CARDO:

Granone Iodigiano di 2 anni - Trentingrana - Sbrinz

MIELE DI CASTAGNO:

Raschera DOP - Puzzone di Moena - Novella - Caprini stagionati

MIELE DI CORBEZZOLO:

Ricotta - Mascarpone - Novella - Robiola del Bec

MIELE DI EUCALIPTO:

Parmigiano reggiano - Grana padano - Monteveronese DOP

MIELE DI GIRASOLE:

Taleggio DOP - Asiago - Pecorino di Capracotta

MELATA di BOSCO:

Pecorino - Gorgonzola - Fontina valdostana - Caprini freschi

MELATA di ABETE:

Novella - Formai de Mut DOP - Fontina valdostana - Caprini freschi

MIELE DI SULLA:

Canestrato pugliese DOP 10 mesi - Caciocavallo silano DOP - Montasio

MIELE DI TIGLIO:

Bitto DOP - Dagos di Bagolino - Castelmagno DOP

MIELE DI MILLEFIORI:

Pecorino calabrese - Pecorino siciliano DOP - Pecorino dei monti Sibillini - Pecorino di Fabriano - Caprino dell'Aspromonte -

PASTA FRESCA

Il **23 LUGLIO** vedrà l'ultima consegna di **PASTA FRESCA** del Pastificio di Gallarate prima delle meritate ferie estive. In agosto anche il pastificio chiude e riaprirà a settembre, pronto per una prima consegna ai gas di Aequos già **SABATO 10**.

In seguito, riprenderà la consueta cadenza **QUINDICINALE**. Per quest'ultima consegna di luglio, e per la prima di settembre, è stato ridotto il listino: da giugno c'è stata una riduzione negli ordini, fisiologica nei mesi estivi, e il Pastificio ha ritenuto opportuno adeguare l'offerta. Agli amici pastai un augurio di buone vacanze e un arrivederci a presto.

Particolarmente in questo periodo caldo, ricordiamo che è necessario prestare una particolare attenzione nello smistamento della pasta, soprattutto di quella ripiena: se le confezioni vengono ritirate dai gasisti solo al termine della mattinata è necessario evitare di interrompere la catena del freddo, ad esempio conservando la pasta in contenitori termici.

Agli amici pastai un augurio di buone vacanze e un arrivederci a presto.

dal CASEIFICIO DEBBENE



Un caro saluto dalla Sardegna. Io, Belindina, e le mie compagne a luglio e agosto andiamo anche noi in vacanza, naturalmente nel nostro bellissimo mare. Ci sentiremo dopo il meritato riposo e precisamente il 10 di settembre. Pertanto questa settimana è l'ultima consegna dei nostri buoni pecorini.

Speriamo per voi e per noi di avere una bella vacanza soleggiata, con tutta questa pioggia, non ne potevamo più, avevamo sempre la "maglia" bagnata!!

Dimenticavo, probabilmente a settembre vi faremo una sorpresina, sarà pronto il Pecorino stagionato!! Dipende se l'estate sarà bella e calda.

Buone vacanze!!

La vostra Belindina Debbenina

QUESTI I TURNI DEL 8-9 LUGLIO

SBANCALAMENTO VENERDI' SERA:

RITROVO PRESSO IL MAGAZZINO AD UBOLDO DALLE 17.30 IN AVANTI: **GASAUSER e GAS GAC**

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: **GASPENSA** con ritrovo per questo gas alle ore **8.45** a Vanzaghella 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: **VOGAS** 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: **SARGASS** 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.

ORARIO				GAS 1	GAS 2
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	GASPITA	GAS PICCOLO
dalle	9.20	alle	9.30	GASPACCIO	GASINISTI
dalle	9.30	alle	9.40		ROVELLASGAS
dalle	9.40	alle	9.50	GASIAMOCI	SARGASS

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

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 QUALITA': Giovedì 7-luglio-2016**
alle ore 21.00
Per dare la propria disponibilità e avere info su location
scrivere a gruppo.qualita@aequos.eu
- ❖ **Tavolo Produttori e Logistica: Mercoledì 13-luglio-2016**
alle ore 21.00 presso la sede della Pro-Loce di Origgio
Origgio - via Dante Alighieri, 15

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

Ricordatevi che i consiglieri sono disponibili ad incontrarvi
durante le riunioni dei vostri GAS
Invitateli scrivendo a amministrazione@aequos.eu

Se vuoi avere informazioni e/o devi comunicare con i TAVOLI:

- NOTIZIARIO
notiziarioaequos@gmail.com
- TAVOLO QUALITA'
gruppo.qualita@aequos.eu
- TAVOLO AMMINISTRATIVO
aequosadm@gmail.com
- TAVOLO CULTURA
cultura@aequos.eu

GRAZIE a TUTTI per la COLLABORAZIONE !!