Dolceattesa

Mensile

Data 10-2009
Pagina 78/79
Foglio 1 / 2

www.ecostampa.it

Diventa una **MAMMA ECO**

Per regalare a tuo figlio un mondo più sano e sostenibile

Nell'armadio, i profumi della natura

CORBIS

In primis quello della lavanda. Da combinare con altri odori che piacciono a te... ma non alle tarme!

~ Servizio di ROBERTA PIROLA ~

Ci siamo, è tornato di nuovo il momento di fare il cambio di stagione nell'armadio. Eliminati ormai da un mese costumi e parei, T-shirt e pantaloni da trekking, è ora di tirare nuovamente fuori maglioni, cappotti e impermeabili. Un'occasione per fare un po' di ordine e pulizia tra i ripiani del guardaroba e, perché no, cominciare a pensare un po' anche a quello del nascituro.

Pulizie di fino

Ti sei accorta che nei mesi scorsi l'armadio è stato preso d'assalto dalle tarme? Può capitare: è soprattutto durante la bella stagione, complici le temperature calde, che questi insetti si infilano nel guardaroba e depositano le uova da cui nasceranno le larve che si cibano dei tuoi vestiti preferiti. In questo caso, ***è necessaria un'operazione di pulizia accurata***: svuota l'armadio e puliscilo a fondo con un po' di acqua e qualche goccia di detergente per i piatti (un ottimo sgrassatore) o, se il legno con cui è stato realizzato l'armadio lo sopporta, con un po' di vapore. Poi asciuga bene e lascia l'armadio aperto per almeno un giorno.

Un mix di erbe secche...

Una volta rimesso tutto il vestiario al suo posto, è ora di dare un tocco di profumo e preservare golf e maglioni da ulteriori attacchi indesiderati.
L'antitarme finora utilizzato è ormai vecchio e da sostituire? ***Al bando naftalina e canfora, sostanze non proprio salutari*** e assolutamente sconsigliate per la

news

Dagli avanzi, un piatto prelibato

In frigo sono rimasti un po' di spaghetti cucinati ieri sera? Oggi possono essere trasformati in frittate o crocchette di pasta. Hai chili e chili di pane raffermo? Si può grattugiare e impastare per fare i gnocchetti 'pisarèi'. Le bucce di patata? Sono buonissime fritte. Sono solo alcune delle idee che si possono far proprie sfogliando *il Ricettario degli Avanzi*, appena pubblicato da Enia, società multiutility che fornisce acqua, gas, energia e soluzioni di riciclo e smaltimento rifiuti su tutto il territorio emiliano. Un libriccino nato con l'idea di far riflettere sul proprio stile di vita ed evitare gli sprechi in cucina, anzi valorizzando il cibo che avanza spesso in frigo e dispensa. Contenente 28 ricette realizzate in collaborazione con l'Accademia Barilla, il ricettario sarà distribuito in forma cartacea nell'area di Parma, Piacenza e Reggio Emilia, ma può essere scaricato gratuitamente dal sito **www.eniaspa.it**. Presto, poi, arriverà una seconda edizione. Se vuoi contribuire anche tu alla sua stesura, manda la tua 'ricetta degli avanzi' all'indirizzo: ricetteavanzi@eniaspa.it.

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

059745

Fairtrade

www.ecostampa.it

biancheria delle persone sensibili e dei bambini. La prima si ottiene per distillazione dal catrame, dal carbone e dal petrolio ed è sospettata di essere cancerogena; la seconda, sebbene in natura sia estratta dall'omonimo albero, in pratica è sempre più spesso prodotta chimicamente e, se ingerita, è tossica.
Meglio preferire i prodotti della natura, innanzitutto la lavanda, fresca del raccolto di questa estate. Essiccata, può essere sparsa qua e là per i cassetti in spighe intere oppure 'sgranata', raccogliendo i suoi fiori in sacchettini di tulle (o in un vecchio gambaletto, un fazzoletto ricavato da vecchie federe...) da appendere poi tra le grucce o appoggiare sui ripiani.
Per un bouquet di odori più corposo, si possono aggiungere anche aghi di pino, foglie di alloro e fiori di rosmarino. Meglio sarebbe preparare la miscela di erbe qualche giorno prima, sminuzzandole con le mani e mettendole a riposare in un vasetto di vetro con chiusura ermetica.

...e oli essenziali

Il composto di erbe può essere utilizzato così o ulteriormente profumato con oli essenziali particolarmente ***sgraditi agli insetti, come quelli di lavanda, cedro, eucalipto, cipresso, citronella, lemon grass, pino e chiodi di garofano***, da usare da soli o in combinazione tra loro, per un totale di 10 ml di oli per ogni 100 gr di erbe secche.
Attenzione, però: ora che sei ***in dolce attesa il tuo olfatto è più sensibile*** e potresti non gradire alcuni profumi, quindi non superare queste quantità.
Gli stessi oli possono essere versati in gocce su tavolette di legno di cedro o di cembro non trattato o su piccoli oggetti di coccio, palline di pasta di sale cotte al forno, fazzoletti e carta assorbente e distribuite a piacimento nel guardaroba. E le saponette da mettere nei cassetti? Le migliori da utilizzare sono quelle di ***Sapone d'Aleppo***, originario della Siria, realizzato solo con olio di oliva e olio di alloro, ottimo tarmicida.

news

Io faccio la spesa giusta!

Torna, dal 17 al 25 ottobre, in tutta Italia, 'Io faccio la spesa giusta', la settimana dedicata al commercio equo e solidale per far conoscere da vicino i prodotti del Sud del mondo.
Ideata da Fairtrade Italia, in collaborazione con Legambiente, Banca popolare Etica, Movimento Consumatori, Arci e Librerie Feltrinelli, si svolgerà in contemporanea nei supermercati Auchan, Carrefour, Conad, Coop, Crai, Lidl e Naturasì con promozioni riservate a questi prodotti.
In alcune Librerie Feltrinelli verrà inoltre presentato il libro *Equo & Solidale. Un ricettario per tutti i giorni* (edizione Tecniche Nuove), che propone più di 100 ricette con ingredienti di commercio equo e solidale.
Per conoscere tutti gli eventi:
www.fairtradeitalia.it

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

059745