



## SERATA IN BIBLIOTECA "Conoscere i diritti è un diritto di tutti" 28/01/15



Serata sulla legalità e le nuove norme processuali organizzata all'Auditorium della biblioteca dalla nostra Banca del Tempo -



La nostra socia Giovanna sta presentando i vari temi della serata con professionalità e passione ... alla sua sinistra la dott. Castiglioni, a destra l'assessore alla Cultura dott. Mariasole Mascia e il dott. Pompilio



mercoledì  
11 febbraio  
2015  
nella sede della  
BANCA DEL  
TEMPO

La serata sul  
tema "I VIZI  
CAPITALI"  
a cura dello  
psicologo e  
psicoterapeuta  
Ghino Mori

## CUCINA RUSSA A CURA DI OLGA



**i dolcetti a forma di noci**

### INSALATA RUSSA “OLIVIER”

Fate cuocere a vapore patate e carote. Sbucciate patate e carote e tagliatele a cubetti. Mettete le verdure così pronte in una ciotola a cui aggiungerete:

a – un bel po’ di cetrioli sott’aceto tagliati a piccoli cubetti

b – un po’ di mais sgocciolato grossolanamente dal vasetto

c – piselli sgocciolati grossolanamente dal barattolo

d – uova sode tagliate a tocchetti.

Mescolate il tutto e aggiungete la maionese già fatta o fatta da voi.

Il mais e i piselli sgocciolati grossolanamente manterranno un po’ del loro liquido e renderanno più leggera la maionese e molto più digeribile e delicato il vostro piatto.

In Russia, al posto del mais, mettono tocchetti di carne.

### INSALATA di TONNO “ TUNIETZ”

In un piatto largo sbriciolate con la forchetta del buon tonno sott’olio e formate uno strato.

Come secondo strato metterete cipolle e carote così trattate :

a - spelate e affettate finemente un bel po’ di cipolle piccole bianche

b – spelate e grattugiate un po’ di carote

Fate appassire in un tegame antiaderente le due verdure con un cucchiaino di olio e aggiungete un pizzico di pepe.

Fate raffreddare il tutto e formate il secondo strato sopra il tonno.

Mescolate mezzo vasetto di maionese e mezzo di yogurt e fate un terzo strato.

Tritate un po’ di aneto e distribuitelo sul piatto così preparato.



**Insalata russa - Olivier**

**Insalata tonno e carote - Tunieta**

**Insalata di cavolo verza e cipolla**

### MINISTRA di VERDURE “ BORSCH ”

Mettete a bollire abbondante acqua. Intanto pelate e fate a piccoli tocchetti patate e carote. Affettate finemente abbondante cavolo bianco. Tritate finemente abbondante cipolla che farete soffriggere dolcemente.

A bollire dell’acqua buttate in pentola patate e carote, la cipolla appassita, pomodorini freschi pelati e passati e dopo poco anche il cavolo affettato.

Fate bollire dolcemente il tutto e verso la fine della cottura aggiungete tre quarti di barbabietola cotta grattugiata, un po’ di dado vegetale biologico, qualche grano di pepe, qualche foglia di alloro e aneto tritato.

A cottura ultimata lasciate riposare un poco la minestra abbastanza brodosa e poi versatela nei piatti; ognuno aggiungerà poi un cucchiaino di panna acida. In Russia si usa brodo di carne.

P.S. le dosi variano a seconda del numero dei commensali

**PRIATNAVA APIZITA**  
(BUON APPETITO)

## LA STORIA, LE STORIE

*Testimonianza di nonna Adelaide al nipote Federico.*



CASCINA OROBONA

Era la primavera del 1945.

La mia mamma, Maria, era una convinta anti fascista, per cui si dava da fare anche come partigiana.

Un giorno Don Mario Ciceri, sacerdote di Sulbiate che si prodigava per salvare i soldati russi e inglesi che combattevano contro l' esercito tedesco chiese aiuto alla mia famiglia: chiedeva la protezione dei due soldati che avevano abbandonato l' esercito.

Maria rispose subito di sì, li nascose nella sua camera, dandogli rifugio e un pasto caldo, anche se era molto povera e non sempre il cibo era sufficiente per la famiglia. Lei abitava con i miei fratelli in una cascina: la cascina Orobona.

Un giorno, inaspettatamente, arrivò una camionetta di soldati tedeschi, che avevano avuto una soffiata da qualcuno , così i soldati perquisirono tutte le case, una per una, erano determinati a trovare i soldati nascosti.

