



Numero 9 del 2/03/2017

NOTIZIARIO

della Cooperativa

www.aequos.eu

Rimani in contatto con Aequos su Facebook

Diventa fan della pagina ufficiale



25 e 26 MARZO FESTA AEQUOS

Pro Loco di Villa Cortese

Via Padre Kolbe, 35

SABATO 25 MARZO 2017

per il ciclo degli eventi culturali 2017 "Salute del Suolo, salute dell'uomo" si svolgerà il primo incontro dal titolo "A scuola di bio - Ruolo e funzione delle scuole di agraria per una agricoltura biologica"

- ore 16,00 inizio della tavola rotonda. E' previsto un confronto tra gli esponenti degli istituti locali e quelli di un istituto marchigiano che ha avviato con successo un progetto di coltivazione biologica di vino e olio. Parteciperanno esponenti del mondo universitario e produttivo e il nostro consulente Carlo Bazzocchi.
- ore 19,00 spazio conviviale con apericena

DOMENICA 26 MARZO 2017

- ore 10.00 accoglienza
- ore 11,00 Presentazione del progetto "Adesso pasta"
- ore 12.30 **IN PUNTO** Pranzo condiviso
- ore 14.30 Parliamo con i produttori - Il Biologico alla luce dei recenti scandali
- ore 16.30 tutti si collabora per il riordino dei locali
- ore 17.00 saluti

Iscrizioni entro il 12 marzo, ma vi consigliamo di non aspettare la data ultima perché il numero massimo che la struttura può accogliere per il pranzo è di 350 persone. Non ci sono limitazioni per chi potesse raggiungerci solo nel pomeriggio.

il CdA



COOPERATIVA AEQUOS

*Primo incontro
del ciclo di eventi su*

SALUTE DEL SUOLO, SALUTE DELL'UOMO A SCUOLA DI BIO

Ruolo e funzione delle scuole di agraria per un'agricoltura biologica



Sergio Benedetti - Responsabile Az. Agr. IIS G. Garibaldi - Macerata
Renato Arienti - Direttore responsabile Az. Agr. Ferrazzi - Villa Cortese
Marisa Fiorellino - Dirigente scolastico IIS "G. Mendel" - Villa Cortese
Maria Costanza Scarpini - Dirigente scolastico IIS "L. Castiglioni" - Limbiate
Roberto Spigarolo - Dipartimento di Scienze Agrarie e Ambientali - Università di Milano
Giovanni Dinelli - Direttore del Corso di Alta Formazione in Agricoltura Biologica - Università di Bologna
Carlo Bazzocchi - Socio AIAB e Associazione per l'Agricoltura Biodinamica

Il dibattito sarà moderato da

Pietro Raitano - Giornalista e direttore di Altreconomia

Sabato 25 marzo ore 16

Pro Loco di Villa Cortese - via Padre Kolbe 35



L'incontro si chiuderà con un aperitivo bio





GASISMO E COOPERATIVA AEQUOS COME ENTRARCI DENTRO INCONTRO DI FORMAZIONE

martedì 14 marzo 2017 - ore 21.00
ORATORIO DI VILLADOSSOLA - via XXV Aprile, 10

All'incontro formativo sono invitate tutte le persone che partecipano ai GAS del territorio e gli stessi referenti. I temi proposti riguardano i principi i valori e gli aspetti dell'economia solidale rappresentata dai GAS e dalla Cooperativa Aequos. Seguirà un dibattito in cui i referenti saranno chiamati a portare il loro contributo, in modo da valorizzare l'esperienza locale dei GAS nella vita associativa della Cooperativa. Per Aequos saranno presenti: Umberto Castagna e Danilo Villa del Gruppo Cultura e Formazione e rappresentanti del Consiglio di Amministrazione.

il Tavolo Formazione e Cultura



G.A.S.A.Bi.Le. PROPONE PER L' 11 MARZO

CEMENTO e l'eroica vendetta del letame

serata teatrale presso l'Auditorium Comunale di Rescaldina
dove la stessa sera verrà inaugurata la mostra fotografica

L'incompiuto consolidato
realità di paesaggi urbani tra Milano e Varese

il volantino è scaricabile dal sito www.aequos.eu

La Redazione



IL SOTTOVUOTO

I prodotti che acquistiamo sottovuoto sono principalmente riso, farina e mandorle.

