



cpadver-effigi.com – cpadver@mac.com



IL NUOVO CORRIERE

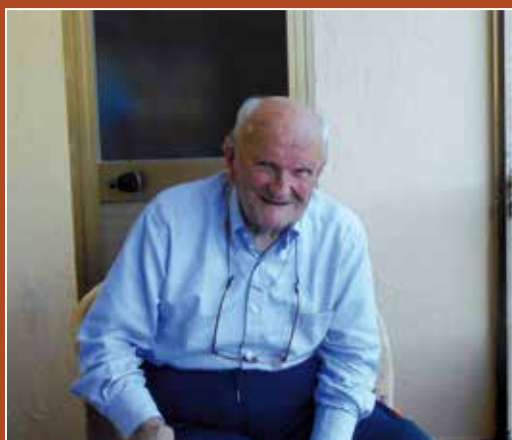
del Tufo

MANCIANO • PITIGLIANO • SORANO

€ 1,50

Il Nuovo Corriere dell'Amiata, Anno XV - Nuovo Corriere del Tufo, numero 10, Ottobre 2015

RACCOLTI D'AUTUNNO



**PILLOLE
DI STORIA**
In ricordo
del maestro
Ferrero Pizzinelli



**PREMIO PIENZA
2015:**
Il formaggio
di Sorano
sul podio

In vino Veritas

di **Mario Papalini**

All'inizio degli anni Ottanta ero un ragazzotto di belle speranze e, a quel tempo, la geografia dell'immaginario giovanile stava digerendo i pantaloni a campana, i jukebox, i colori della musica psichedelica. Le strade erano per metà bianche, le altre piene di buche, si girava in 127, vespette e Deux cheveux, molto a piedi...

Di vino se ne parlava poco, più che altro si beveva e le etichette servivano a individuare e non a vestire le bottiglie. Il Bianco di Pitigliano scorreva a fiumi nelle periferie romane, facendo quattrini ma appannando l'immagine pubblicitaria sua e del territorio. Di rosso se ne parlava ancor meno.

Di imbottigliato c'era quasi soltanto quello della Cantina sociale, pioniere commerciale con enormi potenzialità

anche oggi. Per il resto s'infiaseva in casa da damigiane arrivate direttamente dalle cantine private. Mi ricordo di un luogo fantastico vicino al letto del Fiora proprio sopra al ponte: sicuramente una ex tomba etrusca che scendeva nel ventre della terra, o almeno così mi sembrava, con il caratteristico corridoio scavato fino ad un'ambiente circolare, una specie di alcova con temperatura fresca e costante. Straordinaria per conservare vino e alimenti.

Spesso si beveva qualche bicchiere lì, al fresco, gustando la fragranza speciale in cui alitava una storia profonda e misteriosa. E quando si usciva al sole la testa girava all'improvviso come accecata dalla luce e... il vino mutava, cambiava, come se da quell'ipogeo non volesse proprio uscire, come in un rito che non poteva cambiare spazio vitale.

Il vino, offeso, si prendeva la sua rivincita, da bevanda divina si vendicava degli

Il nuovo corriere dell'Amiata anno XV

Nuovo Corriere del Tufo
Anno III, numero 10, Ottobre 2015
Mensile dell'Associazione culturale omonima senza fini di lucro

Associato al CRIC 

Produzione: C&P Adver > Mario Papalini
Edizioni: effigi 0564 967139

Iscrizione al Tribunale di Grosseto n. 10 depositata il 26.11.2001

 Questo periodico è associato all'Unione Stampa Periodica Italiana

Iscrizione al ROC n° 12763

Direttore responsabile: Fiora Bonelli,
Via del Gallaccino, 58033 Castel del Piano,
Tel. 0564 955044 - e-mail: effeffeesse@tiscali.it

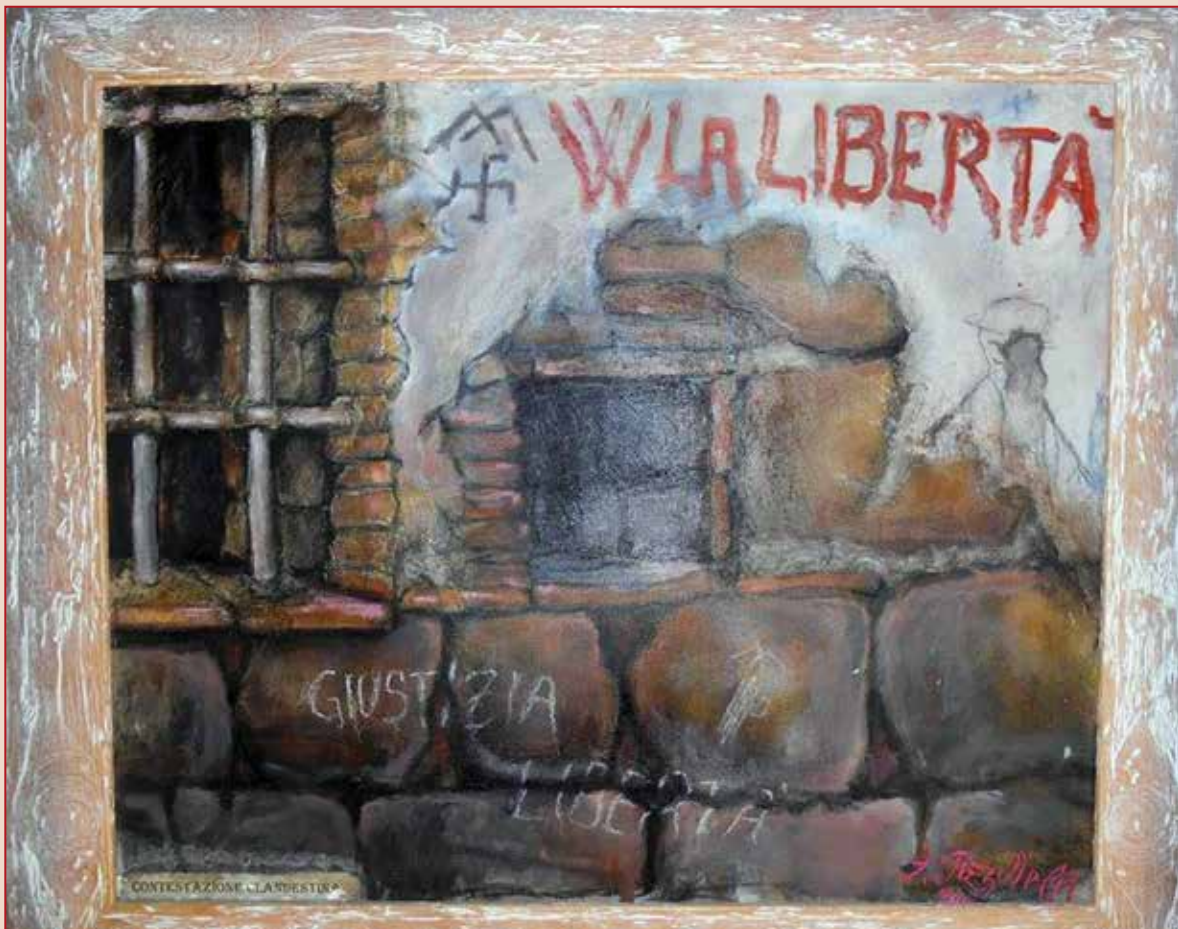
Segreteria di redazione:
Alessandro Zecchini 331 3938386
email nctuf@gmail.com

Redazione: Alessandro Zecchini, Carlotta Zambarnardi, Mario Papalini, Luca Federici, Elena Tiribocchi, Paolo Mastracca, Franco Dominici

Foto di copertina: Nicola Tisi

uomini troppo intraprendenti cangiando e annebbiando la mente... e allora... ciao Adriano, alla prossima. Grazie per questo nettare...

