



L'orto fat

Mangiare sano con le verdure coltivate

IL SEDANO NON PUO' MANCARE NELL'ORTO

Il sedano è un ortaggio di origine mediterranea, viene usato come pianta officinale fin dagli antichi greci e da sempre apprezzato per insaporire le zuppe. Oltre che come aromatica il sedano viene spesso consumato fresco.

La coltivazione di questa verdura non prevede particolari cure se non l'imbianchimento per ottenere gambi più teneri da mangiare freschi.

I piccoli semi vengono in genere seminati in serra, in letto caldo, oppure all'aperto in maggio-giugno; piuttosto che seminare in campo aperto, si preferisce preparare le giovani piantine in luogo riparato, per poi porle a dimora nell'orto quando raggiungono almeno i 10 centimetri di altezza.

Il sedano deve esser posizionato in luogo ben soleggiato, con un terreno ricco e sciolto, a cui si mescola stallatico, prima di praticare una lavorazione accurata; le piantine vengono posizionate a circa 30 centimetri di distanza le une dalle altre, formando file ben divise. Le annaffiature abbondanti si forniscono quando il terreno è asciutto. E' bene lavorare costantemente il terreno per levare le piante infestanti, che altrimenti ru-

berebbero acqua e sostanze nutritive alle piante di sedano.

Le foglie possono venire raccolte ogni volta che servono, tagliandole alla base del picciolo, oppure si attende che la pianta abbia raggiunto le dimensioni desiderate e la si raccoglie interamente, estirpando dal terreno tutta la radice.

Troviamo in commercio in genere due tipi di sedano, quello comune, con foglie di colore verde acceso e il sedano bianco. In effetti si tratta della stessa varietà di sedano, nel primo caso è stata coltivata nel modo tradizionale, nel caso del sedano bianco invece le coste sono state imbianchite. L'imbianchimento è un processo mediante il quale si sottraggono le piante dalla luce solare. Si procede in genere circa un mese prima del raccolto, dapprima si legano semplicemente le foglie tra di loro, quindi si esclude la luce solare da gran parte dei piccioli, coprendoli con la terra.

Il sedano è un ortaggio molto utilizzato in cucina, da ingrediente fondamentale del soffritto al brodo vegetale, al ragù. Viene utilizzato anche crudo, in insalata oppure intero in pinzimonio e molto altro.



Apicoltura urbana, un alveare in città

Città come Parigi, New York, Sidney, Londra, Torino e Milano hanno iniziato questo percorso con risultati molto lusinghieri, con una partecipazione entusiasta



CIRCOLO "IL PIOPPO"

Ovest Ticino e Novarese

L'apicoltura urbana è un esperimento molto affascinante e di grande importanza per restituire equilibrio al nostro ecosistema e alla sostenibilità urbana, per la salvaguardia delle api e del miele come alimento naturale completo.

Città come Parigi, New York, Sidney, Londra, Torino e Milano hanno iniziato questo percorso con risultati molto lusinghieri, con una partecipazione entusiasta e interessata da parte di adulti e soprattutto bambini.

Centri di grande interesse culturale e non solo hanno ospitato l'iniziativa: Londra sui tetti della National Gallery, della Tate Modern e di Harrods, Parigi presso le sedi di Luis Vitton, New York presso il Waldorf Astoria, Milano presso Villa Litta.

L'attività delle api ha un peso importante per la produzione alimentare e per il nostro am-

biente. Il 70% circa delle colture è legata al ciclo di impollinazione delle api.

Anche il Ministero dell'ambiente si è fatto promotore di una iniziativa che prevedeva l'installazione di apiari sui tetti di alcuni edifici pubblici.

Le api sono anche le sentinelle dell'ambiente.

Il Circolo Legambiente IL PIOPPO e l'azienda Vivo Miele di Novara stanno collaborando con il comune per posizionare alcuni alveari nel centro di Novara, nel periodo della fioritura in città, tra fine marzo e fine maggio. La città di Novara si farà quindi partecipe di una forma di adozione e di protezione di questo indispensabile insetto.

Questo progetto potrebbe essere molto importante per favorire la riscoperta del ruolo fondamentale delle api e riavvicinare l'uomo alla natura e all'ambiente in modo semplice e soprattutto a costo



zero.

Il miele prodotto verrà analizzato in laboratori specializzati e poi donato per progetti di beneficenza.

Tutto il periodo di attività delle api fino alla produzione del miele verrà seguito dagli esperti di Vivo Miele e dai volontari di Legambiente per la realizzazione di un video

che sarà a disposizione delle scuole che ne faranno richiesta.

Si spera poi, a partire dal prossimo anno scolastico, di poter portare nelle aule delle scuole interessate, una teca con la presenza di un favo di api vive con a capo la sua affascinante regina dell'alveare in modo da fornire un'e-

sperienza particolare e diretta.

Questo progetto ha soprattutto una finalità didattica ed ha l'obiettivo di raccontare il ruolo delle api in natura, del rapporto fondamentale tra questo piccolo insetto e tutta la catena agroalimentare legata all'attività di impollinazione.

Avvicinare i bambini al mondo delle api vuol dire introdurli a una realtà naturalmente e meravigliosamente strutturata, a una vera e propria "società" organizzata con ruoli e regole precise; vuol dire entrare in confidenza con questi splendidi insetti, imparare a riconoscerli, a non temerli e a rispettarli.