

INSIEME



IRIS ACCOGLIENZA
Dicembre 2015

INSIEME

Giornalino elaborato da ragazzi e operatori della Cooperativa

IRIS ACCOGLIENZA
Cooperativa Sociale O.N.L.U.S.

Centro Socio Educativo
Via S.Luigi Gonzaga, 8. 21013 Gallarate (VA)
Tel. 0331.795229 www.irisaccoglienza.it C.F. e P. I.V.A. 02333200125

SOMMARIO

Copertina realizzata durante le attività creative

Editoriale *Pag. 3*

Gita con il battello *Pag.4*

Il giro del mondo in 2 giorni *Pag.5*

Un pomeriggio spassoso *Pag 6*

Consigli dalla redazione *Pag. 7*

Vi presentiamo... *Pag. 8*

Arte e dintorni *Pag.10*

Mi è successo che... *Pag.12*

Poesie, fiabe e racconti *Pag.13*

La fantastica rubrica di moda di Rita *Pag.14*

Sport *Pag.15*

Cucina *Pag.16*

Controcopertina realizzata durante le attività creative

Redazione

Direttore:	Carla Zoia	Capi redattori:	Valeria Bastoni Simone Guazzi
Redattori:	Federico Apicella Francesco Confietto Monica Consolaro Walter La Viola Giuseppe Mariniello		Rita Pellizzato Riccardo Pignanelli Enrico Rinaldo Andrea Verrengia
Collaboratori:	Rosa Di Stora Michele Innocenzi Daniele Menarbin Sara Muffato Marco Rinaldo		Claudio Brombara Ilaria Parrilla Claudia Sogus

Copia gratuita stampata in proprio

Anno nuovo news nuove

Tornati dalle vacanze estive abbiamo ripreso a pieno ritmo la nostra quotidianità e quindi anche la frequentazione dell'Iris Accoglienza.

Durante le prime settimane era tanta la curiosità di sapere come fossero andate le vacanze dei nostri compagni e che cosa avessero fatto durante l'estate!

Per sapere le attività e conoscere il nuovo programma settimanale abbiamo dovuto attendere un po': subito però, ci aspettavano alcune novità.

La prima novità è stato il rientro di Chiara dopo il periodo di maternità: è stato bello rivederla e condividere con lei la giornata. Senza dimenticare che Valeria è stata confermata. Un'altra novità è stata la trasformazione della stanza B (ex falegnameria) a stanza "svago" dove durante le pause si fanno i puzzle, si gioca con i giochi in scatola, si usano le carte...insomma si fanno giochi da tavolo e si sta in compagnia!

Altre novità riguardano le attività: il giovedì pomeriggio, infatti, un gruppo di noi va al canile di Gallarate per portare i cani a fare una passeggiata. I primi cani che abbiamo conosciuto sono stati Alfio e Sardina che fortunatamente sono poi stati adottati.

C'è poi la gestione del sito e della pagina Facebook: alcuni compagni collaborano a mantenere i contatti generali e tenere aggiornata la pagina. In particolare si è aggiunto il nostro Federico alias dj Chicco che si occupa di musica italiana postando canzoni e testi di autori italiani, critiche riguardo gli ultimi film in uscita.

Il venerdì mattina c'è una nuova attività, sperimentazione creativa che ci porta alla scoperta di tecniche e materiali diversi. Oggetti di uso quotidiano, come bottiglie di plastica vengono riciclate dando forma a qualcosa di nuovo nell'attività di Riciclo Creativo. Grande rispolvero dell'attività di falegnameria declinata come bricolage e creazione di oggettistica di legno.

Le novità non riguardano però solo le attività....ma anche le persone!

Infatti da quest'anno abbiamo due nuovi compagni: per conoscerli meglio nella rubrica "Vi presentiamo..." potete scoprire tutto di Checco e Andrea.

Da qualche settimana abbiamo anche dei nuovi vicini...nei prossimi mesi avremo modo di conoscerli meglio e perchè no presentarveli nel prossimo numero!

Infine sono state introdotte piccole variazioni nel momento del pranzo: ad esempio i bis sono stati aboliti e la pausa caffè/tè si svolge dopo pranzo seduti a tavola tutti insieme.

Secondo noi le novità sono positive e possono servire per migliorare il Servizio!