IL CORRIERE RICORDA... **il Maestro Ferrero Pizzinelli** *pubblicando uno dei suoi dipinti*



Quadro donato all'Associazione *Piccola Gerusalemme* da Ferrero Pizzinelli che ne era socio sostenitore. L'Associazione si unisce al ricordo del Maestro anche in questa occasione.

Interviste con la Storia

In ricordo del Maestro **FERRERO PIZZINELLI**



Qualcuno – non ricordo chi – mi disse che aveva piacere di incontrarmi. Avevo sentito parlare del Maestro Ferrero Pizzinelli, ma non lo conoscevo personalmente. Lo incontrai casualmente nel febbraio del 2014 in edicola, dove si recava con la sua Fiat Uno per acquistare i giornali. Mi fu presentato e ci accordammo per vederci qualche giorno dopo a casa sua. Per l'occasione portai alcuni miei libri come dono, ma Ferrero li aveva già acquistati e letti tutti. Quel pomeriggio esaminammo una grande quantità di documenti sul ventennio e sulla Resistenza, parlammo delle origini del fascismo a Pitigliano, degli anni della guerra, della Resistenza e del dopoguerra, di cui fu protagonista e testimone. Ferrero ricordava con precisione la data di nascita della banda partigiana di Pitigliano, perché lui c'era il 10 ottobre del 1943, quando i fratelli Casciani e qualche altro coraggioso si riunirono in località Concelli per iniziare la Resistenza. Fu testimone, seppure

a distanza, di un incontro (“un abboccamento”, diceva lui), avvenuto nel febbraio del 1944 a Poggio Strozzi, fra il comandante partigiano Pietro Casciani e il segretario del Partito fascista repubblicano Angelo Azzi.

Mi raccontò di quel delatore che, vestito sempre con la divisa tedesca, accompagnava i germanici nei rastrellamenti per le campagne di Pitigliano e Sorano. Gli era capitato più volte di incontrarlo, perché la sera passeggiava tranquillamente per San Francesco, con una sua fidanzata, proprio davanti casa sua.

Conosceva benissimo Angelo Pini, detto “Il Tenentinu”, l'ufficiale della Guardia nazionale repubblicana che aveva ucciso partigiani e renitenti a Sorano e Pitigliano, prima di finire a sua volta sotto il piombo nemico. Il Maestro lo conosceva perché anni prima Pini era stato suo compagno di scuola a Grosseto.

Quel pomeriggio lo dedicammo in gran parte a ricostruire la dinamica del bombardamento di Pitigliano, al quale Ferrero aveva assistito da Pian di Conati, dal podere di Marino Di Nardo, un antifascista che ospitava renitenti, partigia-

ni ed ebrei. Fu lì che il Maestro, renitente alla leva perché della classe 1921, sentì il crepitio di una mitragliatrice, che sparò in direzione degli aerei americani, poco prima che questi tornassero indietro per sganciare gli ordigni micidiali sul paese inerme.

Mostrai al Maestro dei documenti che lo riguardavano personalmente, perché Ferrero era stato membro del Comitato di Liberazione Nazionale di Pitigliano per il Partito d'Azione subito dopo la guerra e riconosciuto poi come Patriota nel VII Raggruppamento Bande settore B del Monte Amiata, per il periodo compreso dal 1° gennaio al 20 luglio 1944.

Quando mi congedai da lui, ebbi la sensazione di aver passato più di quattro ore con la Storia, di aver dialogato con un uomo umile e nel contempo eccezionale, con quegli occhi vivi e intelligenti, con una memoria singolare, che rivelava una profonda adesione e un grande sentimento per il proprio tempo e la comunità di Pitigliano.

Ci siamo ritrovati altre volte da allora, a ragionare sugli ebrei e la loro storia, sul Regio ispettore onorario per i monumenti e gli scavi prof. Evandro Baldini, sulle innovazioni nel nostro territorio fra Otto e Novecento, dalla luce elettrica al fallimento del progetto di una linea ferroviaria, (che considerava una grande occasione perduta) e infine sugli antifascisti pitiglianesi. Qualche volta ricordava il suo lavoro di maestro elementare e l'insegnamento in piccoli paesi lontani da Pitigliano, che raggiungeva in bicicletta. Un pomeriggio sfogiammo un libro di scuola del ventennio e ridemmo, consapevoli però, dei danni di quella “didattica”.

Quando mi congedai da lui l'ultima volta, mi fece dono di alcuni documenti e finimmo per parlare degli impianti geotermici e dei rischi per il nostro territorio. “Oggi – mi disse – per come siamo messi, da noi sarebbe un danno anche la costruzione della linea ferroviaria”.

Il Maestro Ferrero Pizzinelli ci ha lasciato il 4 settembre, all'età di novantaquattro anni. In molti l'hanno ricordato, specialmente i suoi studenti.

Mi ritengo fortunato per averlo conosciuto e per essere stato, seppur per poco, anche io un suo allievo.



Ferrero Pizzinelli

FOCUS

UN'OTTIMA ANNATA

Intervista alla nuova enologa della Cantina Cooperativa di Pitigliano

KATIA GUERRINI

di **Alessandro Zecchini**

Un'ottima annata recitava il film del 2006 di Ridley Scott, con Russell Crowe nei panni di Max Skinner che si ritrova unico erede della tenuta con vigneto Château La Siroque. Un'ottima annata è quella che si aspettano nelle terre del tufo. Naturalmente stiamo parlando di vino e quello della vendemmia 2015 sembra essere di pregevolissima fattura. A raccontarcelo è stata Katia Guerrini romana e pitiglianese di adozione, giovane ma già storica enologa dell'azienda Poggio Foco di Manciano e da pochi giorni anche nuova enologa della Cantina Cooperativa Sociale di Pitigliano.

Katia partiamo dalla domanda più semplice e scontata, che vendemmia è stata?

Con un solo aggettivo direi che è stata una vendemmia "naturale". Non tanto la vendemmia di per se quanto la produzione del vino. Naturale in quanto, rispetto agli ultimi anni abbiamo un'uva che non avrà bisogno di particolari interventi rispetto a quello che sarà poi il prodotto finale. Un'annata che ci dovrebbe garantire un vino di qualità oltre che quantità. Che l'annata fosse buona lo si vedeva già dal mese di gennaio e la primavera ha confermato quello che speravamo. Un uva sana sia per quanto riguarda i bianchi che i rossi, mosti interessanti con parametri giusti. Diciamo che la materia prima c'è, adesso sta a noi riuscire a tirar fuori degli ottimi vini.

Sarà insomma un'ottima annata, ma qualche difetto riusciamo a trovarlo?

Se si vuole cercare il pelo nell'uovo un appunto dobbiamo farlo sulla quantità. Essendoci tanta uva bella si poteva for-

se fare più attenzione alla produzione della vite, mantenendola più bassa e quindi qualitativamente migliore. Ma stiamo parlando di un fattore che non dovrebbe impedirci di realizzare ottimi vini.

Meglio i bianchi o i rossi?

Direi che ci siamo per entrambi i vini, ma se mi devo sbilanciare direi che sarà l'annata dei bianchi

Andiamo un po' di più nel personale. Come stai vivendo questa nuova esperienza a Pitigliano presso la Cantina Cooperativa e perché questa scelta di lavorare "a casa"?