Il riso viene venduto solitamente sottovuoto per eliminare i microrganismi aerobi. Infatti, eliminando l'aria nella confezione, la conservazione si stabilizza e diventa sicura e più duratura. Lo stesso vale per la farina (che è consigliabile, nella stagione calda, tenere in frigorifero) mentre per le mandorle si tratta soprattutto di mantenere la freschezza più a lungo (motivo per cui, una volta aperto il pacchetto, è consigliabile conservarle in un barattolo chiuso).

Nel caso del riso, c'è da sottolineare che la durata del prodotto varia a seconda che sia stato

confezionato sottovuoto o meno: solitamente, si fissa in 26 mesi la durata del riso sottovuoto, mentre nel caso di prodotto non sottovuoto la durata è di 12 mesi.

Sulla freschezza di mandorle e farine va detto che i nostri produttori le trasformano solo dopo aver ricevuto il nostro ordine, per cui alla distribuzione hanno poche settimane di vita, cosa impensabile da trovare in qualsiasi grande magazzino della GDO.

Viste le modalità produttive di farine e mandorle, siamo convinti che il loro grado di freschezza sia comunque elevato, anche se troveremo qualche pacchetto che ha perso le caratteristiche del sottovuoto. Analizzando gli ordini finora effettuati e a conferma di ciò, constatiamo che oltre oltre il 50% delle farine acquistate dai gasisti è in sacchetti di carta da 5 kg, chiaramente non sottovuoto... e non abbiamo ricevuto segnalazioni sulla non integrità/freschezza del prodotto ricevuto. Importante è rispettare quei piccoli accorgimenti che abbiamo scritto sopra....

Circa le modalità di conservazione del riso, su uno dei prossimi numeri del notiziario sarà pubblicato un articolo dedicato.

il Tavolo Produttori




CARCIOFINI SOTT'OLIO

Nel listino in apertura questa settimana trovate inseriti i carciofi piccoli misti da sott'olio. Di seguito riportiamo una semplice ricetta per produrre i carciofini sott'olio fatti in casa.



Per fare carciofini sott'olio si possono utilizzare sia i carciofi grandi che i carciofi più piccoli. Nella foto di due carciofi, uno con diametro del capolino di circa 4-5 cm e l'altro con diametro di 8-10 cm.

Per poter cuocere i carciofi nel migliore dei modi, la base del carciofo dovrebbe avere una forma conica, come rappresentato nell'immagine.

Ora puliamo anche il carciofo più grande nella stessa maniera.



Tagliamo le foglie rimaste fino a lasciare solo quelle più tenere (la parte più chiara della foglie, quella che tende al bianco/giallo chiaro) come mostra l'immagine.

Il carciofo più grande, per una cottura omogenea con quello più piccolo dovrebbe essere diviso a metà oppure in quattro (a seconda delle dimensioni) e dovrebbe essere asportata la peluria interna come mostra l'immagine. (metà di sinistra con peluria - metà di



destra è stata asportata la peluria).

Ora non ci resta che cucinare i carciofi in $\frac{3}{4}$ di acqua e $\frac{1}{4}$ di aceto per 15/20 minuti a seconda dei gusti; dopo la cottura aggiungere il sale (**SOLO DOPO LA COTTURA, mai salare l'acqua di cottura dei carciofini**) e lasciare scolare bene anche per una notte.

Il giorno dopo mettere i carciofini nei vasetti, aggiungere l'olio fino a colmare i carciofini e sterilizzare i vasetti.

il Tavolo Produttori



E' aperto l'ordine di **OLIO E.V.O. di Serra di Mezzo**. Quest'anno purtroppo la stagione olearia si presenta con una carenza di prodotto dovuto sia a fattori climatici che ad una diffusa presenza della mosca, problemi che hanno portato ad un aumento delle quotazioni.

Il nostro produttore manterrà inalterati i listini, ma saranno disponibili un numero inferiori di oli monovarietali rispetto al 2015.



