



NUMERO 10 del 06.03.2025

# NOTIZIARIO DELLA COOPERATIVA

[WWW.AEQUOS.BIO](http://WWW.AEQUOS.BIO)

Seguici su **FACEBOOK**  **INSTAGRAM**  e **WHATSAPP** 

## **ORTAGGI MONDATI E LAVATI** L'AMBIENTE NATURALE

L'Ambiente Naturale è un'azienda agricola con cui abbiamo già sporadicamente collaborato e che abbiamo apprezzato per la qualità dei prodotti. Di recente, a fronte delle note difficoltà di alcuni nostri produttori, l'abbiamo nuovamente visitata per riallacciare i rapporti e verificare la possibilità di acquistare in modo più continuativo. Negli ultimi anni, con il coinvolgimento delle nuove generazioni, sono stati fatti notevoli investimenti sulla struttura, mentre sull'area coltivata si è optato per la specializzazione su un numero limitato di referenze, principalmente acquistate da NaturaSi.

L'azienda ha inoltre sviluppato la proposta di prodotti freschi lavati pronti all'uso (IV gamma). La produzione interna si avvale di un nuovo capannone e di un laboratorio molto ben organizzato, dotato di cinque celle frigorifere con diverse temperature. Attualmente è attrezzata per soddisfare una clientela che ordina a bancali per ogni singola referenza e questo, ovviamente, noi non possiamo farlo. L'incontro è però servito a valutare una collaborazione a 360° che possa venire incontro alle esigenze di entrambi. A fronte della disponibilità a fornire i prodotti in bancali misti e a considerare anche la programmazione di qualche referenza di cui siamo scoperti, ci siamo impegnati a verificare l'interesse all'interno della nostra Cooperativa per la loro nuova linea di ortaggi freschi lavati.

I prodotti, imballati in un vassoietto di cartone filmato con della pellicola ed una etichetta che ne riporta la composizione, la scadenza e le modalità di conservazione, sono stati inseriti nei listini delle due ultime settimane con circa 700 pezzi acquistati. Pensiamo che questa proposta possa andare incontro alle esigenze di piccoli nuclei familiari che, per avere varietà, dovrebbero ordinare quantitativi troppo elevati arrivando di fatto a rinunciare (es. cavolo cappuccio, verza, ecc..). Inoltre, per chi non ha molto tempo, può essere utile qualcosa di già pronto da cuocere come il minestrone. In definitiva si tratta di prodotti di assoluta qualità e di cui conosciamo la provenienza e, tra quanto a disposizione, abbiamo selezionato solo ciò che ci sembra più "sobrio e sensato". Non risultando ad oggi segnalazioni di non conformità, proseguiamo con il test.



Luca e Pietro per il Tavolo Produttori

# INCONTRO CON IL TAVOLO QUALITÀ

Martedì 11 marzo alle 21

Il Tavolo Qualità incontra i referenti della qualità dei GAS. Sei il referente della qualità del tuo GAS? Vuoi capire meglio come segnalare eccellenze e non conformità? Hai suggerimenti o idee da condividere sul tema della qualità?

Allora puoi partecipare collegandoti a questo link → <https://meet.google.com/rom-swvi-yoy>

---

## LA BACHECA DI AEQUOS

Ricordiamo il link WhatsApp della **Bacheca Aequos** a cui tutti possiamo iscriverci per ricevere notizie e informazioni; nessuno può inviare messaggi ma solo riceverli. Una volta collaudato il sistema, si potranno aprire sottogruppi tematici o relativi al lavoro dei tavoli.

Questa bacheca è per **tutti i gasisti dei GAS soci di Aequos!** Aiutateci a diffonderla.

→ <https://chat.whatsapp.com/FMAIPsqTelu9RmJdZyK6I>

---

## RICETTE ANTISPRECO

HUMMUS CON GAMBI DI CARCIOFO e BRUSCHETTE CON CREMA DI BROCCOLO

### HUMMUS CON GAMBI DI CARCIOFO

- Gambi di carciofo 2
- Ceci precotti 200 gr
- Succo di ½ limone
- Tahina 1 cucchiaino
- Aglio (facoltativo) 1 spicchio
- Olio EVO - Sale fino - Menta



Inizia dalla pulizia dei carciofi. Utilizzando un pelapatate rimuovi la parte più esterna dei gambi, che risulterebbe amara. Tagliali a pezzetti, lessali o cuocili al vapore, fino a che non risulteranno teneri. Versa i ceci nel contenitore di un mixer, aggiungi la tahina e, se piace, l'aglio privato dell'anima. Aggiungi il succo di limone, i gambi di carciofo e mezzo bicchiere di olio. Unisci il sale e frulla a più riprese, sino ad ottenere una crema liscia.