Innanzitutto ci tengo a dire che continuerò a lavorare anche per l'azienda di Poggio Foco, mi sono solo "sdoppiata" se così si può dire. Per quanto riguarda la Cantina Sociale sono qui solo da poche settimane ma quello che ho visto mi piace, c'è un forte legame con il territorio e con il lavoro che si svolge all'interno dell'azienda. Si tratta di una sfida che ho voluto accettare sapendo di andare a lavorare per una delle aziende più importanti del nostro territorio, una di quelle che rappresenta Pitigliano e non solo e che porta avanti il nome del paese. La cosa che mi ha convinto ad accettare questa nuova avventura è proprio questa ovvero la consapevolezza che lavorare per quest'azienda significa rappresentare poi un territorio in tutto il suo insieme.

Cosa manca proprio al nostro territorio per fare un salto di qualità definitivo a livello economico parlando sempre del mondo enogastronomico?

Partiamo da un presupposto importante: la materia prima c'è ed è anche di ottima qualità. Il problema è sicuramente culturale. Ci troviamo di fronte problematiche che in zone limitrofe che vivono con questi prodotti sono state superate decenni fa. Occorre una maggiore cooperazione tra i vari "attori", esistono dei prodotti,

delle persone e soprattutto dei valori che vanno fatti conoscere e tramandati. Come detto in precedenza non dobbiamo ragionare pensando di rappresentare la nostra azienda ma un territorio in tutto il suo insieme, un territorio dove i nostri figli devono crescere.



BULGARINI

l'ultimo "Compagno" mancianesese

di Paolo Mastracca

Socialista e compagno sembrano parole ormai desuete, quasi appartenenti al passato, invece Roberto Bulgarini le utilizza quotidianamente, anche su facebook, come in un ideale passaggio tra presente e passato, rivendicando con orgoglio di essere un compagno socialista. Ad alcuni il suo modo di essere e di presentarsi può sembrare folcloristico e lui consapevole di ciò si rivolge a coloro con questa frase: "a voi che ridete di noi sappiate che noi sappiamo come si vince".

Il riferimento neanche troppo velato è alle elezioni amministrative di Manciano che dovrebbero svolgersi nel 2017 in caso di termine naturale della legislatura. Abbiamo colto l'occasione per sentire il parere di Roberto Bulgarini che pur essendo dichiaratamente uomo di sinistra si trova all'opposizione in consiglio comunale della Giunta guidata dal sindaco Marco Galli che è espressione del centrosinistra. Bulgarini parla volentieri e premette: "quando dite che il socialismo è finito vi rispondo che come ideologia è attualissima ed a livello elettorale non siamo influenti considerando che nel comune di Manciano abbiamo raccolto il cinque per cento alle ultime elezioni regionali e stimiamo di valere circa il dieci per cento in caso di elezioni comunali". Per quanto riguarda la situazione politica a Manciano Roberto Bulgarini espone il suo punto di vista spiegando lo scenario che vede: "una parte del Pd sta lavorando in maniera piuttosto lampante per creare una alternativa al sindaco Marco Galli espressione dello stesso Pd.

Questa la dice lunga sul clima all'interno di questo partito dove alcuni consiglieri non partecipano strategicamente al consiglio comunale con il chiaro intento di mettere in difficoltà

il sindaco Marco Galli ed altri ancora organizzano incontri anche alla luce del sole studiando il modo per porre fine all'attuale esperienza amministrativa. Marco Galli sta tenendo in vita la maggioranza con i denti e sinceramente apprezzo lo sforzo che sta facendo".

In pratica Bulgarini sostiene che nel Pd ci sono più anime ed allora gli abbiamo chiesto qual'è quella più vicina ad un uomo di sinistra come lui: "nessuna", risponde immediatamente.

Poi aggiunge: "non sento vicino a me nessuna corrente o fazione del Pd di Manciano per il semplice motivo che non esiste nulla di politico in tali scelte ma esse sono esclusivamente frutto di personalismi ed io a questi non sono interessato".

Attualmente Roberto Bulgarini è all'opposizione con la lista civica Manciano Comune Aperto:

"stiamo tenendo un comportamento leale e di confronto in base agli argomenti che vengono proposti e questo atteggiamento responsabile ha permesso di approvare il regolamento urbanistico con il nostro contributo". Sulle prospettive future Bulgarini si esprime così: "di fatto è già iniziata una campagna elettorale che si annuncia lunghissima.

Il centrodestra a Manciano non esiste più, è stato cancellato dalla storia.

La mia intenzione è quella di formalizzare l'accordo con la lista Manciano Comune Aperto allargandola a varie espressioni del mondo del lavoro ed a personaggi che siano in grado di fornire un contributo importante per la collettività. In pratica ci rivolgiamo ad uomini liberi che non abbiano le mani legate dai partiti politici". Roberto Bulgarini esclude il ritorno ad accordi



del passato che lo hanno visto ricoprire il ruolo di assessore: "quel tipo di esperienza è stata positiva e corretta in quel dato periodo storico, adesso non è più riproponibile".

Bulgarini annuncia le sue certezze assolute: "come socialista non aderirò mai a impostazioni precostituite dai partiti politici e se non dovessi raggiungere l'accordo con la lista civica Manciano Comune Aperto mi presenterò con il vecchio simbolo del Psi, per intenderci quello con la falce ed il martello".

Roberto Bulgarini è convinto che da questo momento per arrivare alle elezioni dovremo aspettarci molti stravolgimenti e diversi colpi di scena e sul suo modo di essere di sinistra avverte: "teoricamente una parte del Pd dovrebbe essere vicina alle mie posizioni ma in realtà non siamo mai stati così distanti".

UnipolSai
ASSICURAZIONI Divisione Unipol

ASSICOOP
Grosseto SpA

PITIGLIANO
Via Don F. Rossi, 34 • c/o locali CIA

SORANO
Via Petrarca, 2 • c/o locali CIA

Responsabile:
VALENTINA DAINELLI
Cell. 334 7317653
vdainelli@unipolgrosseto.it
www.assicoop.it

GraficArt
foto e grafica
di Nicola Tisi

Viale Giovanni XXIII, 39 Pitigliano
e-mail: graficart.nicolatisi@gmail.com
Cell. 328 5455002

in Nicola Tisi Nicola Tisi
GraficArt fotograficart

Grifoni Cristina

Loc. Valle Biagna
S. Quirico di Sorano (GR)
P.A.A. : 0223220531

Tel/Fax +39 0564 619090
grifoni.cristina@hotmail.it

Le chicche del Borgo
Via Roma 46, Pitigliano
0564 614237

Pitigliano: l'Associazione Rinascimento

Non è la prima volta che sul nostro Corriere si parla dell'associazione Rinascimento di Pitigliano, una realtà in continua evoluzione che riesce ogni volta a far parlare di sé per i suoi successi e per un blasone che aumenta con il passare del tempo. Sono passati ormai quasi quattro anni da quando a Pitigliano si è costituita quest'associazione, un gruppo di musicisti dedicato a suonare esclusivamente tamburi e un corteo storico di ambientazione rinascimentale; e sembrano così lontani i giorni delle prime esibizioni ad hoc per "Festa della Contea di Pitigliano" ideata e realizzata dall'Associazione Polisportiva San Rocco.