Gita con il battello

Per cominciare bene l'anno e riprendere il ritmo giusto a inizio settembre siamo andati a fare una piacevole uscita sul lago Maggiore. Ci siamo diretti ad



Arona con i nostri mezzi e, una volta arrivati, nell'attesa di imbarcarci sul battello, abbiamo fatto una rilassante passeggiata in riva al lago, gustandoci il panorama e ci siamo scattati qualche foto ricordo proprio in riva al lago (qualcuno di noi ha provato a farne un paio anche più artistiche e particolari, ad esempio imitando una statua o riproducendo una scena di un famoso film, "Titanic").

Prima di salire a bordo del battello tappa bagno con piccolo e bagnato imprevisto: il nostro Michele è stato vittima inconsapevole dei servizi autopulenti. Ci siamo fatti due risate (n.d.r. il protagonista

racconta la sua disavventura nella rubrica "Mi è successo che.."), e abbiamo continuato la nostra gita: finalmente era giunto il momento di imbarcarci, direzione Angera! Siamo saliti e abbiamo preso posto all'esterno anche se faceva un po' freschino; nel tragitto è stato bello ammirare la rocca di Angera e la statua di san Carlone, confusa da qualcuno con la Statua della Libertà.

Una volta approdati al porto la fame cominciava a farsi sentire, quindi ci siamo diretti in pizzeria "Damino" per gustarci un'ottima pizza.

Durante il pranzo è stato piacevole chiacchierare e confrontarsi riguardo alla traversata sul battello. Un buon caffè e un dolce e tutti di nuovo a bordo! Al ritorno il lago era mosso e le onde facevano ondeggiare il battello.

Dopo qualche anno che non si faceva questa gita è stato fantastico riprovare e rivivere questa piccola avventura!



Il giro del mondo in due giorni

Dopo averne sentito tanto parlare alla televisione abbiamo deciso di vedere di persona e toccare con mano l'evento dell'anno: Expo Milano 2015.

Vista la grande affluenza che rendeva la visita caotica e poco piacevole ci siamo divisi in due gruppi.

Il 23 settembre, con un tempo da lupi, i coraggiosi del primo gruppo (Claudio, Ilaria, Claudia, Valeria, Walter, Riccardo, Michele, Marco, Enrico e Sara) si sono avventurati e anche un po' sventurati verso Milano.

Una volta superati i controlli davanti ai nostri occhi sono apparsi tantissimi e variopinti padiglioni.

Cartina alla mano e tanta curiosità ci hanno portato alla scoperta del Marocco dove ci siamo riscaldati un po' grazie alle dune del deserto e al clima caldo. In Ecuador alcune colonne riproducevano gli odori e i profumi tipici del Paese. Negli Emirati Arabi Uniti una bambina virtuale di nome Sara, ci ha raccontato del suo Paese e spiegato come si vive, ci si nutre e come funziona la sostenibilità, poi via tutti a fare la "siesta" in Messico! Ultimo padiglione, ma non meno importante, il padiglione Zero: all'entrata ci ha sorpreso un'enorme biblioteca che custodiva tutta la storia dell'umanità. Via via che percorrevamo il padiglione abbiamo imparato come l'uomo ha cambiato il suo rapporto con il cibo e il modo di procurarselo.

Prima di ripartire, tappa velocissima all'Albero della vita, simbolo di questa edizione di Expo 2015.



Il 30 settembre, con un clima decisamente più favorevole, il secondo gruppo, Giuseppe, Federico, Rita, Monica, Daniele, Rosa, Claudia, Carla, Claudio, Ilaria e una guida d'eccezione, Lorenzo (il fratello di Carla) che fa il volontario all'Expo, si è diretto a Milano.

Prima tappa: Padiglione Italia che sottolineava tutte le bellezze e le eccellenze del nostro Paese. La sala che ci ha colpito di più è stata la sala degli specchi dove ci siamo immersi in paesaggi naturalistici. Dopo aver visto e conosciuto un po' di più del nostro paese siamo andati nel palazzo che ospitava l'Oman, abbiamo proseguito per l'Indonesia dove ci siamo divertiti a suonare il gong, un'esperienza nuova per noi! Nel Turkmenistan ci hanno accolto calorosamente regalandoci dei gadget.



