



INSIEME?!? SI PUÒ!!!

Il giornalino
dell'Associazione
Insieme si Può

Anno #17
Data 15/mar/21
Numero #643

C.S.R.E. & G.A.
Casa "Chiara Aquini"
Via Vittorio Veneto, 136
33010 Reana del Rojale (UD)



info
&
web

L'ANGOLO DELLA COMUNICAZIONE

di Alessio Cantarutti -
Coordinatore Responsabile -

Si informa che:

- siamo tutti caldamente invitati ad attenerci alle disposizioni per il contenimento del rischio contagio da COVID-19 e Vi ringrazio della Vs. certa e costante collaborazione;

- si ricorda che, come sottoscritto dai Tutori/AdS/Familiari nel patto di corresponsabilità prima dell'inizio degli Interventi Straordinari, ogni variazione della stato di salute dell'Ospite o di un familiare convivente, va comunicato anche per iscritto tramite il modulo "Allegato 6 - Scheda variazione stato salute" di cui avete ricevuto duplice copia all'atto di sottoscrizione del "Patto di corresponsabilità" e nel caso si manifestasse febbre > 37,5°C o uno dei sintomi, l'Ospite non potrà partecipare agli interventi straordinari presso i locali del C.S.R.E. "Chiara Aquini";

- per contattare il C.S.R.E. siete pregati di continuare a contattarmi al cellulare, al nostro numero fisso continuerà a rispondere il Gruppo Appartamento;

RingraziandoVi per la pazienza e per le attenzioni e restando a disposizione per eventuali chiarimenti, porgo cordiali saluti

giorno	spuntino	attività mattina	Pranzo			attività pomeriggio
			Primo	Secondo	Frutta	
Lunedì	Mela		Fusili con pomodoro e tonno	strudel di salmone e philadelphia	\	
	\		1,4	1,4,7	\	
22/3	Tutti		Tutti	Tutti	\	
Martedì	yogurt		Polpettone di carne	Insalata russa	\	
	7		1,3,7	3	\	
23/3	Marco		Marco	Marco	\	
Mercoledì	Ananas fresco		Pasta San Daniele	Spinaci e cavolfiori	\	
	\		1,7	\	\	
24/3	Chiara		Chiara	Chiara	\	
Giovedì	Fette biscottate		Tortillas cubana	Cappuccino	\	
	3,6,7,8,11		1	\	\	
25/3	Marco		Marco	Tutti	\	
Venerdì	Pera		Pizza con carciofini e olive	Insalata	\	
	\		1,7	\	\	
26/3	Rudi		Rudi	Rudi	\	



1

Glutine



2

Crostacei



3

Uova



4

Pesce



5

Arachidi



6

Soia



7

Latticini



8

Frutta a guscio



9

Sedano



10

Senape



11

Sesamo



12

SO₂

13

Lupini



14

Molluschi

Notizie dal Friuli

di Luigi Cericco



Notizia del giornale: Morto un Griffone simbolo della riserva del Lago di Cornino, ucciso dai cavi della media tensione.

Causa il maltempo e le forti raffiche di vento un Griffone si è appoggiato sui fili elettrici, è rimasto folgorato ed è morto. Questo Griffone era speciale perché faceva parte della riserva del Lago di Cornino, che si occupa di proteggerli perché sono rimasti in pochi. Le maggiori cause di morte sono: i cavi elettrici e l'avvelenamento da piombo. Il Griffone F17 era nato nella riserva e aveva 15 anni e probabilmente aveva un uovo da covare dal quale non tornerà più.

La riserva del Lago di Cornino è importante perché ha delle caratteristiche uniche: le montagne, il fiume ed il clima sono ideali per diverse specie di animali e varietà di piante. In particolare ci sono le condizioni favorevoli per numerosi rettili quali: la Vipera dal corno, l'Orbettino, il Biacco e il Saettone. L'area è di particolare interesse per l'avifauna (uccelli) ed è presente anche una discreta varietà di invertebrati (ragni, lombrichi, lumache e insetti).

Il Griffone è un avvoltoio di grandi dimensioni con un'apertura alare di circa 3 metri e un peso di 7-12 kg. In Europa ci sono 4 specie di avvoltoi: il Griffone, l'Avvoltoio Monaco, il Gipeto e il Capovaccaio.



La ricetta di marco

Una ricetta particolare che arriva direttamente dall'antica Roma!!!

Galantina imperiale



Ingredienti

- 1 Tacchino
- 200g di lardo
- 200g di prosciutto cotto
- 150g di lingua
- 2 Petti di pollo
- 150g di pistacchi
- 2 Dadi
- Gelatina

- Cognac
- 1 Carota
- 1 Sedano
- 1 Cipolla
- 1 Tartufo
- q.b. Sale e pepe

Preparazione

Spelate il tacchino con cura in modo da non rompere la pelle, che andrà usata come involucro, quindi tagliate la polpa bianca del tacchino e i petti di pollo a striscioline.

Tagliate a piccoli bastoncini la lingua e metà del prosciutto cotto, poi ponete tutti questi ingredienti a bagno nel cognac e ponete in frigorifero.