Serra di Mezzo
L'Olio Extra Vergine d'Oliva.

- **E.V.O. blend fruttato intenso**
- **E.V.O. blend fruttato leggero**
- **E.V.O. monovarietale Giarraffa, fruttato medio**

Scrivete la Coldiretti: "L'olio extravergine di oliva deve essere profumato all'esame olfattivo, deve ricordare l'erba tagliata, sentori vegetali e all'esame gustativo deve presentarsi con sentori di amaro e piccante, gli oli di bassa qualità invece puzzano di aceto o di rancido e all'esame gustativo sono grassi e untuosi. Riconoscere gli oli Evo di qualità significa acquistare oli ricchi di sostanze polifenoliche antiossidanti fondamentali per la nostra salute".

**Questo sarà l'ultimo ordine che riusciremo ad aprire,
per il prossimo dovremo aspettare dicembre con la prossima campagna.**

il Tavolo Produttori



**si comunica che la consegna dei derivati di mandorla e pistacchio (Serra di Mezzo),
prevista per sabato 11 marzo, sarà anticipata a sabato 4 marzo**

il Tavolo Produttori

PROGETTO CEREAL-LEGUMI

Cereali e legumi fanno parte da millenni dell'alimentazione umana e sono componenti importanti della celebrata dieta mediterranea.

Nei nostri listini sono stati finora proposti ogni 2 o 3 mesi, ma dal 2017 vorremmo dare a questi prodotti il rilievo che meritano.

Il progetto è quindi così articolato:

Nei mesi di **FEBBRAIO** e **MARZO** proporremo nelle prime 2 settimane sia i legumi che i cereali, mentre da **APRILE** a **DICEMBRE** nelle prime 2 settimane verranno proposti solo i legumi, mentre nelle ultime 2 solo i cereali.

La proposta delle 2 settimane di seguito è per renderli disponibili anche ai GAS che ordinano ogni quindici giorni.

Verranno aggiunte nuove referenze e individuati nuovi produttori seri e desiderosi di essere coinvolti in questo progetto.

Verificheremo con loro la possibilità di seminare delle leguminose per noi, (sfruttando le rotazioni colturali previste dalla coltivazione biologica) estendendo in tal modo il controllo della filiera produttiva.

A fine anno trarremo le conclusioni di questo progetto per il quale ci auguriamo una positiva accoglienza da parte delle nostre famiglie, non solo per i benefici derivanti da una dieta equilibrata comprendente carboidrati e proteine vegetali, ma anche per il loro minor impatto sull'ambiente rispetto alle proteine animali.

Di questo tutti ne abbiamo fortemente bisogno, qualunque sia la nostra scelta nutrizionale.



il Tavolo Produttori

QUESTI I TURNI DEL 24 e 25 febbraio

SBANCALAMENTO VENERDI' SERA (17.30 - 22.00):

RITROVO PRESSO IL MAGAZZINO AD UBOLDO DALLE 17.30 IN AVANTI:

GASPITA e VENGAS

L'ORGANIZZAZIONE DELLA DISTRIBUZIONE DI SABATO MATTINA SARA':

Punto logistico LEGNANO

I GAS che fanno riferimento a questo punto logistico possono passare a ritirare a partire dalle ore **7,45** in via Di Vittorio, 12 a SAN GIORGIO SU LEGNANO

Punto logistico VANZAGHELLO

Gas di turno: **GASELLO e IL CARDO** con ritrovo per questo gas alle ore **8.45** a Vanzaghella in Piazza Pertini.

I GAS che fanno riferimento a questo punto logistico possono passare a ritirare a partire dalle ore 9.00 alle ore 10.00

Punto logistico VARESE

Gas di turno: **VENGAS** con ritrovo per questo gas alle ore **9.30** a Oggiona S.Stefano in via Bonacalza 16. I GAS che fanno riferimento a questo punto logistico devono essere presenti puntuali alle 9,30

Punto logistico SESTO CALENDE

I GAS che fanno riferimento a questo punto logistico possono passare a ritirare a partire dalle ore **10.45** in Via Roma a VERGIATE

Punto logistico **SARONNO-GASUSA**

A GASUSA la consegna verrà effettuata alle **7.45**.

