

Fogliospesa | 29

Puntuale, autentico, una rete,
un mondo, una tradizione. Grazie!!!



Lettere dai clienti

Vi rimarrò fedele ancora allungo, i vostri prodotti sono ottimi, il servizio puntuale e autentico. Tutto questo mi sembra un valore.

Alice, Milano

Care Elena e Giovanna,

grazie a voi! È un privilegio far parte di una cosa più grossa di noi stessi! Ci fate sentire partecipi ad una rete, un mondo, una tradizione molto preziosi.

Un bacione, Skye Pino Torinese

Valorizzare il locale

“Questo è un periodo di raccolta delle coltivazioni seminate in primavera – ci dice Laura Nervo - e anche un inizio di messa a dimora di piantini per l'autunno: abbiamo già piantato i porri e i cavolini di Bruxelles. Finché l'acqua viene su dal pozzo va bene, perché effettivamente è un periodo difficile: le temperature asciugano tutto molto in fretta e quindi va bagnato di più. Poi c'è l'erba. Guardavo questa mattina che i porri sono sommersi dall'erba, anche se sono solo 15 giorni che li ho puliti, quindi bisogna mettersi lì di buona voglia e togliere l'erba. L'erba, infatti, viene rallentata dove c'è siccità, ma dove c'è la coltura cresce molto rigogliosa. Al pomodoro metto la pacciamatura, che aiuta a mantenere di più l'umidità e con queste temperature giova perché riesci a mantenere un pochino più fresco il terreno; senza pacciamatura ho visto che il terreno asciuga molto più in fretta, sei obbligato a bagnare molto di più e a consumare molta più acqua. In questi anni mi sono resa conto che io sono una goccia in mezzo all'oceano, non c'è la volontà, l'interesse perché sono sempre altre le cose più importanti, purtroppo nella politica l'ambiente e il suolo, vogliono far credere, ma non interessa a nessuno. Non sanno neanche quando ci sono i prodotti e quali sono le peculiarità; quando non conosci le realtà e non ne hai la competenza non sai valorizzare, dare importanza e tutelare e purtroppo l'agricoltura è sempre quella che viene meno tutelata. Si parla si dice, ci sono tremila discorsi sul cibo, poi magari quando organizzano delle serate di degustazioni a tema, vanno a recuperare dei prodotti dalla grossa distribuzione,

RICETTE DELLA SETTIMANA

Gentilina e zucchini

Lava, asciuga e taglia a pezzetti la gentilina. In una ciotola prepara un'emulsione con olio extravergine di oliva, sale, pepe, succo di limone e 1 cucchiaino di senape. Condisci l'insalata, quindi aggiungi 1 zuccina tagliata a rondelle sottilissime e dei pomodori cuore di bue a fette. Mescola bene prima di servire.

Risotto con cavolo nero e grana rotto

Monda il cavolo nero, elimina la costa centrale e tampona le foglie; poi tagliale a listarelle. In un tegame versa poco olio extravergine di oliva, fai soffriggere un trito di cipolla, aggiungi il cavolo nero e fallo cuocere per qualche minuto. Sciacqua il riso sotto l'acqua corrente, versalo sulla verdura e fallo tostare brevemente. Sfuma con del vino bianco, poi inizia a versare del brodo vegetale caldo, poco alla volta, mescolando, ogni tanto, con un cucchiaino di legno. Nel frattempo sbriciola il Grana rotto. Quando il riso è ancora al dente, spegni la fiamma e manteca con una noce di burro e con il formaggio. Regola di sale e pepe. Servi con qualche nocciola tostata.

Pasta con peperoni e fagioli meraviglia

Fai arrostiti al forno 1 peperone, spellalo e taglialo a filetti, eliminando i semi e i filamenti interni. Fai lessare i fagioli meraviglia, scolali e tagliali a rombi. In una padella antiaderente fai rosolare 1 cipolla a fettine in pochissimo olio extravergine di oliva. Unisci 1 spicchio d'aglio, i fagioli meraviglia e il peperone. Regola di sale e pepe. A parte, cuoci la pasta, scolata al dente, versala sulle verdure e falla insaporire qualche minuto a fiamma vivace. Completa con una spruzzata di succo di limone e foglioline di basilico fresco.

Scaloppine con datterini

Lava i pomodorini, tagliali a metà e trasferiscili in una teglia rivestita con carta da forno. Cospargili con un trito di aglio ed erbe aromatiche, sale, olive taggiasche denocciolate, olio extravergine di oliva; falli cuocere in forno a 160° per circa 20 minuti. Nel frattempo infarina leggermente le fettine di carne e falle dorare in padella con olio extravergine di oliva, girandole a metà cottura. Infine, regola di sale e unisci i pomodorini.

che non sanno da dove arrivano. Non sanno valorizzare il locale e questo ti fa già pensare. Il fatto che ci siano dei giovani impegnati, però, è positivo e per fortuna ce ne sono ancora”.

