

Una zucchina non fa primavera...a Laveno

Pubblicato: Lunedì 14 Giugno 2010

Riscoprire i ritmi della natura, rispettare le stagionalità in cui consumare frutta e verdura. E' questo il motto del quarto incontro della rassegna **“Cibo locale e sovranità alimentare”** organizzata dalla **Biblioteca Antonia Pozzi di Laveno Mombello e dal Cast**, campagna di riflessione e sensibilizzazione sulla qualità del nostro cibo e sulla commercializzazione e distribuzione del cibo a livello internazionale.

L'evento si terrà **giovedì 17 giugno, alle 18, alla Biblioteca di Laveno** ci sarà la presentazione del libro **“Una zucchina non fa primavera”** (Ediz. Terre di Mezzo) alla quale interverrà l'autrice, Roberta Ferraris. Il libro è una guida pratica per riconoscere le stagioni e cucinare piatti gustosi con i sapori veri della campagna. Consumare rispettando la stagionalità, infatti, permette non solo di assaporare prodotti realmente gustosi a un prezzo ragionevole, ma anche di evitare di portare in tavola, ad esempio, pomodori e kiwi che hanno alle spalle più km di quanti ne facciamo noi in un anno!

Oltre alle indicazioni sulla stagionalità, il libro suggerisce le ricette per poter consumare al meglio i prodotti descritti.

Proprio nel rispetto di stagionalità e località dei prodotti, dopo un aperitivo a Km 0 che chiuderà la presentazione del libro in Biblioteca, ci si trasferisce alle ore 20.00 all'agriturismo Terra Libera di Azzio, dove la teoria affrontata potrà incontrare la pratica grazie alla cena vegetariana a km 0. Risotto alle rose e lamponi, formaggi della Valcuvia e del Luinese, arrosto vegetale si accompagneranno a verdura di stagione in un menù che contribuirà anche, con parte del ricavato della serata, alla realizzazione di un progetto di sicurezza alimentare del Cast in Kenya.

L'ingresso alla presentazione del libro è gratuito mentre per la cena (30€) è necessaria la prenotazione entro mercoledì 16 giugno, chiamando il CAST al numero: 0332 667082, la Biblioteca di Laveno: 0332 667403, o mandando una mail a: info@cast-ong.org.

La rassegna “Cibo locale e sovranità alimentare”, organizzata nell'ambito del progetto di CAST “Educazione rurale tra cittadinanza attiva globale e sovranità alimentare”, cofinanziato dalla Commissione Europea, continuerà anche nel mese di luglio. Ecco i prossimi eventi: venerdì 9 luglio presentazione dei progetti in Kenya del Cast e cena a Km 0 presso il Rifugio Campiglio, all'Alpe Pradecolo; sabato 24 luglio alle ore 10.00 a Vararo, spettacolo teatrale per bambini “Merenda raccontata” e pranzo presso l'azienda agricola Capre e Cavoli.

Per informazioni: www.cast-ong.org

Redazione VareseNews

redazione@varesenews.it