



Numero 41 del 26/10/2017

# NOTIZIARIO

della Cooperativa

[www.aequos.eu](http://www.aequos.eu)

Rimani in contatto con Aequos su Facebook

Diventa fan della pagina ufficiale



## SERRA DI MEZZO



Le motivazioni dell'inserimento a listino dell'olio d'oliva, e di questo in particolare, vanno cercate nella nota crisi che ha colpito le olivicolture negli anni passati.

Nel 2014 l'olio iniziava a scarseggiare e il tavolo produttori si è posto il problema di come sopperire, inizialmente con Arcobaleno poi con Serra di Mezzo, che già ci forniva mandorle biologiche.

Quest'ultima, grazie alla sua collocazione collinare (570 metri) aveva risentito in maniera minore degli attacchi della mosca olearia, tuttavia inizialmente poté fornirci un solo tipo di blend; dalla fine del 2015 la situazione andò via via migliorando e la produzione attuale ricomprende diverse qualità monovarietalì.

Il prezzo non si discosta molto da quello di altri produttori conosciuti (Guariglia e La Calamita sono inferiori di tre euro al litro).



### Due parole sull'azienda

Serra di Mezzo di Damiana Messina è un'impresa individuale e, come tale, ha sede legale dove risiede la titolare, cioè a Castelbellino (AN), mentre produzione e lavorazione sono localizzati a Pietraperzia (EN) e direttamente seguiti dal nipote Giovanni Fiorino, con il supporto dello zio Giuseppe.

Già nel 2014 il nostro consulente per il biologico li aveva visitati con esito soddisfacente sia per quanto riguarda mandorle, pistacchi e le poche (20) piante di noci, che per l'uliveto, di cui riportiamo uno stralcio: "Olivo: non si irriga se non le giovani piante e si fa tutto in azienda. Si producono oli monovarietalì:



*Nocellare (Belice, Etna e Messinese) Leccino, Frantoio, Giaraffa, Biancolilla, Moresca, Cerasuola, Tonda di Iblea, Blend e anche oli aromatizzati. Sono dotati di impianto di molitura aziendale"*

Il fatto che l'azienda sia dotata di impianto interno depone a favore della qualità dell'olio, sia perché si accorciano i tempi tra la raccolta e la molitura, sia perché si ha così la certezza che l'olio è riconducibile solo alle proprie olive. Le foto che vedete sono state scattate da Pietro, nel corso della sua visita di un anno fa.



Il Tavolo Produttori

## NOCCIOLE IN ARRIVO

Il Nocciolo di Piverone ha dovuto sospendere temporaneamente le forniture a causa dell'infestazione di cimici subita nel 2016, si è quindi reso necessario trovare un'alternativa. Sono stati selezionati diversi candidati ed effettuate le comparazioni delle varie caratteristiche organolettiche.

La scelta del tavolo produttori è infine caduta su una piccola realtà del cuneese: **L'orto del Pianbosco**, gestito da tre giovani che producono anche trasformati, alcuni dei quali mancavano alla nostra pur nutrita selezione.

Per evitare i passati inconvenienti, si è deciso di inserire in listino **solo nocciole sgusciate**.

A completamento delle nostre valutazioni, questa piccola realtà è stata visitata anche dal nostro consulente dott. Bazzocchi che ha espresso un giudizio positivo.

Per maggiori dettagli cliccare **QUI**



Il Tavolo Produttori

# LA BARBABIETOLA

La barbabietola rossa, chiamata anche rapa rossa, è un tubero ancora poco diffuso nella nostra cucina ma che meriterebbe un posto di primo piano sulle nostre tavole. È infatti ricca di preziosi sali minerali come sodio, calcio ferro, fosforo e potassio, oltre che di vitamine, prime fra tutte la A e la C. Sia il tubero che le foglie contengono inoltre un'alta percentuale di antiossidanti e flavonoidi, utili compagni nella lotta ai radicali liberi.

Alla barbabietola si attribuiscono proprietà dietetiche e salutari: assorbe le tossine dalle cellule e ne facilita l'eliminazione, è depurativa, mineralizzante, antisettica, ricostituente, favorisce la digestione, stimola la

produzione di bile e rafforza la mucosa gastrica, cura le anemie, le infezioni del sistema cerebrale, stimola la produzione dei globuli rossi, scioglie i depositi di calcio nei vasi sanguigni e ne impedisce l'indurimento, infine stimola il sistema linfatico.



Il succo di barbabietola, negli ultimi anni, è stato a lungo studiato per le sue proprietà stimolanti, specialmente in ambito sportivo. Grazie al suo alto contenuto di nitrati sarebbe in grado di potenziare il rendimento muscolare in maniera del tutto naturale. Secondo una ricerca dell'Università di Exeter (Inghilterra), il succo di barbabietola sarebbe in grado di migliorare il rendimento degli atleti. Il succo somministrato ad un team di ciclisti, ha dimostrato un incremento della loro velocità

superiore al 2,5%

*Il Tavolo Produttori*

## e un'insolita ricetta priva di glutine olio e latticini

### TORTA DI BARBABIETOLE E CIOCCOLATO

**200 g cioccolato fondente**  
**250 g barbabietole cotte**  
**100 g zucchero**  
**120 g mandorle**  
**4 uova**  
**cacao amaro**  
**lievito**  
**yogurt bianco per servire**

Rompi il cioccolato a pezzetti e scioglilo a bagnomaria.