Dal primo periodo di prova e assestamento la scuola di musica dei tamburi è riuscita a diventare una vera icona nel mondo dell'associazionismo di Pitigliano, crescendo in maniera esponenziale sia in qualità che in velleità, riuscendo pian piano a farsi notare anche al di fuori del territorio pitiglianese. Se molto del successo, soprattutto agli inizi, è stato possibile grazie al lavoro instancabile del maestro Mirko Bagnoli, personaggio estremamente carismatico che è riuscito a trasformare diciassette giovani volenterosi e appassionati in veri e propri professionisti affamati di crescere e migliorare, il 2015 è stato l'anno della



vera e propria consacrazione, con un calendario ricchissimo di esibizioni ben al di fuori del territorio nostrano. Il Corteo storico di Sovana in onore di "Matilde di Canossa", il "Civitas Infernalis" di Sarteano(SI), il "Palio Marinaro" di Porto Santo Stefano sono solo alcuni degli eventi al quale il gruppo ha preso parte, ma nel febbraio scorso vi è stata quella che ad oggi è la chiamata più importante: i tamburini di Pitigliano si sono esibiti al Carnevale di Venezia. Esibizioni e non solo; è bello ricordare che grazie all'impegno di due membri di questo gruppo (Federico Dainelli e Federico

Ciacci) è stato possibile fondare anche la scuola di tamburini per i più piccoli, scuola che ha riscosso un grande successo a dimostrazione dell'appoggio e del bisogno che esisteva a Pitigliano della creazione di questo tipo di associazione.

Per quanto riguarda la sezione dell'associazione dedicata al corteo storico si contano a oggi oltre cinquanta costumi in stile rinascimentale, tutti studiati nei minimi dettagli, costumiste esperte e altri collaboratori oltre che un gruppo fisso di "attori" grandi e piccoli che ogni volta si impegnano nelle sfilate del corteo. Un 'associazione giovane ma già affermata nel ricco panorama dell'associazionismo pitiglianese, un gruppo di persone coese capitanate dal presidente Angelo Sinatti, "quello che ci voleva" per un paese dalla ricca tradizione storica legata al mondo rinascimentale.



Mensa solidale a Manciano

Di E.T.

Dopo alcuni mesi di lavoro e di prova i primi risultati dell'attività della Consulta per il sociale di Manciano, che dal 17 novembre al 30 giugno è riuscita a gestire due chili di pasta, verdura, minestra, pesce e dieci panini da 80 grammi al giorno delle mense delle scuole elementari del paese, sembra avere raggiunto un alto grado di consolidamento e di importanza.

Il cibo non è dunque stato gettato via o sprecato ma è stato donato ad alcune famiglie che ne avevano bisogno, i volontari della consulta per due volte a settimana sono riusciti a recuperare i pasti e consegnarli a sei famiglie italiane in difficoltà.

La presidente della Consulta per il sociale Cinzia Tomassoli ha spiegato così il progetto «il progetto di mensa

solidale nasce con lo spirito di aiutare le famiglie in difficoltà segnalateci dagli assistenti sociali e anche di abbattere lo spreco di cibo».

Nel periodo estivo non si sono fermati ma hanno recuperato i pasti dalle sagre e dalle feste che si sono tenute in paese.

Un progetto nato come una sperimentazione e divenuto una vera e propria realtà, come spiegato dall'assessore alle politiche sociali Andrea Teti in un comunicato stampa.

Un progetto locale, che vuole colmare le mancanze della politica di palazzo, che ha il merito di aver connesso diversi soggetti nella comunità mancianese. Una buona pratica che cerca di combattere le disuguaglianze sociali e i problemi in cui molte persone vivono anche all'interno delle nostre piccole comunità, e allo stesso tempo si propone l'obiettivo di sprecare meno pro-

dotti alimentari e creare meno rifiuti. Sicuramente una organizzazione che funziona e che potrebbe essere esportata anche nelle località vicine.



tanta energia per dire no alla geotermia speculativa

di Luca Federici

Domenica 20 settembre a Sorano il Comitato MaremmAttiva ha organizzato una giornata di coordinamento e informazione sul tema della geotermia speculativa che incombe su tutta la Toscana, Umbria e Lazio. Nella prima parte della manifestazione, in fortezza Orsini, vi è stato l'incontro tra i comitati delle colline del Fiora, Monte Amiata, Scansano, Magliano, Monticello Amiata, Acquapendente (Vt) e Castel Giorgio (Tr). Si è parlato sempre più di strategie comuni, in particolare l'organizzazione di un grande evento a primavera. Mentre nel pomeriggio in piazza Busatti l'incontro si è aperto alla popolazione, la quale è stata molto partecipati-

va. Questo a dimostrare che l'attenzione della gente sta iniziando a proiettarsi verso le pericolose azioni speculative che il territorio rischia di subire.

Le istituzioni, ovvero i sindaci dei comuni del Fiora, ovviamente hanno scelto di non partecipare, quando la loro presenza sarebbe stata necessaria, se non altro per chiarire le posizioni istituzionali rispetto soprattutto ai rischi per la salute dei cittadini, ma anche al pericolo di dover sopportare profonde trivellazioni ed enormi grovigli di tubature, in una terra votata al turismo e all'agricoltura.



MaremmAttiva

Sai che pagando la bolletta della luce stai finanziando progetti di centrali geotermiche a forte impatto ambientale e potenzialmente dannose per la salute e l'ambiente?

E SE TUTTO QUESTO FOSSE SOLO UNA SPECULAZIONE?

**PARLIAMO DI GEOTERMIA
INCONTRO PUBBLICO**

SORANO
domenica 20 settembre
dalle ore 18:00 - piazza Busatti

in caso di pioggia l'incontro si terrà nei locali della sagra

ESSERE INFORMATO E' UN TUO DIRITTO

info: maremmattiva@gmail.com - www.facebook.com/maremmattiva
sono stati invitati i Sindaci di Pitigliano, Sorano e Manciano



Lombardelli ARREDAMENTI

WWW.LOMBARDELLIARREDAMENTI.IT

Consulta il catalogo on-line

...Voglia di abitare!

Via N. Ciacci 763 - 58017 Pitigliano (GR) - Tel. Fax 0564.616075
info@lombardelliarredamenti.it - lombardelliarredamenti.it



Ristorante

Gustand *dal 1905*

Guastini *di Paola Ballerini*

Piazza Petruccioli, 34 - 58017
PITIGLIANO GR

TEL 0564 615148 - www.gustand.it - info@gustand.it



P.zza Vittorio Veneto 28
Saturnia, Toscana, Italy
347 178 6401

GoldenArt
di Roberto Narcisi

robertonarcisi@hotmail.it

Golden Art

GoldenArt di Roberto Narcisi è salita in passerella per presentare una sfilata di gioielli spettacolari lo scorso settembre. Hanno sfilato pezzi di gioielleria firmata e alta gioielleria importanti, tra cui smeraldi zaffiri diamanti e rubini pezzi unici di manifattura artigianale. Tutto questo è stato reso possibile grazie alla collaborazione di Antonella Santarelli che ne ha curato la regia e Miles Furnell che ha realizzato la parte video, la serata ha riscosso molto successo da parte del pubblico che ha partecipato e GoldenArt ha intenzione di proporre nuovi eventi/sfilate che stupiscano e sorprendano la propria clientela e il pubblico partecipante. Hanno partecipato alla sfilata come modelle tutte ragazze del luogo che si sono messe a disposizione con grande professionalità. Mentre la serata è stata presentata una presentatrice d'eccezione: Grazia Giusti, la mente di tutta la sfilata.



MONTEMERANO FESTA DELLE STREGHE

30 • 31 Ottobre 2015
Montemerano dalle ore 19:30

Due giorni in cui uno dei Borghi più belli d'Italia si trasforma in qualcosa di magico.