La mia mamma, capì subito cosa volevano , fu molto svelta e si posizionò sull'uscio di casa.

Non diede loro il tempo d' entrare: con le mani sui fianchi e con molta grinta, incurante del fatto che fosse in gravidanza , affrontò i tedeschi fingendo di non capire. La nonna metteva in evidenza il suo pancione per metterli in difficoltà. Ad un certo punto i tedeschi si spazientirono e le spararono davanti ai piedi, costringendola a spostarsi e a fare spazio per entrare in casa.

Se ne andarono arrabbiati non trovando nessuno, perché i due soldati erano riusciti a fuggire dalla porta secondaria, attraverso i campi. La mia mamma li aveva ben istruiti, sapevano cosa fare in caso di intrusioni nemiche.

La cosa straordinaria è che la mia mamma era incinta di me, tua nonna Adelaide, forse è per questo che sono diventata coraggiosa e ogni volta che disubbidivo o mi intestardivo, la frase ricorrente che i miei famigliari mi dicevano era: questa non si è spaventata dei tedeschi figurati se teme qualsiasi altra cosa!

Vimercate, 27 Gennaio 2015.

# SPORTELLI DI ORIENTAMENTO LEGALE E PSICOLOGICO

OGNI MARTEDÌ POMERIGGIO DALLE ORE 16 E 30 NELLA NOSTRA SEDE SI POTRANNO RICEVERE CONSIGLI E SUGGERIMENTI DI TIPO PSICOLOGICO, OFFERTI DAL NOSTRO NUOVO SOCIO GHINO MORI, PSICOLOGO E PSICOTERAPEUTA. CHI AVESSE BISOGNO PUÒ CONTATTARLO TELEFONICAMENTE PER PRENDERE UN APPUNTAMENTO.

Dal mese di marzo il lunedì pomeriggio alle 17 è attivo lo SPORTELLO LEGALE DI ORIENTAMENTO PER TUTTI I CITTADINI presso la sede della banca del tempo a cura di Giovanna Chiara (su appuntamento)

## I PROSSIMI APPUNTAMENTI

MERCOLEDÌ 4 MARZO 2015 ORE 21.00 IN SEDE	<b>Assemblea generale annuale dei soci</b>
MERCOLEDÌ 11 MARZO 2015 ORE 21.00 IN SEDE	<b>Incontro del gruppo di lettura che si è impegnato nella lettura di UOMINI E TOPI di J. Steinbeck</b> - serata fra amici per tutti gli altri
MERCOLEDÌ 18 MARZO 2015 ORE 21.00 IN SEDE	<b>Per ricordare l'8 marzo, serata film:</b> <b>WE WANT SEX di Nigel Cole</b>
MERCOLEDÌ 25 MARZO 2015 ORE 21.00 AUDITORIUM DELLA BIBLIOTECA	<b>Conferenza LA DIFESA DEL RISPARMIO IN TEMPO DI RECESSIONE</b> <b>Relatori:</b> <b>PAOLO SASSETTI - ALFONSO SCARANO - VINCENZO SOMMA</b>
MERCOLEDÌ 1 APRILE 2015 ORE 20.00 c/o LANTERNIN	<b>Piatti di pesce cucinati dagli adulti e attività per i bambini</b>
MERCOLEDÌ 8 APRILE 2015 ORE 21.00 IN SEDE	<b>ORTO E FIORI SUL TERRAZZO a cura di Anna Guizzi</b>
MERCOLEDÌ 22 APRILE 2015 ORE 21.00 IN SEDE	<b>Ricordando il 25 APRILE: racconti e testimonianze</b>
<i>DATA DA DEFINIRE</i> ORE 21.00 IN SEDE	<b>I VIZI CAPITALI: LA SUPERBIA</b> <b>Conversazione/lezione a cura di Ghino Mori</b>

Banca del Tempo 25<sup>a</sup>ora

Vimercate - Via Vittorio Emanuele, 28

Apertura sportello:

MARTEDÌ DALLE 15.00 ALLE 16.30

MERCOLEDÌ DALLE 21.00 ALLE 23.00

LUNEDÌ DALLE 15.00

Telefono cellulare 366 1570909

Fax 039 6659308

E-mail: banca25ora@yahoo.it

Ci trovate anche:

in INTERNET [www.bancadeltempovimercate.it](http://www.bancadeltempovimercate.it)

su FACEBOOK diventate amici di Banca Venticinquesima Ora

