

INSIEME??

Si PUÒ!!

IL GIORNALINO
DELL'ASSOCIAZIONE
INSIEME SI PUÒ

ottobre | 22

Anno 18 | Data 30/09/22 | Nr 712 | C.S.R.E. & G.A. "Chiara Aquini" | Via Vittorio Veneto 136, 33010 Reana del Rojale (UD) | Giornalino di

giorno	Spuntino di metà mattina	attività mattina	Pranzo			attività pomeriggio
			Primo	Secondo	Frutta	
Lunedì	Irish coffee		Bruschetta irlandese	Fish Pie, Coleslaw	\	
	7		1,4,7	1,3,4,7	\	
25/7	Savina		Savina	Savina	\	
Martedì	Pesche		Vitello tonnato	Patate lesse con cappucci e pomodorini	\	
	\		1, 3, 4	\	\	
26/7	Emanuela M.		Tutti	Teresa e Giulio	\	
Mercoledì	Gingerino più patate (Rodeo)		Insalatona	Torta salata caprese	\	
	\		4	1, 7	\	
27/7	Emanuela S. -		Simone	Simone	\	
Giovedì	Albicocche		Riso freddo con pollo e fagiolini	Grissino con prosciutto crudo e Insalata	\	
	\		\	1	\	
28/7	Teresa		Emanuela M.	Emanuela M.	\	
Venerdì	Anguria		Pizza farcita	Insalata	\	
	\		1, 7	\	\	
29/7	Tutti		Tutti	Tutti	\	

L'ANGOLO DELLA COMUNICAZIONE

di Alessio Cantarutti -
Coordinatore Responsabile -

Si informa che:

- domenica 16 ottobre saremo presenti a **Palmanova** su invito di "Magia delle Mani" APS in piazza Grande dalle 9.00 alle 19.00;

- siamo ancora 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, 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" 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";

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

Pierpaolo Pasolini

IL CINEMA È UN'ESPLOSIONE

DEL MIO AMORE

PER LA REALTÀ



Gite in montagna (II parte)

di Chiara Fontanini

Domenica 14 agosto

Gita al rifugio Fabiani a Paularo (1250 mt.)

Abbiamo parcheggiato l'auto alla casera ramaz, abbiamo imboccato il sentiero n.454 Che porta al rifugio in circa 2 ore di cammino. Il sentiero era tra i boschi e quindi sempre ombreggiato. Abbiamo superato un ponticello in legno su un ruscello ricco d'acqua. Poco prima di arrivare abbiamo visto delle mucche al pascolo ed abbiamo camminato su delle passerelle in tavole di legno nei tratti di sentiero bagnato. Al rifugio c'era tanta gente e anche noi ci siamo fermati a mangiare. Questa camminata l'ho fatta con mio fratello andrea e sua figlia lara. Devo dire che guidando l'auto tra i tornanti aveva un po' di paura. La gita è stata molto bella, la mia emozione è stata di felicità'

Lunedì 22 agosto 2022

Malga Cuar a Trasaghis (1219 mt.)

L'uscita è quella di Forchia abbiamo imboccato la pista sterrata che una serie di tornanti ci ha portato in un punto panoramico con il tavolino e la panca. Abbiamo proseguito tra il bosco e solo alla fine su terreno più aperto e panoramico si scorgeva la malga. Le mucche al pascolo e in lontananza il lago di cavazzo. Ci sono volute 2 ore di cammino per arrivare senza affaticarsi troppo. Abbiamo pranzato fuori nella veranda con i prodotti tipici della malga, gnocchi con il burro fuso, frico e polenta. Da bere birra e il caffè. L'unico inconveniente sono state parecchie mosche che svolazzavano.

Poi, Maria ed io, ci siamo riposati nella terrazza dove c'erano gli sdrai e li abbiamo riposato fino alle ore 13.30 Poi ci siamo alzati e abbiamo cominciato la discesa; arrivati a udine ci siamo fermati in una gelateria a prendere il gelato. Poi abbiamo preso l'auto e siamo saliti in macchina e guidava. Andrea con Maria a fianco e io dietro. Nel pomeriggio/sera siamo arrivati a casa. Sono stata contenta: la mia emozione è di felicità'.

Un menù completo (II parte)

Simone Qualizza e Marco Gaspero

Abbiamo scelto un menù per una cena o un pranzo in compagnia. Ecco le ultime due ricette per completare le nostre pietanze.

1. Antipasto - PIZZETTE ARROTOLATE ricetta sul numero 711
2. Primo - CRESPELLE ALLE ZUCCHINE ricetta sul numero 711
3. Secondo - POLPETTE DI MANZO ALLE SPEZIE
4. Dolce - GELATO AI FRUTTI DI BOSCO

▪ (SIMONE) POLPETTE DI MANZO ALLE SPEZIE

PREPARAZIONE

1. Fate ammorbidire il pane nell'acqua tiepida per 10 min; quindi sgocciolatelo e strizzatelo tra le mani per eliminare l'acqua in eccesso;
2. Sbucciate le cipolle, pelate l'aglio e tritateli insieme. In una terrina mescolate la carne di manzo con il pane ammorbidito, le cipolle, l'aglio, il prezzemolo, 2 uova, il ras-al-hanout e il misto di quattro spezie. Salate e pepate;
3. In un piatto fondo sbattete con la forchetta le altre 2 uova con 2 cucchiaini d'acqua. Versate la farina in un altro piatto fondo;
4. Con il preparato a base di carne formate, con le mani inumidite, delle polpette di medie dimensioni e passatele nell'uovo sbattuto e poi nella farina;
5. Suddividete l'olio in 2 grandi padelle e fatelo scaldare a fuoco medio. Fatevi rosolare le polpette per 5 min, girandole regolarmente con una spatola, perché acquistino un colore dorato uniforme;
6. Abbassate il fuoco e fate cuocere le polpette ancora per 15 min. Servitele 6 ben calde oppure fredde accompagnate da un misto di verdure crude.

