

la Repubblica Salute

anno 15 n. 623

14 maggio 2009

La coltivazione in casa coinvolge un numero crescente di persone. Un'attività intelligente che fa risparmiare ed è anche una terapia per il corpo e per la mente.

LA CURA dell'orto

nell'insero "il nostro piatto" da pagina 19 a 30



MEDICINA

La prevenzione è l'arma vincente nell'ipertensione

da pagina 6 a 9



RICERCA

Contro i tumori sotto osservazione geni e ambiente

a pagina 14



BENESSERE

Autoabbronzanti, una tintarella con precauzioni

da pagina 35 a 37

I PRODOTTI DI MAGGIO

LE VERDURE: Asparagi, bietole, **carote**, cavolfiori, cavoli, **cicorie**, cipolline, **fagiolini**, fave, finocchi, **insalate**, patate, **piselli**, pomodori, **radicchi**, ravanelli, **cetrioli**, rucola, **sedano** spinaci

LA FRUTTA: Albicocche (seconda metà del mese), **ciliege**, fragole, **pesche** (fine mese), limoni



Fonte: Confederazione Italiana Agricoltori

L'AGENDA DEL MESE

SAGRE, FESTE E FIERE

Nel prossimo fine settimana Cimitile (Na) porta in piazza la "Patata Fest". All'interno del complesso di basiliche paleocristiane prevista la Borsa Nazionale delle Patate (info 081.5123126; www.prolococimitile.it).

Dal 15 al 17 Montagnana (Pd) ospita "Piacere, Montagnana! 12° Festa del Prosciutto Veneto DOP". Un'occasione per visitare la città, circondata da mura medievali (info 0429.81320; www.festadelprosciutto.it).

Lagosanto (Fe) ospita il 16-17 e il 23-24 maggio, la 16° edizione della Sagra delle fragole con degustazioni, musica, gare podistiche e fuochi artificiali (info 0533/909511; www.comune.lagosanto.fe.it).



Il 24 ad Arta Terme (Ud) "Festa dell'asparago di bosco, del radicchio di montagna e dei funghi di primavera" con specialità carniche e mercatino dei prodotti agricoli ed artigianali (info 0433.466220; www.carnia.it).

A Sant'Arpino (Ce) dal 29 al 31

Sagra del Casatiello con la preparazione del casatiello più grande del mondo (info 081.5011261; www.prolocosantarpino.it).

Da oggi a domenica a Pont-Saint-Martin (Ao) la 25° edizione della festa delle Cascine con fiere, grigliate e la corsa delle galline, seguita dai dieci giorni della Fête di Bouli (festa del bollito) a Roisan dal 20 al 30 (info 0165.236627; www.lovevda.it).

RIEVOCAZIONI STORICHE

Dal 31 maggio al 2 giugno a Cicciano (Na) il "Palio dei Quartieri" propone diverse pietanze rinascimentali, frutto di accurata ricerca sulle ricette del '500 (info n. 0818248887; www.prolococicciano.it).

MOSTRE MERCATO

A Gualdo (Mc) il 23 e 24 maggio "Formaggi d'Autore", mostra mercato sul meglio della produzione tradizionale. In programma anche spettacoli e giochi per bambini (info 0733.668323; 3397131810; www.formaggi.biz).

Il 30 maggio al ristorante Cattiveri di Isola Serafina (Pc) "La Pacciada dei ghiottoni". Nella corte dell'azienda agricola Pizzavacca di Soarza (Pc), domenica 31 mostra mercato dei prodotti locali (info 0523.716968; www.stradadelpo.it).



Il 5, 6 e 7 giugno al Castello di Corticelli di Nibbiano (Pc) prima edizione di Nobili Aromi, appuntamento di nicchia dedicato ai vini aromatici (info 035.221233; www.nobiliaromi.com).

RASSEGNE ENOGASTRONOMICHE

Il 17 e 18 maggio Rocchetta Nervina (Im) ospita la rassegna "I Tesori della Riviera dei Fiori", dedicata all'extravergine di oliva taggiasca e ai fiori. Protagonista anche la nuova annata di Rossese di Dolceacqua con wine tasting alle 18 di domenica 17 (info n. 184.205000; www.cmintemelja.it).

Il 22 e il 23 maggio ad Andora (Sv) "Sale e Pesce". Presso il porticciolo in mostra formaggio, focacce, sottolio, frittelle di pesce. Inoltre mercato del pesce, visita ai pescherecci e convegni (info 019.6898607; www.saleepesce.org).

Sabato 30 e domenica 31 a Marciana Marina (Li) "Un mare di sapori", omaggio a profumi e sapori toscani e isolani (info 0565.914671; www.aptelba.it).

Casola Valsenio (Ra) il 30 e il 31 propone "Erbe in fiore". Visite guidate con riconoscimento e degustazione di erbe e fiori selvatici, incontri e laboratori per la realizzazione di confetture, infusi e decotti (info 0546.71044; www.terredifaenza.it).

Dal 12 al 14 giugno a La Morra (Cn) torna "Libri da Gustare, Salone del Libro Enogastronomico e di Territorio". Tra le novità la "Grande Libreria", e "La lunga tavola delle meraviglie". Sabato 13 (20.30-23.30) il centro storico di La Morra ospiterà un percorso tra le produzioni del territorio (info 0173.50230; www.libridagustare.it).



CORSI

Dal 30 maggio al 2 giugno a Somma Vesuviana (Na) "Festa della Tammorra" con tammurriate, pizziche, tarantelle, con stage gratuiti di strumenti popolari (prenotazioni via mail a: festadellatammorra@gmail.com; www.festatammorra.altervista.org).

(a cura di Isabella egidi)