Nel frattempo preparate il brodo con dei dadi, la carota, la cipolla, il sedano, le ossa e le ali del tacchino.

Per la farcitura tritate finemente il lardo con la polpa scura del tacchino, il prosciutto rimasto, sale e pepe nero, amalgamando il tutto.

Stendete la pelle del tacchino su un canovaccio e formate uno strato di ripieno, quindi disponete una fila di lingua e prosciutto, una di filetti di pollo e tacchino, una di pistacchi e ripetere ancora le stesse tre file.

Formate un altro strato e su questo disponete sei file di ingredienti nel seguente ordine: pollo e tacchino, prosciutto e lingua, tartufo a dadini, tacchino e pollo, pistacchi, lingua e prosciutto, quindi ricoprite con il resto del ripieno.

Avvicinate i lembi della pelle e cuciteli, quindi fasciate la galantina con le fette di lardo, avvolgetela in un canovaccio e fatela lessare nel brodo, calcolando 40 minuti per ogni kg.

Terminata di cuocere, scolatela, sgrassatela e fatela raffreddare con dei pesi sopra, ponendola in frigo per 2 ore, quindi affettatela e ricopritela con la gelatina, ponendo in frigo a solidificare.

La Rubrica di Rudi

SPECIALITÀ FRIULANE

- tratto da *La Cucina Italiana*, marzo 2021 -

Prosegue il "viaggio" di Rudi alla scoperta dei prodotti tipici della nostra regione.

Prosciutto crudo di San Daniele

E' riconosciuto come Dop (denominazione d'origine protetta) dal 1996, prodotto solo con maiali italiani, è tra i prosciutti più apprezzati. Si riconosce per la caratteristica forma a chitarra e per la presenza dello zampino. Una volta affettato, ha un colore rosato, un grasso candido e un sapore dolce-sapido, che diventa più intenso se viene lasciato stagionare.

Montasio

Anche il Montasio è un prodotto Dop, alpino da latte vaccino. Può avere 4 stagionature: fresco, mezzano, stagionato e stravecchio. Ottimo come ingrediente in cucina; è il protagonista del frico. A me piace soprattutto fresco!

Formadi Frant

E' nato come prodotto di recupero negli alpeggi della Carnia, quando c'era la necessità di salvare le forme di formaggio difettose, che venivano frantumate (frant) e ri-assemblate con l'aggiunta di latte, panna, sale e pepe. Ha un colore bianco-grigio. E' ottimo sul risotto, nella polenta o con le patate lessate.

Rosa di Gorizia

E' una varietà di radicchio locale, con la caratteristica forma che ricorda appunto una rosa. I cespi si raccolgono tra novembre e dicembre. E' croccante e poco amaro, ha un colore rosso.

Grappa

Il Friuli è tra le regioni più importanti per la produzione di grappa, chiamata sgnape. Uno dei nomi di produttori tra i più celebri è la grappa Nonino.



Una passeggiata a Buttrio

di Luca Catalano

Siamo andati ad accompagnare due persone al corso, poi dopo che sono scesi, siamo andati a Buttrio, inizialmente volevamo vedere il castello ma purtroppo era chiuso,

quindi abbiamo deciso di fare una passeggiata lungo il sentiero tra le viti che era molto bello. Finito il giro siamo andati da un'altra parte, volevamo dare un'occhiata ad una azienda agricola ma era chiusa, così dopo aver fatto uno spuntino con wafer alla vaniglia e acqua abbiamo deciso di andare a Corno di Rosazzo a vedere l'Abbazia, lì c'era una bella mostra, finito di fare il giro nel libro dopo aver messo una dedica e la nostra firma siamo usciti abbiamo visto il giardinetto, volevamo fare il sentiero delle rose, ma siccome stavano potando le rose non siamo andati allora abbiamo visto un bellissimo panorama e delle sculture, che erano state portate per il Doge da Villa Manin. Usciti abbiamo camminato in una strada con degli Ulivi. Poi siamo ritornati al pulmino e prima di tornare in comunità e siamo andati a prendere i ragazzi al corso.



Associazione Insieme si Può Onlus - Via Vittorio Veneto 136, 33010 Reana del Rojale (UD) - 0432 857786 - isp@associazioneinsiemesipuo.it - www.associazioneinsiemesipuo.it

94019500308

Da una visione lungimirante che voleva offrire un'accoglienza a misura di Persona, nel 1987 nasce l'Associazione Insieme si Può. Tali intenti ispirano ancora tutte le nostre azioni dove il fulcro è stato, e vuole continuare ad essere, la ricerca di un maggiore livello di Qualità di Vita delle Persone accolte a Casa "Chiara Aquini".

Se anche quest'anno vorrai scegliere di accordarci la Tua fiducia, sapremo mettere a frutto il Tuo aiuto in modo concreto e trasparente. Potrai indicare nella dichiarazione dei redditi, nel riquadro del 5‰ alle ONLUS, il nostro codice fiscale.

Il Tuo sostegno ci permetterà di continuare ad essere un significativo punto di riferimento sul territorio.

A nome di tutte le persone che fanno parte dell'Associazione, Ti ringraziamo per quanto vorrai e potrai fare!