▪ GELATO AI FRUTTI DI BOSCO (MARCO)

PREPARAZIONE

1. Lavate le fragole, privatele del picciolo, tagliate le più grosse in 2 o in 4 e irroratele con il succo di limone;
2. In una casseruola mescolate lo zucchero e la maizena. Aggiungete il concentrato, i lamponi e le fragole al limone, quindi fate scaldare a fuoco medio, continuando a mescolare per circa 5 min, finché lo zucchero si scioglie e si ispessisce leggermente. Versate il composto in una terrina, lasciatelo raffreddare e tenetelo da parte in frigorifero per 30 min;
3. Distribuite 1/4 del preparato in 6 coppe che avrete precedentemente fatto raffreddare. Ponetevi sopra 1 cucchiaino di gelato alla vaniglia, poi un altro quarto del preparato, 1 cucchiaino di gelato e infine ancora il preparato;
4. Aggiungete il resto del gelato nelle coppe, distribuitevi sopra il preparato rimasto, guarnite con la menta e servite subito.

Scopri il frutto!!!

di Luigi Cericco

1. è un frutto marrone, racchiuso in un guscio di spine;
2. è un frutto di più colori: giallo, rosso, verde. Si può fare davvero un buon succo!;
3. è un frutto arancione e lo si raccoglie da fine settembre;
4. è un frutto di due colori: nero e verde; la pianta ha una foglia larga;
5. è un frutto con gli acini; la si può trovare in due colori: nera e bianca. Si può usare per fare il vino o da mangiare a tavola;
6. è un frutto verde che si trova nei mesi autunnali; è anche il nome di un uccello australiano;
7. è un ortaggio arancione; lo trovi in autunno e si usa per fare la zuppa e...anche ad Halloween!;
8. li trovi nel bosco e puoi cucinarli col riso; esistono tante specie che si possono mangiare ma alcuni non sono commestibili perché velenosi;
9. sono verdi, bianchi o viola e si mangiano in questa stagione; si possono mangiare lessi o gratinati;
10. è un frutto tutto rosso con i chicchi rossi e succulenti.



CACHI



CASTAGNE



CAVOLI



FICHI



FUNGHI



KIWI



MELOGRANO



MELE



UVA



ZUCCA

Il mio compleanno

di Emanuela Monai

Il 17 settembre ho fatto il compleanno insieme a mia sorella Federica. Abbiamo compiuto 48 anni.

Ci hanno regalato tante cose. Al centro di Reana ho portato la torta e mi hanno regalato un borsellino.

A casa invece ho ricevuto: un maglione giallo, una sciarpa verde (rosa e bianca per Fede, insieme ad un golf viola) da parte di Denis e Laura. La mamma ci ha fatto dei braccialetti e un anello rosso. Anche a Lignano abbiamo festeggiato e ci sono stati dei regali. Abbiamo mangiato una torta pure a Lignano Sabbiadoro.

Io e Federica abbiamo festeggiato con dei confetti e dei cioccolatini. Papà e mamma ci hanno fatto delle buste con dei soldi. Dal Canada inoltre sono arrivati gli auguri anche da Marisa, una cugina della mamma. Dagli amici di famiglia abbiamo ricevuto dei regali: delle saponette, dello shampoo e dei cioccolatini, oltre ad una busta con dei soldi da parte della santola della mamma. Le sue figlie Lucia e Marina ci hanno fatto un braccialetto.

Sono stata contenta di festeggiare il compleanno con Federica.



Ingredienti (per 40 polpette)	
150 g	di pane raffermo
2	cipolle
2 spicchi	d'aglio
1 kg	di manzo magro
4	uova
1 cucchiaino	raso di ras-al-hanout (spezie per cous cous)
1 cucchiaino	misto di 4 spezie
Q.b.	di Sale e pepe
100 g	di farina
6 cucchiaini	di olio EVO

Ingredienti per il gelato	
200 g	di fragole
300 g	di lamponi
25 cl	di gelato alla vaniglia
1 cucchiaino	di succo di limone
40 g	di zucchero
6 rametti	di menta per decorare
40 g	di zucchero
2 cucchiaini	di maizena
25 cl	di concentrato di lamponi

Il regalo di Teresa

di Monica Aldegheri

Per il compleanno di Teresa io e la mamma abbiamo pensato di regalare una bellissima pianta, con un nome un po' strano... kalanchoe.

E' una pianta da interno. Ha molte foglie verdi e i fiori sono rosa con sfumature più chiare e più scure. Spero tanto che a Teresa piaccia questo mio regalo.