Una visita veloce e di sfuggita al padiglione dell'Ungheria per passare al grande alveare della Gran Bretagna. Appena entrati ci ha accolto una signora vestita da apicoltore che ci ha spiegato come le api producono il miele e la loro vita all'interno dell'alveare: è stato davvero interessante!

Abbiamo poi imparato che la Polonia è una delle maggiori produttrici e distributrici di mele e che la maggior parte dei cognomi polacchi rimanda a nomi di frutta!

Tappa d'obbligo all'albero della vita che ci è apparso imponente e pazzesco con i fiori colorati che si aprivano e chiudevano ad intermittenza.

Come dei veri viaggiatori ne avevamo anche noi il passaporto su cui in ogni padiglione abbiamo raccolto i timbri a ricordo del paese visitato.

È stata un'esperienza emozionante e indimenticabile e anche un po' stancante!



Un pomeriggio spassoso

Nel mese di novembre abbiamo avuto l'insolita opportunità di passare un sabato pomeriggio insieme, primo appuntamento (speriamo di rifarlo presto) del progetto "sabato svago".

Divisi in 3 gruppi ci siamo divertiti in compagnia di educatori, volontari e compagni. Checco, Gius, Walter e Sara con Chiara e Claudia si sono gustati una squisita cioccolata calda in centro a Gallarate; Monica, Federico e Daniele con Claudio e Ilaria si sono sfidati a bowling; Riccardo e Rita con Carla e Giovanna sono andati al cinema.

La merenda fuori ci ha dato l'occasione di chiacchierare per le vie del centro che erano già addobbate per Natale e così abbiamo assaporato un po' di spirito Natalizio. Il locale era pieno, ma fortunatamente si è liberato un tavolo, qualcuno è andato sul classico, mentre qualcun altro ha assaggiato gusti strani di cioccolata.

La partita a bowling è stata vinta dal pluricampione Claudio che si è cimentato in tiri strampalati facendoci divertire.

Il gruppo cinema ha scelto di trascorrere il pomeriggio in compagnia di Snoopy, Charlie Brown e i loro amici. Il film d'animazione forse era un po' infantile, ma ha saputo regalarci dolci emozioni.

Un'esperienza di questo genere ci ha fatto molto piacere, è stata una sorpresa perché di solito le gite le facciamo in settimana. È stato emozionante vedere gli educatori venire a prenderci a casa per raggiungere le rispettive mete

insieme. Ci siamo proprio svagati facendo cose diverse dal solito, per una volta senza mamma e papà!

È stato fantastico partecipare a questa uscita perché ci ha fatto vincere la pigrizia.

Siamo rimasti soddisfatti e ci auguriamo che si possa ripetere, magari cambiando gruppi e attività; peccato solo per chi non ha potuto partecipare perché aveva già altri impegni.

Consigli della redazione

Ok il supermercato è giusto e il prezzo anche!

Dovete sapere, cari lettori, che tra i nostri redattori c'è un vero esperto in materia di supermercati: Enrico!

Sempre aggiornato su prodotti, prezzi e offerte ci può consigliare dove fare la spesa. Il nostro inviato, infatti, gira tra gli scaffali di tutti i maggiori punti vendita della zona: Esselunga, Tigros, Gigante, Carrefour, Auchan, Bennet, insomma non se ne fa mancare nessuno e colleziona volantini.

Confrontando i cataloghi con le varie offerte ci siamo accorti che al Tigros si possono fare buoni acquisti e all'Esselunga si trovano interessanti promozioni e iniziative. Al Gigante c'è più offerta per quanto riguarda i giocattoli, mentre all'Auchan è opportuno comprare i casalinghi e gli articoli per la casa. In generale conviene avere le tessere, oltre ad accumulare punti si hanno infatti a disposizione molte più offerte.

Per concludere il nostro Enrico consiglia a tutti di informarsi sempre sulle offerte e sugli sconti prima di fare la spesa. Se si sta attenti e si ha la possibilità di girare più di 1 supermercato si può risparmiare parecchio!

Buona spesa a tutti.

Enrico



Francesco

In questo numero vi presentiamo un nuovo compagno che a dirla tutta noi abbiamo conosciuto diversi mesi fa quando è venuto a fare un tirocinio da noi per la scuola che frequentava lo scorso anno. Da ottobre frequenta il nostro centro. È simpatico e giocherellone. Gli abbiamo fatto alcune domande.