Tutto il paese sarà allestito con addobbi e scenografie stregate che creeranno un'atmosfera unica. Si potrà fare un percorso degustazioni dove sarà possibile godersi del buon morellino e qualche assaggio di prodotti tipici accompagnato da buona musica. Per le vie del paese si esibiranno vari artisti che incanteranno i visitatori con magie di fuoco,

streghe giganti e acrobazie aeree a ritmo di musica. Sabato ci sarà la sfilata delle streghe dove potranno partecipare tutti per cercare di ottenere il premio per il miglior costume.

Venerdì 30 Ottobre in esclusiva da m2o Dj Dino Brown in Piazza del Castello.

Sabato 31 Ottobre per tutti gli amanti del Rock musica Live con i "Furminanti".



Maremma Maiala



Dopo Pitigliano e Orbetello il terzo negozio di Maremmama (by Lisart) nel cuore della Toscana. Maremma Maiala sbarca a Montecatini Terme, lo trovate a Via Don Minzoni 25. Passate a trovarci!

Via Roma 99, Pitigliano (GR)

Via Roma 18, Orbetello (GR)

Via Don Minzoni 25, Montecatini Terme (PT)

Il Pozzo Antico



Dopo la pausa estiva, come promesso a grande richiesta il ritorno dei

MENÙ INTERNAZIONALI

Trascorsa la cena greca del 25 settembre vi aspettiamo venerdì 23 ottobre per un salto nella cucina orientale: quella cinese



RISTORANTE PIZZERIA

Via Generale Orsini, 21

Pitigliano (GR)

Tel. 0564 614405

Pitigliano

SANTI VINAI 2015

Festa del vino novello e dell'Olio Nuovo

di A. Z.

Neanche il tempo di prendere fiato e di superare la sbronza euforica del post cantine che si torna a lavoro con l'organizzazione dei Santi Vinai. Dal 6 all'8 novembre a Pitigliano si svolgerà la quarta edizione della festa autunnale dedicata al vino novello e all'olio nuovo. Santi Vinai è un evento giovane ma già entrato nel calendario degli appuntamenti fissi di Pitigliano e delle terre del tufo, l'ennesima scommessa vinta dall'associazione Cantine nel Tufo. In questa quarta edizione si cerca di trovare una formula ad hoc che diventi marchio indelebile di questa manifestazione un po' come quello che è successo inizialmente al Settembre di Vino. Si tratta di due eventi profondamente diversi sia per il periodo dell'anno in cui si svolgono sia per le modalità che per la location. L'idea dell'associazione sarebbe quella di lasciare una parte dedicata comunque alla ristorazione e agli



eventi in musica su Piazza della Repubblica, ma allo stesso tempo creare un'area parallela di qualità dedicata agli assaggi dei due prodotti dal quale prende il nome la festa, uno spazio espositivo dedicato ai produttori d'olio uno dei prodotti d'eccellenza del territorio. "Capita di venire criticati per organizzare eventi che guardano esclusivamente al folklore-spiega Alessio Celata presidente dell'associazione Cantine nel Tufo-badando meno alla valorizzazione dei prodotti che gravitano in-

torno agli eventi. Questa cosa non mi trova d'accordo ma stiamo lavorando per cercare di innalzare la qualità di quest'evento collaborando naturalmente anche con le istituzioni e con le aziende private locali". Come ogni evento giovane anche i Santi Vinai hanno bisogno del loro periodo di assestamento e di trovare il target di pubblico al quale rivolgersi: "credo che per vedere i risultati di un evento occorrono almeno cinque edizioni di esso-continua Celata-così come per chi lo organizza in modo da capire a chi rivolgersi e quali sono le cose che vanno o meno. Direi che con quest'evento abbiamo bruciato le tappe per quanto riguarda il successo di pubblico deve soltanto maturare prendendo la sua direzione". L'appuntamento è quindi per venerdì 6 novembre a partire dalle ore 19 per poi proseguire sabato e domenica, Pitigliano accende nuovamente le sue luci.



La filiale di Piancastagnaio aperta anche il sabato

La Banca di Credito Cooperativo di Pitigliano aumenta la presenza ed il servizio al territorio Amiantino.

Dallo scorso 19 settembre la filiale di Piancastagnaio (SI) è aperta anche il sabato mattina, replicando così la positiva esperienza già condotta da diversi anni a Pitigliano con la filiale di Via Brodolini.

Maggiore presenza, maggiore vicinanza, maggior servizio ai cittadini di Piancastagnaio ed in generale a tutti gli abitanti ed alle imprese del comprensorio del Monte Amiata.

La filiale rimarrà aperta ogni sabato, dalle 9 alle 13, per attività di consulenza con personale qualificato pronto a rispondere a ogni esigenza di soci e clienti. Presso la filiale, situata in piazza Unità d'Italia (la stessa in cui il sabato mattina si tiene il mercato cittadino) è disponibile uno sportello ATM evoluto abilitato anche al pagamento di bolli auto, utenze, canone RAI ecc.

Per informazioni:

piancastagnaio.330

@bccpitigliano.it

Recapito Telefonico: 0577 785015



Aperti anche di sabato!

Dal 19 Settembre la filiale di Piancastagnaio sarà aperta anche il sabato mattina dalle ore 9:00 alle ore 13:00

Piazza 150° Unità d'Italia, 1
Tel. 0577.785015 - Fax 0577.784377
piancastagnaio.330@bccpitigliano.it

Visita il sito www.bccpitigliano.it

 **Pitigliano**
al centro dei valori

TENNIS Concluso il secondo torneo dei soci BCC

Si è conclusa lo scorso 26 settembre la seconda edizione del Torneo Soci BCC svoltosi quest'anno a Pitigliano in collaborazione con il circolo tennis locale.

La giornata finale ha visto il susseguirsi di una serie di eventi dedicati principalmente ai più piccoli oltre che naturalmente le finali del torneo di doppio e singolare. Il torneo ha visto la partecipazione di quaranta iscritti che si sono affrontati secondo due diverse tipologie, il singolare misto e il doppio misto, per quindici giorni dedicati sì all'attività agonistica ma anche e soprattutto al divertimento e alla compagine sociale dell'universo BCC Pitigliano.

Il pomeriggio della giornata conclusiva è stato interamente dedicato ai ragazzi. Si è svolto da prima un corso d'intratte-

nimento di tennis con la maestra Gioia Oddi, un primo approccio per bambini al mondo di questo fantastico sport e a seguire uno spettacolo di animazione "Pallina vs Bolle di sapone", iniziativa curata da POST (Perugia, Officina, Scienza, Tecnologia) uno spettacolo di animazione tra illusione e realtà per bambini dai 3 agli 11 anni.

Tipologia di spettacolo che intende avvicinare i più piccoli al mondo della scienza attraverso il gioco e la scoperta, imprescindibile strumento di conoscenza e di crescita. Le premiazioni ufficiali dei vincitori di entrambe le categorie si sono svolte invece giovedì 1 ottobre presso l'agriturismo "La Collina" di Pitigliano dove tutti i partecipanti hanno partecipato alla cena finale.