Trasferisci l'hummus in una ciotola, condisci con olio e foglioline di menta.

## BRUSCHETTE CON CREMA DI BROCCOLO

- Gambi e foglie di broccolo 150 gr
- Gherigli di noci 70 gr
- Pecorino grattugiato 40 gr
- Aglio 1 spicchio
- Olio EVO – sale – pepe nero
- Pane raffermo 8 fette
- Pomodori secchi sott'olio – acciughe sott'olio



Per prima cosa pelate il gambo del broccolo con un pelapatate per eliminare la parte esterna più coriacea, poi tagliatelo grossolanamente. Tagliate a pezzetti anche le foglie, se presenti. Cuoceteli entrambi al vapore per 10 minuti. Trasferiteli in un mixer e unite l'aglio senz'anima, il pecorino e i gherigli di noce. Frullate per qualche secondo, aggiungete l'olio poco per volta e continuate a frullare fino a raggiungere una consistenza cremosa e omogenea. Aggiustate di sale e pepe. A questo punto tagliate il pane a fette, condite con olio e pepe e tostate nel forno caldo per pochi minuti. Spalmate la crema di broccoli sulle fette di pane tostato e guarnite a piacere con pomodori secchi o acciughe.

## LETTI PER VOI

Dieta mediterranea, vegana o vegetariana? Stilata la classifica mondiale

→ <https://ilfattoalimentare.it/dieta-mediterranea-vegana-vegetariana-classifica-mondiale.html>



**RICORDIAMO A TUTTI DI UTILIZZARE BORSE TERMICHE E SIBERINI  
IN OGNI FASE DELLA DISTRIBUZIONE, DAL CENTRO LOGISTICO FINO A CASA**

## CALENDARIO DELLE PROSSIME CONSEGNE

8 MARZO	15 MARZO	22 MARZO	29 MARZO	12 APRILE	19 APRILE
FARINA	PRODOTTI VEGANI	PIANTINE da ORTO	OLIO	GPS - AMATRICE	PIANTINE da ORTO
MOZZARELLE	PASTA FRESCA	ERBE OFFICINALI		PASTA BUTRIGO	
CARNE BIANCA Pollo	La Fromagerie	MOZZARELLE			
La Ginestra PPDO					

## ABBIAMO URGENZA DI RECUPERARE:

**LE CASSETTE DI PLASTICA E CARTONE (NON QUELLE IN LEGNO)  
NON ROVINATE E SOLO DEI PRODOTTI AEQUOS**

**VI CHIEDIAMO DI RENDERE SEMPRE:**

- **I TERMOBOX PULITI (solo quelli di LATTE e YOGURT)**
- **I TERMOBOX DELLA PPDO**
- **I SIBERINI**
- **LE CESTE DEL PANE**

## SE VUOI AVERE INFORMAZIONI O COMUNICARE CON I TAVOLI

### CDA AEQUOS

→ [cda@aequos.bio](mailto:cda@aequos.bio)

Per tutti i soci che desiderino mettersi in contatto con il Cda della Cooperativa, o che vogliono invitare il Cda a partecipare ai loro incontri, eventi, manifestazioni.

### TAVOLO CULTURA

→ [cultura@aequos.bio](mailto:cultura@aequos.bio)

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.

## **NOTIZIARIO**

→ [notiziario@aequos.bio](mailto:notiziario@aequos.bio)

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

## **TAVOLO QUALITÀ**

→ [qualita@aequos.bio](mailto:qualita@aequos.bio)

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.bio](mailto:aequosadm@aequos.bio)

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 PRODUTTORI**

→ [produttorielogistica@aequos.bio](mailto:produttorielogistica@aequos.bio)

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

## **TAVOLO COMUNICAZIONE**

→ [comunicazione@aequos.bio](mailto:comunicazione@aequos.bio)

Potete comunicare a questo indirizzo tutte le informazioni e/o 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.

## **TAVOLO INFORMATICO**

→ [informatico@aequos.bio](mailto:informatico@aequos.bio)

Potete comunicare a questo indirizzo tutte le informazioni e/o suggerimenti inerenti il programma GoGas e la sua applicazione per smartphone e segnalare le problematiche relative all'inserimento degli ordini sul sito.