Punto logistico **CESATE**

I GAS che fanno riferimento a questo punto logistico possono passare a ritirare a partire dalle ore **8.15**.

Punto logistico **BUSTO ARSIZIO**

I GAS che fanno riferimento a questo punto logistico possono passare a ritirare dalle ore **8.15**

Punto logistico **MILANO**

I GAS che fanno riferimento a questo punto logistico possono passare a ritirare a partire dalle ore **9.00**

Magazzino **UBOLDO**

Gas di turno: **SARGASS** con ritrovo per questo gas alle ore **8.15** in via Monte Grappa 277 a UBOLDO

Il ritiro avverrà secondo la tabella seguente in cui diamo un orario di ritiro per ogni gas

ORARIO		GAS 1	GAS 2
dalle 8.30	alle 8.40	CISGASO	GASAMOS
dalle 8.40	alle 8.50	AIRONGAS	MIGASO
dalle 8.50	alle 9.00	SUPERCENTRONE LA TARTARUGA	
dalle 9.00	alle 9.10	GASLOCO	COOP. CIELO
dalle 9.10	alle 9.20	GASPITA	GAS PICCOLO
dalle 9.20	alle 9.30	GASPACCIO	GASINISTI
dalle 9.30	alle 9.40	GASIAMOCI	ROVELLASGAS
dalle 9.40	alle 9.50	SARGASS	

NON DIMENTICARE!

E' utile che vengano resi :

- le scatole di cartone grandi delle uova, non i singoli contenitori
- i termobox **puliti**
- le cassette di plastica nere, solo per i GAS che ritirano al magazzino di Uboldo
- le ceste del pane

PROSSIMI INCONTRI DEI TAVOLI DI LAVORO

Tavolo Amministrativo: Martedì 7-marzo-2017 alle ore 21.00

Saronno - via Pastore, 41

Tavolo Produttori e Logistica: Mercoledì 15-marzo-2017 alle ore 21.00

Origgio - via Dante Alighieri, 15

Tavolo Qualità: Giovedì 30-marzo-2017 alle ore 21.00

per informazioni scrivere a qualita@aequos.eu

Se vuoi partecipare sei ben accetto.

VIENI TI ASPETTIAMO!

Ricordatevi che i consiglieri sono disponibili ad incontrarvi durante le riunioni dei vostri GAS

Invitateli scrivendo a amministrazione@aequos.eu



SE VUOI AVERE INFORMAZIONI E/O DEVI COMUNICARE COI TAVOLI:

- **NOTIZIARIO**
notiziario@aequos.eu

Potete inviare nuovi articoli e/o eventuali osservazioni e suggerimenti riferiti al notiziario.

- **TAVOLO QUALITA'**
qualita@aequos.eu

Per l'invio delle sole foto a supporto delle segnalazioni di non conformità qualitative, che vanno invece inserite, come quelle quantitative, nell'apposito modulo sul sito.

Per qualsiasi altra comunicazione che non trovi spazio nel modulo della procedura.

- **TAVOLO AMMINISTRATIVO**
aequosadm@aequos.eu

Potete inviare le comunicazioni relative alla parte amministrativa e dei pagamenti e segnalare le mancanze di interi colli, ma non le differenze di peso per cui vanno utilizzate le apposite procedure della qualità a cui si accede dal sito.

- **TAVOLO CULTURA**
cultura@aequos.eu

Potete inviare le richieste per pubblicizzazione e/o finanziamento degli eventi dei soci secondo regolamento e tramite gli appositi moduli e/o eventuali osservazioni e suggerimenti sulle iniziative culturali e di formazione della cooperativa.

- **TAVOLO PRODUTTORI**
produttorielogistica@aequos.eu

• Potete inviare nuove segnalazioni di produttori o informazioni logistiche sulle distribuzioni

- **TAVOLO COMUNICAZIONE**
comunicazione@aequos.eu

Potete comunicare a questo indirizzo tutte le informazioni/suggerimenti inerenti la comunicazione interna (notiziario, email interne) ed esterna (volantini, sito Aequos, pagina Fb) e le richieste di pubblicazione di eventi del mondo solidale.