

## *Notiziario dell'associazione*

n° 4 — Febbraio 2021 – A.A 2020/21

### **Aforisma/note**

Nominalmente febbraio era l'ultimo mese dell'anno romano, che iniziava a marzo.

Il nome febbraio deriva dal latino "februare", che significa "purificare" o "rimediare agli errori" dato che nel calendario romano febbraio era il periodo dei rituali di purificazione, tenuti in onore del dio etrusco Februus e della Dea romana Febris, i quali avevano il loro clou il giorno 14. Tale ricorrenza pagana sembrerebbe poi essere confluita nel culto cristiano tributato in onore a Santa Febronia, poi soppiantata da San Valentino.

### **Notizie**

Eccoci qui con il notiziario di febbraio, abbiamo girato l'anno ma i problemi e le preoccupazioni continuano. Il direttivo, come ognuno di noi, segue attentamente l'evoluzione di questa pandemia mondiale. La situazione attuale (regione Piemonte in colore giallo) non ci permette ancora di fare piani o ipotesi. Speriamo, come dice il nome di febbraio ("februare", che significa "purificare"), che questa purificazione possa ampliarsi (vaccinazione) e portarci a una situazione più vivibile. Il nostro ultimo consiglio direttivo ha deliberato di continuare la chiusura della sede e delle attività. Appena avremo notizie più chiare e stabili, pianificheremo la riapertura della nostra associazione.

### **Ricetta**

#### **SFORMATO DI BIETOLE (dal sito Galbani)**

Lo sformato di bietole è un piatto versatile, facile da preparare e dal sapore molto stuzzicante.

Questo morbido tortino è realizzato con bietole lesse saltate in padella con olio, aglio e peperoncino, poi cotte in forno sotto una copertura sfiziosa e croccante di pangrattato.

#### **PREPARAZIONE:**

- Per preparare lo sformato di bietole, innanzitutto pulite le bietole eliminando le foglie più esterne, sciacquate le restanti e lessatele in una pentola con abbondante acqua bollente salata per 15 minuti.
- Trascorso questo tempo, scolatele, tagliatele a pezzetti e saltatele in padella per 5 minuti con aglio, olio e peperoncino. Una volta pronte, scartate l'aglio e trasferite la verdura in una ciotola.
- Aggiungete la Mozzarella Santa Lucia, in precedenza tagliata a dadini, le uova sbattute e il parmigiano grattugiato. Si può aggiungere un po' di latte o di panna per rendere ulteriormente cremoso lo sformato. Regolate di sale, se necessario, e amalgamate tutti gli ingredienti.
- Ungete d'olio una teglia e cospargetela di pangrattato, dopodiché versatevi dentro il composto preparato, livellando bene la superficie, e coprite con altro pangrattato.
- Cuocete lo sformato di bietole in forno preriscaldato a 180° per 30 minuti e lasciate intiepidire qualche minuto prima di servirlo. In alternativa, potete anche servirlo freddo!

## Frutta e verdura del mese

### FRUTTA

Avocado, Arancia, Cachi, Kiwi, Mandarancio, Mandarino, Mele, Pere, Pompelmo

### VERDURA

Broccoli, Carota, Cavolfiore, Cavoli vari, Cicoria, Finocchio, Funghi, Radicchio, Sedano, Songino Spinaci, Zucca

## Le fasi lunari di febbraio

### Fasi della Luna 2021

Fase lunare	Data	Ora
Luna piena	28 gennaio 2021	20:18:35
Ultimo quarto	4 febbraio 2021	18:38:42
Luna nuova	11 febbraio 2021	20:08:11
Primo quarto	19 febbraio 2021	19:49:06

## Alcuni proverbi di dicembre

*Febbraio umido, buona annata.*

*Febbraio, febbraiello, cortino e bugiardello.*

*Febbraio febbraietto, corto e maledetto.*

*Chi vuole un buon erbaio semini in Febbraio.*

*Febbraio nevoso, estate gioioso.*

*La neve di febbraio è come lo strutto di Carnevale.*

*Se di febbraio corrono i viottoli, empie di vino e olio tutti i ciottoli.*

*Se febbraio avesse tutti i giorni di gennaio, farebbe gelare il vino nelle botti.*

*Se febbraio non febbreggia, marzo campeggia.*

*Se febbraio non isferra, marzo mal pensa.*

*Gennaio e febbraio, empie o vuota il granaio.*

*Febbraio asciutto erba per tutto.*

## Oroscopo dicembre 2020 (da oroscopo naturale)

Il primo Mercurio retrogrado del 2021 è cominciato il 30 gennaio, il che significa che stenderà una cortina di ferro in un mese che per antonomasia ha le farfalle nello stomaco. Mercurio retrogrado poi si muove nel cielo dell'Acquario, il segno più imprevedibile ed eccentrico dello zodiaco, e durerà fino al 25 febbraio: dovremo prepararci a tre settimane di pensieri confusionari e dibattiti che confondono le opinioni con i fatti, ma anche aspettarci un periodo d'innovazione, di colpi di genio sbalorditivi (anche se a volte poco realistici). Mah, attenzione: forse al momento potremmo anche non avere i mezzi per mettere in pratica queste idee, ma ciò non significa che dovranno rimanere a lungo nel cassetto. A parte Mercurio retrogrado, questo mese porterà anche a profonde riflessioni sul nostro ruolo all'interno della nostra cerchia relazionale.

## Il saluto del Presidente.

In questo periodo ancora difficile ma nel quale si comincia a intravedere una debole luce in fondo al tunnel, desidero rivolgere a tutti i soci, un augurio di speranza e ottimismo e un caro saluto.

Carla Marandella