PROGRAMMA dal 1 Ottobre 2015 al 31 Maggio 2016

PALLAVOLO MASCHILE E FEMMINILE JUNIOR E SENIOR  Info: 3478435613 Riccardo Nucciarelli	CORSI DI AVVIAMENTO ALLO SPORT DA 4 A 6 ANNI  Info: 3405636583 Cristiano Renzi 3427227853 Beatrice Doganieri
CALCIO A 5 MASCHILE DA 7 ANNI  Info: 3332549857 Marco Santi 3286917570 Augusto Ronca	CALCIO A 5 FEMMINILE  Info: 3405636583 Cristiano Renzi
SCUOLA DI BALLO PER ADULTI E BAMBINI  Info: 3281659681 Erika Mosci	CORSI PERIODICI DI TIRO CON L'ARCO  Info: 3498307718 Ciro Langella
GINNASTICA ARTISTICA DA 5 ANNI  Info: 3408002400 Elisabetta Ronca	GRUPPO STORICO DI TAMBURINI DELLA CONTEA DI PITIGLIANO In collaborazione con l'Associazione Rinascimento CORSO DI TAMBURI  Info: 3471439196 Silvia Ferri
P I L A T E S  Info: 3408002400 Elisabetta Ronca	B A S K E T DA 11 ANNI  Info: 3471715939 Paola Zucchi

iscrizioni ed informazioni:

**DAL 21 SETTEMBRE DAL LUNEDI' AL VENERDI' DALLE ORE 18.00 ALLE ORE 19.00 PRESSO
IL CAMPETTO DELL'ORATORIO DON ORIONE E AL SEGUENTE NUMERO:**

3294378673 Polisportiva San Rocco di Pitigliano

www.polisportivasanrocco.org

info@polisportivasanrocco.org

Il formaggio di Sorano sul podio

Vittoria del Premio Pienza per i prodotti del Caseificio di Sorano

di **Elena Tiribocchi**

Il caseificio di Sorano ha nuovamente conquistato il podio con ben tre medaglie al Premio Pienza il 6 settembre 2015.

Il Premio che si svolge nel borgo toscano valuta e giudica i migliori pecorini delle province di Siena, Arezzo e Grosseto. Il formaggio prodotto a Sorano, il pecorino della Città del Tufo, si è aggiudicato il primo posto nella sezione semistagionati. Mentre il secondo premio nella categoria stagionati è arrivato con il pecorino di Sorano stagionato e il terzo premio nei freschi con il suo Marzolino.

Tre posti fondamentali che dimostrano il percorso di crescita che ha intrapreso l'azienda soranese per quanto riguarda la qualità e che sta dando i risultati importanti - tanto da confermarsi vittorioso all'importante premio già vinto nell'edizione del 2014 -. Infatti l'azienda ha cercato negli anni di rinnovare il gusto dei suoi prodotti, specie del pecorino, ma di rimanere nel solco della tradizione per quanto riguarda la lavorazione.

Uno dei segreti del successo dei loro formaggi è l'importanza data alle produzioni locali di latte ovino. È stata anche creata una tabella qualitativa, che permette di premiare economicamente coloro che investono nella cura e nell'alimentazione del proprio gregge.

Il secondo importante ingrediente della crescita è la collaborazione tra le varie componenti che ruotano intorno al ca-

seificio, dal presidente ai dipendenti, dai collaboratori ai soci.

La realtà dell'azienda è dunque molto importante e si può considerare uno dei motori economici e lavorativi del territorio. E proprio per questa ragione il caseificio si è impegnato nella promozione del "brand" Sorano, ossia una promozione non solo dei prodotti ma del paese stesso,

stra azienda e ho voluto partecipare» aggiungendo «siamo i migliori». Ha inoltre parlato del prestigio del premio che porta in scena i più importanti produttori di tre province della Toscana, nella zona che è patria del pecorino, felice dunque di aver dimostrato di poter stare ai vertici, confermandosi in ben tre delle categorie del concorso.



Foto di Nicola Tisi

a partire ad esempio dalle etichette che riportano immagini del borgo. Il presidente Luciano Nucci ha infatti spiegato che «dal 1998 ad oggi abbiamo dovuto ricostruire l'immagine dell'azienda ma adesso abbiamo delle vendite importanti e portiamo il paese nelle case di molti consumatori».

Nucci si è detto entusiasta della vittoria «ho creduto nella no-

Dopo questi ultimi importanti risultati nei prossimi mesi il presidente ha spiegato che proveranno a dar vita a nuovi prodotti, sempre nel campo dei prodotti ovini, mentre a novembre saranno presso le Unicoop Firenze come rappresentanti dei produttori caseari toscani.



**AUTOFFICINA • RIPARAZIONE AUTO
E MOTO • MODIFICHE
• TRASFORMAZIONI**
Z. A. San Quirico di Sorano (GR)
www.brandoracing.it
Tel. 0564 619077
Mob. 345 7731324



Rubrica storico-culturale a cura di *Luca Federici*

Incursione tra la Guerra di Ieri e la Pace di Oggi

Domenica 4 Ottobre la Compagnia della Femia presenta una passeggiata evocativa tra ricordi di guerra e speranze di pace, tra passato presente e futuro, in alcuni luoghi carichi di memoria

"La tradizione è custodia del fuoco, non adorazione della cenere"

Gustav Mahler



È autunno ormai, le foglie ingialliscono e si apprestano a prendere il volo dopo la caduta. È il momento migliore per passeggiare nei boschi, lungo i sentieri, alla ricerca di quei luoghi inaccessibili che restano vivi solo grazie a coloro che ne conservano memoria. Domenica 4 ottobre sarà una giornata di quelle che ti stringono il cuore, che divertono e al contempo fanno riflettere profondamente. La Compagnia della Femia ci guiderà in una incursione suddivisa in cinque tappe, nelle campagne di San Giovanni delle Contee, dove parteciperanno numerosi autori ed artisti locali, i quali andranno a comporre un'unica opera a cielo aperto.

Il viaggio parte alle 14,30 dalla fonte di Ricciano, al bivio di Case Oriente e il tema portante di questa prima tappa è "La Guerra di Ieri". Una lapide riporta il nome di Severino Oriente, un giovane locale. Durante l'occupazione, in una curva ancora oggi insidiosa per chi guida un camion tedesco finisce fuori strada, carico di viveri. Il giovane Severino insieme a un compagno andava a prendere l'acqua, sono già nei pressi del mezzo, i nazisti li vedono, partono colpi di mitra, l'altro si salva, lui no.

I vecchi raccontano che la madre di Severino, straziata dal dolore raggiunge il corpo del figlio, e in una pentola raccoglie sangue e terra, un'immagine questa di una potenza infinita. Da qui l'incursione parte alla volta del borgo di San Giovanni, dove all'interno della sala comunale si parlerà dell'essere umani, tra accoglienza ed immigrazione. Nella tappa successiva, nei pressi delle

Case Nuove è il momento di "Resistere per Esistere": episodi partigiani e racconti di resistenza attuale. "Terra Madre" si chiama la quarta sosta, al mulino sul torrente Stridolone, momento ideale per parlare di rispetto e difesa dell'ambiente. La quinta ed ultima tappa della rappresentazione raggiunge la cappella delle grotte delle Riparelle, dove il 14 giugno del 1944 morirono 11 persone sotto i bombardamenti degli alleati.

Quel giorno un ricognitore americano avvista un carro armato nazista. I cannoni sparano da Montignano, il nemico scappa, ma al suo posto muoiono i civili riparati nelle grotte, inermi, seppelliti in una fossa comune. Sarà la Compagnia della Femia a tenere il filo conduttore

della giornata, con una parte delle testimonianze raccolte e raccontate nella precedente rappresentazione "Di Fronte al Fronte".