Grano, nocciole e uva

*“Da noi ha piovuto di più rispetto ad altre zone – ci spiega **Luca Bertero** - però comunque manca l’umidità invernale, quella che è sotto le radici e che tiene durante l’estate. In due settimane sono scesi quasi 100 ml di acqua, ma il problema è che con questo caldo manca l’umidità in profondità e le piante patiscono lo stesso. Sul grano, che è il primo prodotto che togliamo, abbiamo fatto -30% rispetto all’anno scorso, pensavamo di non fare niente sinceramente, la pioggia che è venuta a maggio ha salvato il raccolto. Si è fatta della roba bella come qualità, un 30% in meno di produzione, il prezzo è per adesso discretamente buono, poi bisogna vedere l’andamento dei mercati mondiali.*



La nocciola è abbastanza salvo come raccolto, con le piogge che sono venute a luglio, non si fa magari 100% di quello che si doveva fare, ma il 90% si farà. Siamo a 20-25 giorni dalla raccolta delle nocciole. Speriamo di avere una qualità buona e prezzi remunerativi.

Il problema secondo me è sui vigneti, perché manca l’umidità a livello radicale. Però la vite è una pianta molto strana, se facesse 2-3 temporali ad agosto è una pianta che assume tanta umidità a livello fogliare quindi grappoli tendono a riempirsi. Il problema è la differenziazione delle gemme per il prossimo anno che avviene nei mesi di luglio agosto. Se la pianta a luglio e agosto è in stress, il prossimo anno grappolini non ne tira fuori nessuno. Stessa cosa per le nocciole. Un anno decide l’altro.

Fare l’ortolano in estate

*“La giornata estiva di un ortolano è lunga e dura – ci racconta **Carla Decaroli** - ci alziamo alle 5,45 del mattino e andiamo sul lavoro, senza neppure fare colazione perché poi in serra fa molto caldo. Il primo lavoro che facciamo, subito al mattino, è la raccolta delle zucchine: è un lavoro che ci prende circa tre ore e mezza in tre persone. È importante che la raccolta venga fatta prestissimo perché il fiore si conserva meglio, altrimenti si scalda e diventa brutto.*



Una volta raccolte le annaffiamo leggermente e poi le mettiamo in frigorifero. Verso le nove facciamo colazione, che è una colazione sostanziosa, perché deve darci energia. Poi

torniamo in campo. Nel pomeriggio invece prepariamo i prodotti per la vendita al mercato.

I nostri acquirenti sono principalmente negozianti di zona, alcuni fanno a loro volta i mercati.

Siamo conosciuti per la qualità dei nostri prodotti, quindi i clienti ci cercano e questa è una bella soddisfazione. La differenza la fa come tratti e come prepari i prodotti, non basta il lavoro in campo, ma devi anche selezionare. Andando al mercato impari, capisci l’esigenza del mercato e delle persone, impari come è meglio confezionare. Non c’è nulla di scritto su cui puoi imparare, lo puoi fare solo lavorando.”

Scaloppine al grana rotto

In una padella fai sciogliere una noce di burro, sbriciola tra le mani il Grana rotto e versa del latte a filo quanto basta per ottenere una salsa piuttosto fluida. A parte, cuoci le scaloppine su entrambi i lati, regola di sale e pepe, poi copri le con la salsina al formaggio. Completa con una spolverata di pepe.

Cavolo nero in insalata

In una ciotola prepara un’emulsione con 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva, 1 cucchiaino di aceto di mele, 1 cucchiaino di miele, sale. Monda il cavolo nero, elimina la parte centrale più dura e taglia le foglie a listarelle. Trasferisci il cavolo nero in un’insalatiera, aggiungi 2 pomodori a fettine e condisci con l’emulsione. Completa con delle scaglie di mandorle leggermente tostate.

Fagioli meraviglia e zucchini al forno

Lava i fagioli meraviglia e falli sbollentare in acqua bollente, dovranno risultare ancora croccanti. Scolali e trasferiscili in una teglia rivestita con carta da forno alternandoli a degli zucchini affettati nel senso della lunghezza. Condisci le verdure con sale, pangrattato, 1 spicchio d’aglio e olio extravergine di oliva. Falle cuocere in forno a 180° per circa 25 minuti. Servi con dei pomodorini e delle foglie di basilico fresco.

Torta alle susine ramassine

Sbatti 3 uova con 130 g di zucchero fino ad ottenere un composto spumoso e gonfio. Aggiungi 250 g di yogurt bianco, 50 ml di olio extravergine di oliva e sbatti nuovamente. A parte mescola 150 g di farina semi integrale, 70 g di farina di riso, 50 g di mandorle tritate finemente; aggiungi 1 bustina di lievito per dolci o cremor tartaro setacciato e 1 pizzico di sale. Unisci i due composti, mescola bene, e aggiungi 50 g di mandorle tritate grossolanamente. Trasferisci in una tortiera rivestita con carta da forno componibile bagnata e strizzata. Lava le susine ramassine e tagliale a metà togliendo il nocciolo. Distribuisci le calotte su tutta la superficie e fai cuocere la torta in forno, a 180°, per circa 45 minuti. Sforna e fai raffreddare.