1. Dove abiti?

Abito a Jerago.

2. Ti piace venire all'Iris?

Si mi diverto e mi piace stare con i nuovi compagni.

3. Qual è la tua attività preferita?

Mi piace molto cartonaggio.

4. Ti piace ascoltare la musica? che tipo di musica?

Si mi piace, ascolto tutta la musica ma particolarmente Gigi d'Alessio

5. Che squadra tifi?

Tengo il milan

6. Che principe della disney vorresti essere?

Non guardo i cartoni animati, guardo solo le trasmissioni televisive.

7. Qual è il tuo piatto preferito? E il dolce?

La pastasciutta con il sugo di pomodoro; amo tutti i dolci, se devo scegliere la torta al cioccolato

8. Ti piace leggere?

Non tanto.

9. Qual è il tuo colore preferito?

Il mio colore preferito è il giallo.

10. Qual è il tuo animale preferito? Che animale vorresti essere?

È Minou, il mio cane. Il maiale (per mangiarlo)

11. Preferisci volare o viaggiare per mare?

Preferisco viaggiare per mare.

12. Sei fidanzato?

No sono scapolo.



Andrea

Al rientro dalle vacanze abbiamo trovato un nuovo compagno, si chiama Andrea ed è un gigante molto affettuoso! In questi mesi abbiamo imparato a conoscerlo e gli abbiamo fatto anche alcune domande:

1. *Dove abiti?*

A Busto Arsizio.

2. *Come è composta la tua famiglia?*

Mamma, papà, fratello e un cane!

3. *Cosa sognavi di fare da grande?*

Il cuoco.

4. *Sport preferito?*

Il Calcio.

5. *Che squadra tifi?*

La Juventus.

6. *Qual è il tuo dolce preferito?*

La torta al Cioccolato.

7. *Qual è il tuo colore preferito?*

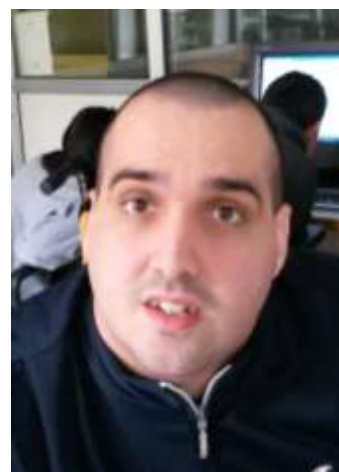
Il Rosso.

8. *Fiore preferito?*

La rosa.

9. *Quale animale ti piace?*

La Tartaruga.



10. *Mare o Montagna?*

Mare.

11. *Qual è la tua attività preferita qui all'Iris Accoglienza?*

Andare a fare movimento al Parco.

Compleanni

SETTEMBRE

20 GIUSEPPE, il giocherellone

23 MONICA, l'aspirante ballerina

OTTOBRE

10 WALTER, lo scherzoso

24 ROSA, la premurosa

NOVEMBRE

14 VALERIA, la vivace

19 SARA, la curiosa

27 FEDERICO, il chiacchierone

28 FRANCESCO, il coccolone

DICEMBRE

25 CLAUDIA, l'affettuosa

Nel mare profondo

Il titolo del nostro articolo riprende un po' il tema della mostra che si è svolta dal 10 al 18 ottobre 2015. La mostra era aperta a tutti e inoltre in settimana abbiamo ricevuto molte visite anche da gruppi provenienti da altri Centri e scuole del territorio e non.

La mostra è stata il risultato finale del lavoro di un anno laborioso.

Nel precedente numero di Insieme e nella brochure di presentazione, veniva già un po' spiegata la modalità con cui sono stati realizzati i nostri quadri.

Ma...lasciamo la parola ai nostri artisti che meglio spiegano il senso e le impressioni della mostra...

Non ce la aspettavamo che la nostra mostra fosse visitata da così tanta gente. Non i soliti familiari bensì molta gente esterna. Infatti al sabato ed alla domenica c'era qualcuno che "volantinava" fuori dalla chiesa del Sacro Cuore per invitare i visitatori. Anche durante i giorni settimanali sono venute tante persone, e qui i nostri validi artisti hanno potuto guidare la visita. Va beh ogni tanto dicevano delle "castronerie" o battute spiritose, ma riteniamo che per i visitatori vada bene anche così. Alcuni addirittura hanno sottolineato la freschezza e la spontaneità dei ciceroni.