Nel frattempo in una ciotola grattugia finemente le barbabietole già cotte, aggiungi i tuorli e conserva in un contenitore a parte gli albumi. Unisci anche lo zucchero, le mandorle tritate fini, un cucchiaino di cacao amaro e un cucchiaino di lievito.

Mescola il tutto poi versa anche il cioccolato fuso.

Monta i bianchi a neve e uniscili, poco alla volta, all'impasto con un movimento dal basso verso l'alto.

Versa l'impasto in una teglia foderata con carta forno e cuoci a 180°C per circa 50 minuti, poi sforna e fai raffreddare. Servi con yogurt naturale. Puoi conservare la torta in frigorifero, servita fredda è ancora più buona.



# PROGRAMMA CONSEGNE

PRODOTTO	28 ott.	4 nov.	11 nov.	18 nov.	2 dic.
FONTINA	X CHIUSO				
AGENDA ALTRAECONOMIA	X CHIUSO				
FARINA	X CHIUSO				
RISO		X CHIUSO 29 OTT			
CAPPERI			X CHIUSO		
SOYANA				X CHIUSO 29 OTT	
SAPONI SOLIDALI					X CHIUSO 5 NOV
OLIO					X CHIUSO 29 OTT



## QUESTI I TURNI DEL 27 e 28 OTTOBRE

**SBANCALAMENTO VENERDI' SERA (17.30 - 22.00):**

RITROVO PRESSO IL MAGAZZINO AD UBOLDO DALLE 17.30 IN AVANTI:  
**GASLOCO e GASOLTRE**

## L'ORGANIZZAZIONE DELLA DISTRIBUZIONE DI SABATO MATTINA SARA':

### 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 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: **GASAUZER** con ritrovo per questo gas alle ore **9.15** 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 dalle ore **8.15**

### 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: **GASPICCOLO** con ritrovo per questo gas alle ore **8.15** in via Monte Grappa 277 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 LA TARTARUGA	SARGASS
dalle 9:00	alle 9:10	GASLOCO	COOP. CIELO
dalle 9:10	alle 9:20	GASPITA	
dalle 9:20	alle 9:30	GASPACCIO	GASINISTI
dalle 9:30	alle 9:40	GASIAMOCI	ROVELLASGAS
dalle 9:40	alle 9:50	GAS PICCOLO	



# 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 8 novembre 2017 alle ore 21.00**

*Pro Loco Origgio  
Origgio - via Dante Alighieri, 15*

**Tavolo Amministrativo: Martedì 28 novembre 2017 alle ore 21.00**

*Magazzino Aequos  
Uboldo - via Montegrappa, 227*

**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](mailto:amministrazione@aequos.eu)**



## SE VUOI AVERE INFORMAZIONI E/O DEVI COMUNICARE COI TAVOLI:

- **NOTIZIARIO**  
[notiziario@aequos.eu](mailto:notiziario@aequos.eu)

Potete inviare nuovi articoli e/o eventuali osservazioni e suggerimenti riferiti al notiziario.

- **TAVOLO QUALITA'**  
[qualita@aequos.eu](mailto:qualita@aequos.eu)

Per l'invio delle sole foto a supporto delle segnalazioni di non conformità qualitative, che vanno invece inserite, come quelle quantitative, nell'apposito modulo sul sito.

Per qualsiasi altra comunicazione che non trovi spazio nel modulo della procedura.

- **TAVOLO AMMINISTRATIVO**  
[aequosadm@aequos.eu](mailto:aequosadm@aequos.eu)

Potete inviare le comunicazioni relative alla parte amministrativa e dei pagamenti e segnalare le mancanze di interi colli, ma non le differenze di peso per cui vanno utilizzate le apposite procedure della qualità a cui si accede dal sito.

- **TAVOLO CULTURA**  
[cultura@aequos.eu](mailto:cultura@aequos.eu)

Potete inviare le richieste per pubblicizzazione e/o finanziamento degli eventi dei soci secondo regolamento e tramite gli appositi moduli e/o eventuali osservazioni e suggerimenti sulle iniziative culturali e di formazione della cooperativa.

- **TAVOLO PRODUTTORI**  
[produttori@aequos.eu](mailto:produttori@aequos.eu)

Potete inviare nuove segnalazioni di produttori o informazioni logistiche sulle distribuzioni.

- **TAVOLO COMUNICAZIONE**  
[comunicazione@aequos.eu](mailto:comunicazione@aequos.eu)

Potete comunicare a questo indirizzo tutte le informazioni/suggerimenti inerenti la comunicazione interna (notiziario, email interne) ed esterna (volantini, sito Aequos, pagina Fb) e le richieste di pubblicazione di eventi del mondo solidale.