



INSIEME?!? SI PUÒ!!!

Il giornalino
dell'Associazione
Insieme si Può

Anno #18
Data 28/3/22
Numero #691

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 di metà mattina	attività mattina	Pranzo			attività pomeriggio
			Primo	Secondo	Frutta	
Lunedì	Mela		Penne all'amatriciana con il pecorino	Insalatona	\	
	\		1-7	\	\	
28/3	Emanuela s.		Emanuela S.	Emanuela S.	\	
Martedì	Tramezzino		Passato di verdure con il farro	Frittata alle erbe Radicchio	\	
	1-7		/	3	\	
29/3	Carla		Emanuela M.	Emanuela M.	\	
Mercoledì	Nachos con il gingerino		Pizza con prosciutto cotto e funghi	Radicchio	\	
	/		1-7	/	\	
30/3	Rudi		Federica	Federica	\	
Giovedì	Coppetta di yogurt e fragole		Gnocchi al ragù	Insalatona	\	
	7		1-3	8	\	
31/3	Tutti		Emanuela M.	Carla	\	
Venerdì	Banana		Filetto di pesce maionese a piacere	Patate al forno Radicchio	\	
	/		1-3-4	/	\	
1/4	Emanuela M.		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

Il Gulash Ungherese

di Marco Gaspero

INGREDIENTI

- 800 g Polpa di manzo in pezzi
- 500 g Cipolle
- 1 spicchio Aglio
- 20 g Farina
- 1 cucchiaino Paprika dolce
- 1 cucchiaino di Semi di cumino
- 120 ml Vino rosso
- 20 g Concentrato di pomodoro
- 1 cucchiaino Aceto
- 1,5 l Brodo di manzo
- 1 foglia piccola Alloro
- 1 foglia piccola Salvia
- qualche ago tritato di Rosmarino
- 8 cucchiaini Olio EVO
- 20 g Burro
- q.b. Sale e pepe

1. Cominciamo a rosolare la carne. Non troppo fredda mi raccomando. Saliandola, massaggiandola e facciamola rosolare su tutti i lati con 6 cucchiaini di olio in una padella molto calda sufficientemente ampia. Conservate la carne rosolata in una ciotola.

2. Tostate in un padellino a fiamma bassissima la farina, la paprika e i semi di cumino. Mescolate o saltate spessissimo questi 3 ingredienti in padella facendo attenzione a non bruciarli. Dovrete percepire un profumo intenso, tipico delle spezie e della farina appena tostata.

3. Sbucciate le cipolle e tagliamole a julienne, poi fatele rosolare nella pentola in cui abbiamo fatto rosolare la carne, ma prima pulitela con

l'aiuto di un po' di carta assorbente per rimuovere l'eventuale fondo bruciato che potrebbe essersi formato. Quindi burro nella pentola pulita, i 2 cucchiaini di olio rimanenti e le cipolle assieme allo spicchio di aglio precedentemente tritato. Salate, pepate e aggiungete la foglia di alloro. Prima rilasceranno l'acqua di vegetazione, poi man mano che evaporerà si doreranno. L'importante è cucinarle a fiamma bassa e mescolarle spesso per evitare che si brucino.

4. Aggiungete alle cipolle il concentrato di pomodoro, date ancora una mescolata, poi aggiungete la carne, la farina e le spezie tostate, mescolate ancora, infine sfumate con il vino e l'aceto. Versate il brodo, che dev'essere bollente, mescolate an-

cora, aggiungete la foglia di salvia e il rosmarino tritato. Coprite con il coperchio e cuocete a fiamma bassissima per circa 2 ore / 2 ore e mezza mescolando di tanto in tanto. Se doveste notare che la carne è già piuttosto tenera ma il sugo deve ridursi ancora un po' scoperchiate in modo che si asciughi più velocemente.

Non cucinatelo troppo perché altrimenti la carne tenderà a sfilacciarsi e quindi avere un brutto impatto estetico.

5. Una volta cotto spegnete il fuoco e lasciatelo riposare con il coperchio per almeno un'ora per poi riscaldarlo e servirlo. In questo modo risulterà ancora più buono perché la carne avrà il tempo di assorbire parte del sugo di cottura.



INSIEME SI PUÒ!

Con piacere Vi invitiamo all'inaugurazione dell'esposizione di alcune nostre realizzazioni presso la sede dell'Associazione Arte-Pagnacco

**Sabato 2 aprile
alle ore 18.00**

L'esposizione sarà visibile dalle vetrine della sede espositiva di Arte Pagnacco per tutto il mese di aprile in via Fruch 5 (Pagnacco)