Ringraziamo tutti gli ospiti, soprattutto quelli che hanno lasciato un pensiero sul libro delle firme (tra l'altro prodotto dal nostro laboratorio di cartonaggio).

In conclusione sappiamo che in passato ed ancora adesso vi siano dei pittori che usano la tecnica naïf, bene noi la nostra tecnica l'abbiamo battezzata "schif".

Infine per lasciare un piccolo ricordo di questa esperienza è stato proposto di fare un calendario con le foto delle opere insieme alle frasi del "diario" che hanno lasciato i visitatori.

Un caldo e generoso ringraziamento a tutti coloro che hanno partecipato e condiviso con noi questa esperienza, un grazie agli artisti che con impegno e capacità hanno realizzato vere e proprie opere d'arte e ultimo, ma non d'importanza, grazie agli educatori che pazientemente e con quel pizzico di creatività in più ci hanno aiutato nel nostro lavoro!



Commenti alla mostra

UN TUFFO FUORI STAGIONE

Domenica 18 ottobre sono uscito di casa e sono andato a vedere la mostra con i miei genitori. La mostra mi è piaciuta molto: io ho fatto il Cavalluccio Marino con Claudio durante l'attività di Fantasia.

Ho provato tantissima emozione durante la mostra perché mi sono sentito partecipe. I miei genitori mi hanno e hanno fatto i complimenti agli artisti.

Era la prima volta che si faceva una mostra all'Iris, ho provato gioia e felicità. All'inizio è stato un po' difficile ma poi ho imparato come si faceva grazie all'aiuto di Claudio e dei miei compagni.

Riccardo



Che mostra!

Ciao! Sono Sara e vi parlo della mostra dal titolo "ESPOSIZIONE D'aMARE" che era esposta dal 10 al 18 ottobre 2015 all'Aloisianum. Ecco le mie impressioni: è stata una bella esperienza, positiva e interessante.

Mi ha fatto molto piacere vedere tanta gente e tanti ragazzi di altri Centri venire in visita, una volta ho fatto anche da guida!

Sara

SAGOME

Un bel mercoledì di ottobre siamo stati invitati a Olgiate Olona a vedere una mostra di quadri "originali" dal nome "Sagome".

La mostra è il frutto di 2 anni di lavoro e di 66 persone di diversi Centri e realtà.

I lavori sono nati dall'attenta osservazione dei vari materiali (legno, sassolini, semi e legumi vari) che in un secondo tempo sono stati uniti per creare vere proprie opere d'arte. Il progetto nasce con il nome di "ztl", ovvero Zone Temporaneamente Libere, dove come già anticipato prima, gli artisti visionavano il materiale acerbo per poi creare e inventare. Ogni ragazzo, inoltre, ha espresso liberamente un



pensiero, idea o sentimento al fine di creare una sorta di diario personale; queste frasi accompagnavano poi ogni singolo lavoro. Ci ha colpito e incuriosito molto vedere appesi al soffitto dei fogli di carta di giornale o di libri che significavano la libertà di espressione definita da loro “parole che volano”.

La mostra ci ha sorpreso ed emozionato e con questo articolo cogliamo l’occasione di fare i complimenti a tutti gli artisti, educatori e collaboratori. Vi lasciamo con la frase conclusiva del “diario personale” riportata vicino all’ultima opera che chiudeva la mostra: a noi è piaciuta tanto e volevamo dividerla con voi. *“NOI è tutto questo e molto di più...è allegria, simpatia, lacrime, affetto, amore, sincerità, tristezza, rabbia, paura, amicizia, bontà, dolore, sofferenza, felicità, capacità, fragilità...e...e...e...persona! Non dimenticarlo mai!”*

Mi è successo che...

Il “cesso killer”

Come Natura chiama, dopo un po’ di tempo, qualsiasi essere vivente deve esaudire le necessità fisiologiche.

Ad Arona, presso l’imbarcadero, vi è una toilette pubblica attrezzata a pagamento, ma nulla ci faceva pensare che era una vera e propria trappola per topi. Michele, per primo, entra nella stanza infernale senza sapere ciò che da lì a poco sarebbe sucCESSO, si siede sulla tazza e comincia ad udire strani rumori come di acqua che scroscia: il trabocchetto diabolico era scattato!