La Compagnia sarà affiancata da numerosi scrittori, musicisti e teatranti, tra i quali Stefano Lucarelli, Emilio Celata, Franco Dominici e il coro Gospel da Pigtigliano. Al centro vi è sempre il tema della memoria. Memoria in tutte le sue forme, dalla resistenza al rispetto della terra, insieme alla cultura della pace, intesa in maniera più ampia.

La Guerra di ieri è stata grande, la pace di oggi invece è piccola e fragile, ma è una cosa importante a cui aggrapparci per un futuro migliore. Dopo il commovente spettacolo "di Fronte al Fronte",

la Compagnia della Femia, guidata da Giuseppe Pinzi, instancabile ricercatore di luoghi, memorie e tradizioni, torna in scena il primo novembre con la seconda parte della rappresentazione "Da qui all'eternità". Sarà una dirompente cavalcata nel secolo scorso, dal 1915 al 1970. Saranno storie e leggende che si raccontavano durante le veglie, storie di soldati, di donne, di preti anticonformisti, di streghe, di migranti e di tiranni. Un ampio scenario che ripercorre storie e tradizioni della nostra terra, dove si ride, ma soprattutto si riflette. Il primo novembre sarà "Da Qui all'Eternità, ovvero il sapore della Fatica". Il titolo è stato ispirato, ci confida Giuseppe, da un racconto di un signore del luogo, che passeggiando per i suoi campi, un tempo coltivati, scorge dell'uva che si fa strada tra i rovi. Era la vite di Procanico che aveva piantato da ragazzo. Assaggiandola riconobbe il sapore della sua fatica.

La Compagnia "della FEMIA"

TRA LA GUERRA DI IERI E LA PACE DI OGGI

*incursione/escursione per ritrovare e sostenere
una cultura di pace*

spazi tematici e contributi artistici durante il percorso



SAN GIOVANNI DELLE CONTEE
DOMENICA 4 OTTOBRE 2015 ore 14
ritrovo davanti alla Sala Comunale



PITIGLIANO dentro alla cantina VILLA CORANO



La Cantina dell'azienda Vitivinicola "Villa Corano" è situata a circa 3 km dall'abitato di Pitigliano (Grosseto) in località Corano. Raggiungerla è estremamente semplice, in quanto si trova lungo la S.R. 74 Maremmana al km 46,760 ed è servita da un comodo ampio accesso, sia per automobili che per pullman, dopo il quale si percorre per circa 150 metri un suggestivo viale di cipressi, immerso nei vigneti di Chardonnay e Alicante dell'azienda. Pertanto, Villa Corano si presta a visite guidate di gruppi di persone, anche numerosi, la cui attenzione sarà senz'altro focalizzata sulla cantina, vero e proprio fiore all'occhiello dell'azienda, caratterizzata dalla moderna tecnologia dei macchinari, utilizzati per produrre vini che riscoprono i sapori del passato. La cantina si compone della zona fermentazione e del locale riservato all'invecchiamento dei vini in Barrique;

all'esterno, è sempre gradito agli ospiti visitatori degustare il vino prodotto all'ombra di una grande quercia secolare. Dal connubio di tradizione e tecnologia, nascono vini d'altissima qualità frutto della vinificazione di uve provenienti da cloni autoctoni. I vini sono riservati esclusivamente al circuito delle enoteche e dei ristoranti; la produzione vanta, ad oggi otto etichette:

- Bianco di Pitigliano D.O.C. Superiore "Cor Unum"
- Sovana Rosso D.O.C. Superiore "Cor Unum"
- Chardonnay I.G.T. Maremma Toscana
- Sauvignon I.G.T. Maremma Toscana
- Alicante I.G.T. Maremma Toscana
- "Acheo" Rosso I.G.T. Maremma Toscana
- "Gaudium" - Vendemmia Tardiva
- Aleatico - Rosso Amabile - I.G.T. Maremma Toscana



TERME DI SORANO
TERME DI SORANO
RESIDENCE
Località S.Maria dell'Aquila
58010 - Sorano (GR)
Tel. (+39) 0564 633306
e-mail: info@termedisorano.it
www.termedisorano.it

locanda ilune
Azienda Agricola
ILUNE
Strada Prov. di Sorano Km. 2+920
(58017) Pitigliano (GR)
Tel. + 039 0564 617173
Cell. +039 333 4204000/333 4852630
e-mail: ilune@ilune.it
www.ilune.it

**Azienda Agricola
CORTE DEL RE**
Produzione e vendita
Olio Extravergine di Oliva
Loc.Corte del Re (58010) Sorano (GR)
Tel. 328 4288108 - 329 6504961
E-mail: cortedelre@alice.it
www.cortedelre.it

**Azienda Vitivinicola
VILLA CORANO**
S.S.74 Maremmana Km.46+760
(58017) Pitigliano (GR)
Tel. 0564 614464 - 349 5016047
e-mail: villacorano@tiscali.it
www.villacorano.it

Qualiterbe
Laboratorio Erboristico
QUALITERBE
Località La Rotta 122 A
(58017) Pitigliano (GR)
Tel. 0564 619468
e-mail: commerciale@qualiterbe.it
www.qualiterbe.it

**Antichità e Restauro
NOVECENTO**
Via Unità d'Italia, 73
(58017) Pitigliano (GR)
Tel. 0564 633653
Cell. 347 7430233 - 348 2429580
e-mail: ganapartiantique@libero.it

Aia del Tufo
Agriturismo Biologico - Ristorante
Camere - Fattoria didattica - Vendita diretta
loc. San Valentino (foto) Sorano (GR)
Tel. 0564 634039 Cell. 329 0805559
E-mail: info@aia-del-tufo.com
www.aia-del-tufo.com

Solidor
Azienda Agricola Biodinamica
Agriturismo SOLIDOR
Loc. Poggio Cavalluccio
(58017) Pitigliano (GR)
Tel. 0564 615 126 - 328 702 6705
E-mail: solidor@tiscali.it
www.solidor.it

Poggio del Castagno
Azienda Agricola Biodinamica
Agriturismo POGGIO DEL CASTAGNO
Loc. Poggio del Castagno
(58017) Pitigliano (GR)
Tel. 0564 615545 - 339 3674341
e-mail: poggio.castagno@tiscali.it
www.poggiodelcastagno.net

**Casa Vacanze
HERMES**
Loc. Palazzetto, 26
58010 Elmo di Sorano (GR)
Tel. 328 4220743
E-mail: hermesirio@libero.it

LA ROCCA
RISTORANTE - PIATTI TIPICI
SPECIALITÀ DI PESCE - PIZZERIA
CAFFÈ - GOCOLATERIA
LA ROCCA
Piazza della Repubblica, 12
(58017) Pitigliano (GR)
Tel. 0564 614267
e-mail: capricciovanita@libero.it

**Agiturismo Bio
PODERE ARGO**
Loc. Montorio c.s. ARGO
(58010) Sorano (GR)
Tel. 0564 638789 - 335 6046242
E-mail: besagano@hotmail.com

Conosciamo meglio l'olio di oliva e l'olio di semi

Continuiamo il nostro viaggio all'interno dei principi di una sana alimentazione parlando degli oli alimentari, dato anche il periodo di raccolta ormai alle porte. **L'olio di oliva** è un grasso alimentare di origine vegetale, derivato dalla spremitura dei frutti dell'olivo. L'oliva raccolta viene trasportata al frantoio dove subisce vari processi quali: lavaggio, frangitura, gramolatura, pressatura e centrifugazione.