Da dietro il vaso cominciò ad uscire acqua gelata, dai lati sia a destra che a sinistra si riversavano vere e proprie cateratte di acqua (sempre gelida).

Era semplicemente il sistema automatico di lavaggio del gabinetto.

A quel punto, Michele cominciò a chiedere aiuto, entrò l’educatore che subito mise all’asciutto il povero malcapitato.

Conseguenze: Michele: pantaloni fradici, scarpe fradice e tanto spavento; educatore: scarpe fradice.

N.B. Ci teniamo a precisare che il tutto è capitato in pochissimo tempo.

Soluzione: Visto che il tempo era un po’ umido, abbiamo acquistato un paio di pantaloni per cambiare il nostro sventurato eroe.

Consiglio: Se siete ad Arona, non fate la pipì!!!

Michele

Per questo numero vi proponiamo un breve favola sapientemente illustrata da Rita e Monica

LO STAGNO DELLE RANE

C'era una volta una gara di



L'obiettivo era arrivare in cima ad una



Si radunarono molti animali per assistere alla gara e fare il tifo.

Cominciò la gara, la gente non credeva possibile che dei ranocchi raggiungessero la cima.

A poco a poco tutti i ranocchi abbandonarono la gara e tornarono a tuffarsi nello



Rimase un solo ranocchio che, testardo e con grande sforzo, raggiunse il traguardo

Uno dei ranocchi si avvicinò al campione per chiedergli come avesse fatto a riuscire nell'impresa e si scoprì così che la rana era sorda!



Morale:

Non ascoltare le persone con la pessima abitudine di essere negative, derubano le migliori speranze del tuo cuore. Ricorda che le parole che ascolti, dici o leggi hanno potere. Per cui, fidati del tuo potere interiore e sii sempre sordo quando qualcuno ti dice che non puoi realizzare i tuoi sogni!

Autunno-inverno

Anche in questo numero vi parlo di moda: il motivo è molto semplice...mi piacciono molto i vestiti, le mode e bijoux!

Vi propongo la mia idea sulla collezione autunno inverno 2015: i meravigliosi anni '70 sono tornati di moda con gonne e pantaloni a vita alta che mettevano anche le nostre mamme e nonne, le gonne meglio a fantasia e corte da abbinare a gambaletti colorati o calde collant.

Dall'ispirazione di "Alice nel Paese delle Meraviglie" i grembiuli si portano fuori dalla cucina e dall'officina e si indossano di giorno o di sera. Vi chiederete...Come? Di giorno con una camicia bianca e jeans e di sera con pantaloni da smoking o gonna lunga.

Sarà anche di moda ma a me convince poco!

Quando arriva la stagione fredda tiriamo fuori dall'armadio i cappotti: quest anno non importa se di colori scuri o chiari, l'importante è preferire alla tinta unita fantasie come "quadrettati" o scozzesi.

Ultimo consiglio per l'abbigliamento: maglioncini morbidi o extralarge (a me personalmente piacciono molto rosa o rossi) e poncho anche se non è di mio gradimento.



E gli accessori?

Borse di media misura, meglio se a tracolla, per tenere portafogli, effetti vari, fazzoletti, una bibita, chiavi...

Al polso e al collo accessori con colori caldi (giallo, oro e marrone) non troppo grossi o vistosi. Io non ne porto, ma mi piace vedere sugli altri gli anelli meglio se piccoli e poco ingombranti perché secondo me abbelliscono le mani delle donne e le rendono molto più fini.

Mi è piaciuto fare questa rubrica, è stato divertente ed emozionante e spero che vi sia piaciuta!

Un bacio e un abbraccio dalla vostra fantastica Rita! Ciao ciao!

Rita

Tutti a canestro!

Il 27 Novembre siamo andati, come ogni anno, alle gare di basket. Alle gare partecipavano anche ragazzi di altri Centri della zona.



Dopo i saluti e il riscaldamento tutti insieme siamo partiti con la gara vera e propria.

Prima manche: i tiri liberi; è stato molto divertente provare a far canestro, ma lo è stato ancor di più quando la palla è rimbalzata sulla testa di Enrico.

Dopo i tiri liberi è stata la volta della partita, che ci è piaciuta molto, ma è stata anche molto faticosa. Poi abbiamo

finito con la seconda manche di tiri liberi.

Durante tutta la competizione abbiamo avuto dei tifosi sfegatati, erano i nostri genitori. Finite tutte le gare ci hanno premiato con delle medaglie e dei gadget.

Per pranzo abbiamo mangiato panini ed altre cose portare da casa, ma c'era anche un ricco rinfresco a base di focacce, pizzette, partine e bibite.

Oltre che per le gare di basket il 27 è stato un giorno speciale perché era il compleanno del nostro chiacchierone, il Federico. Lo abbiamo festeggiato tutti insieme una volta tornati all'Iris.



Per le prossime gare di basket. vi diamo appuntamento all'anno prossimo per tifarci tutti insieme!

Dalle nostre attività di cucina ecco due gustose ricette...arancioni!!

FRITTATA DI ZUCCA E PATATE

Ingredienti per 8 persone

- 8 uova
- 3 patate
- 400 g zucca
- grana padano q.b.
- rosmarino q. b.
- sale q. b.
- olio d'oliva
- 200 ml di latte



PROCEDIMENTO

1. sbucciare, lavare e tagliare a dadini le patate e la zucca
2. saltarla in padella con un filo d'olio
3. in una ciotola rompere le uova
4. aggiungere il latte, il grana grattugiato, il rosmarino e il sale e mescolare bene, senza fare i grumi
5. aggiungere le patate e la zucca una volta che si saranno raffreddati
6. foderare una teglia con la carta da forno bagnata e strizzarla
7. rovesciare il composto di uova zucca e le patate nella teglia
8. infornare 200 e controllarne la cottura

Questa ricetta può subire delle variazioni a seconda del proprio gusto personale.

TORTA BUGS BUNNY

- 150 g DI ZUCCHERO
- 150 g FARINA
- 4 UOVA
- 300 g CAROTE
- 100 g MANDORLE (FACOLTATIVO)
- 1 BUSTINA DI LIEVITO
- 1 PIZZICO DI SALE
- 90 g DI OLIO DI SEMI

1 FIALETTA DI AROMA ALLA VANIGLIA ZUCCHERO A VELO

PREPARAZIONE:

Incominciare a sbucciare le carote e successivamente tritarle nel mixer, dopo aver fatto questa operazione pesare le carote. Preriscaldare il forno a 180 °.

Separare gli albumi dai tuorli e sbattere questi ultimi con lo zucchero, quando si saranno ben amalgamati aggiungere a filo l'olio e la fialetta di vaniglia. Montare a neve ben ferma gli albumi con un pizzico di sale.

Tritare le mandorle finemente con un cucchiaino di zucchero per evitare che rilascino l'olio e unirle alle carote, aggiungerle poi ai tuorli e zucchero.

Setacciare la farina e lievito continuando a mescolare, quando il composto sarà omogeneo incorporare gli albumi mescolando con una spatola dal basso verso l'alto.

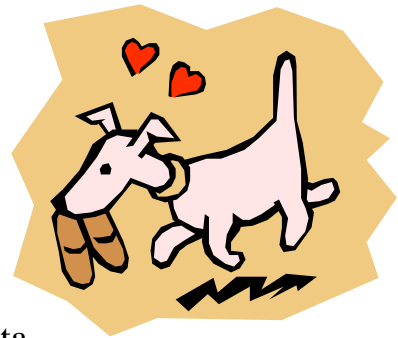
Infornare la torta per 45 minuti a 180° successivamente lasciare la torta per 5/10 minuti a forno spento. Controllare la cottura con uno stuzzicadenti inserendolo nella torta, se rimane asciutto la torta è pronta.

Quando la torta sarà fredda cospargerla di zucchero a velo.

Se avete avanzato le carote potete fare dei semplicissimi biscottini per cani:

300 g di farina
3 carote
2 cucchiaini di olio
acqua q.b

Unire la farina con l'olio poi le carote e l'acqua, impastare e lasciar riposare il tutto il frigo per mezzora avvolto pellicola trasparente. Stendere composto e fare le formine con la forma desiderata forellare con la forchetta e infornare per 25 minuti a 180° .



il

Buone

Feste!