Nella dieta Mediterranea l'olio d'oliva risulta essere la principale fonte di grasso, e un *cibo funzionale* che contiene, oltre ad elevate concentrazioni di acidi grassi monoinsaturi, diversi componenti minori con spiccate attività biologiche, come i composti fenolici, che esercitano nell'uomo effetti benefici antiossidanti contro lo stress ossidativo. Quest'ultimo, prodotto dai radicali liberi è stato correlato allo sviluppo di alcune malattie, come le cardiovascolari, neurodegenerative e il cancro. L'olio di oliva è l'unico grasso di origine vegetale che può essere consumato come tale; contiene il 70-80% di acido oleico, 10% di acido linoleico, 7-15% di acido palmitico, 1,5-3,5% acido stearico. Contiene inoltre, fino a 200 mg/kg di vitamina E e da 50 a 500 mg/kg di polifenoli, per questo può essere conservato per lungo tempo (azione antiossidante). La forma più comune di acido grasso monoinsaturo è l'*acido oleico*, che assunto al posto degli acidi grassi saturi, induce una diminuzione del colesterolo "cattivo" LDL senza incrementare i trigliceridi. Dal 1 luglio 2009 è in vigore l'obbligo di indicare in etichetta l'origine delle olive impiegate per produrre l'olio vergine ed extravergine di oliva, quindi non è più possibile spacciare per 'made in Italy' l'extravergine ottenuto da miscugli di olio, spremuto da olive spagnole, greche, tunisine ed altro, senza una informazione chiara e trasparente. Sull'etichetta sarà segnalato inoltre se l'extravergine è otte-

nuto da "miscele di oli di oliva comunitari", "miscele di oli di oliva non comunitari" o di "miscele di oli di oliva comunitari e non comunitari". Per quanto riguarda le classificazioni esistono innanzitutto *oli di oliva* e *oli di altra natura*. L'olio di oliva è più sano e più adatto alle cotture e alle frittture perché ha una consistenza diversa e tiene in modo diverso il calore. Il cosiddetto **punto di fumo** identifica il grado di temperatura al di sopra del quale l'olio è come se si sfaldasse, e le profonde alterazioni molecolari si traducono in tossicità per l'organismo umano. Quindi **più elevato è questo punto di fumo e più elevato è il pregio dell'olio**.

L'*olio di oliva* non a caso, è l'olio con il più elevato punto di fumo, supera infatti i 200-220°C; quando si passa ad altre categorie, l'unico olio con un punto di fumo leggermente inferiore è l'*olio di semi di arachidi*, ma al di là di questo gli altri oli (soia, girasole, ecc.) hanno punti di fumo estremamente inferiori (130-140°C), il che significa che sono inadatti alla cottura, sono cioè maggiormente dannosi per la salute.

Vi sono vari *denominazioni* per gli oli: - *Olio di oliva vergine*: ottenuto dal frutto dell'oliva mediante processi meccanici o altri processi fisici, in condizioni da non causarne alterazioni; questa tipologia di olio non deve aver subito alcun trattamento diverso da lavaggio, decantazione, centrifugazione, filtrazione, esclusi gli oli ottenuti mediante solvente o con coadiuvanti ad azione chimica o biochimica, o con processi di riesterificazione e qualsiasi miscela con oli di altra natura. L'olio di oliva vergine viene suddiviso in sottogruppi quali: 1) *Olio extravergine di oliva*: per essere venduto come tale deve avere un'acidità massima espressa in percentuale di acido oleico $\leq 0,8\%$ e deve essere perfetto dal punto di vista organolettico; 2) *Olio di oliva vergine*: deve avere un'acidità $\leq 2\%$; 3) *Olio d'oliva lampante*, dal gusto imperfetto, con un'acidità $> 2\%$; quest'olio non è commestibile e deve essere destinato ad altri usi industriali. Poi vi sono altre tipologie di oli quali: l'olio di oliva raffinato (raffinazione di oli vergini, acidità $< 0,3\%$), olio di oliva (ottenuto dal taglio di olio d'oliva raffinato con olio di oliva vergine, acidità $< 1\%$), olio di sansa, costituito dai residui della spremitura (rottami di frutti, noccioli, semi, acidità $< 1\%$).

Non vi è una dose di olio extravergine di oliva giornaliera ideale per tutti, ma sarà individualizzata in base alle necessità caloriche di ognuno di noi. Anche se l'olio



extravergine di oliva viene considerato, se usato "a crudo", un alimento salutare, risulta essere molto calorico; infatti 1 g di olio contiene circa 9 kcal, quindi va utilizzato non riscaldandolo troppo a lungo ed a temperature elevate e con moderazione. Sono consigliati mediamente 3 cucchiaini da minestra al giorno.

Gli **Oli di semi** devono aver subito il processo di rettifica e possedere un'acidità libera non $> 0,5\%$. Gli oli di semi si estraggono dai semi vegetali di arachide, girasole, mais, soia, e altri, mediante l'uso di solventi. Il solvente più adoperato è l'esano commerciale. Sono particolarmente ricchi di acidi grassi polinsaturi, quindi se usati con moderazione (percentuale calorica giornaliera $< 10\%$ delle calorie totali previste) possono esercitare un effetto salutare soprattutto a livello cardiovascolare. I principali oli di semi sono:

- Olio di arachide: è uno degli oli di semi migliori per gusto, stabilità e composizione chimica equilibrata in acidi grassi; adatto per frittture, infatti il suo punto di fumo (220°) è il più alto in assoluto tra gli oli di semi, e di poco superiore a quello dell'olio di oliva di buona qualità.

- Olio di girasole: molto simile a quello di mais.

- Olio di mais: particolarmente adatto alla preparazione di oli dietetici, indicati soprattutto per coloro che hanno livelli di colesterolo elevati nel sangue.

- Olio di soia: è il più diffuso nel mondo.

- Olio di palma e di cocco: particolarmente nocivi per la salute in quanto ricchi in acidi grassi saturi ed aggiunti in molti prodotti dolciari, prodotti da forno e da pasticceria (biscotti, brioches, snack, creme spalmabili, etc.).

Con la cottura i grassi alimentari vengono alterati, quindi non è vero che le frittture di oli di semi sono più leggere, almeno per quanto riguarda il contenuto di composti tossici.

Concludendo, gli oli di semi (grazie al loro contenuto in omega-6) così come l'olio extravergine di oliva se usati nei modi e nelle quantità appropriate possono essere introdotti senza eccessive preoccupazioni nella dieta quotidiana di ognuno di noi, naturalmente privilegiando la qualità dell'olio alla quantità.

**TABACCHERIA
CHECCHINI**
SAN QUIRICO DI SORANO
0564 619285

SCOMESSE SPORTIVE
APERTURA DOMENICALE
ORE 10.00 - 13.00

PAGAMENTO BOLLETTINI - LOTTO
SUPERENALOTTO - RICARICHE
PAGAMENTI VERSAMENTO INPS

Libri scolastici con copertina colorati





Azienda giovane e dinamica al servizio dell'abitare, costruire, ristrutturare, dal mattone fino alla lampadina.



TINTEGGIATURA



TUTTO PER IL LAVORO



PAVIMENTAZIONI INTERNE ED ESTERNE

Via Antonio Gramsci, 36, Manciano (GR) - Tel. 0564 182 7273



EUROFOOD
DISTRIBUZIONE FOOD & BEVERAGE
QUALITÀ - PARTNERSHIP - SERVIZIO

Via dell'Industria 23, Viterbo
Tel. 0761 390069
info@eurofoodviterbo.it



Agente di zona: Fabio Foschetti
Cell. 327 0547753
fabio.foschetti@eurofoodviterbo.it