

## Notiziario dell'associazione

n° 8 — maggio 2019

### Aforisma

Una vita senza amore è come un anno senza estate.  
(Proverbio svedese)

--\*--

### Gite

sabato 25 maggio 2019

UNA GIORNATA IN LIGURIA A CASTELBIANCO E A CERVO LIGURE

maggiori dettagli in ufficio

PRENOTAZIONI DAL 6 AL 13 MAGGIO – Lunedì e giovedì dalle 15,30 alle 18,00

--\*--

### Ricetta

BISCOTTI alle mele morbidi e veloci

#### Ingredienti

- 250 g farina; 100 g burro, 100 g zucchero;
- 1 cucchiaino lievito in Polvere per dolci
- 2 mele piccole; 1 uovo
- 100 g farina (circa)
- q.b. zucchero semolato; q.b. zucchero a velo
- succo di 1/2 limone



#### Preparazione

1. Per preparare i BISCOTTI ALLE MELE morbidi preparate la frolla classica.
2. Unite la farina, lo zucchero, il burro freddo a pezzetti e l'uovo.
3. Infine, aggiungete il cucchiaino di lievito.
4. Impastate fino ad ottenere un panetto morbido e consistente.
5. Sbucciate le mele e tagliatele a dadini.
6. Irroratele con succo di mezzo limone e mescolate.
7. Aggiungete le mele (scolate il succo in eccesso) alla frolla.
8. Incorporatele e poco alla volta unite altra farina fino a riottenere un impasto sodo e non appiccicoso.
9. Staccate dei pezzetti, fate le palline girandole nei palmi delle mani.
10. Passatele prima nello zucchero semolato e poi in quello a velo.
11. Adagiatele su carta forno e Cuocete in forno statico per circa 15-20 minuti.
12. Si formeranno delle crepe in superficie.

## **Pillole di salute** (dal corriere della salute)

### **Pressione**

La pressione arteriosa (PA) esprime l'intensità della forza con cui il sangue spinge sulle pareti arteriose. Al fine di evitare gravi malattie/disfunzioni controllate regolarmente la pressione sistolica (massima) e diastolica (minima).

----

## APPUNTAMENTI

### **04/05/2019**

**Inaugurazione restauro Pilone Serafini** (realizzato da un gruppo di pittori di UNITRE):

- ore 15,15 ritrovo in piazza del mercato
- ore 15,30 passeggiamo tutti insieme verso il pilone
- ore 16,00 inaugurazione e discorsi ufficiali
- ore 16,30 ci spostiamo a cascina Arzilla per conoscere le attività di ACMOS-LOBERA
- ore 17,00 merenda conclusiva e ritorno

### **05/05/2019**

Nell'ambito della manifestazione di Volvera in fiore, esposizione dei quadri dei nostri allievi e concorso di pittura estemporanea per tutte le età, vedi il regolamento su [www.unitrevolvera.it](http://www.unitrevolvera.it)

### **19/05/2019**

Festa finale di fine anno accademico presso Teatro Bossatis

Apertura ore 15:

- saluto del vecchio direttivo
- presentazione del nuovo direttivo
- spettacolo teatrale
- premiazione alunno con più frequenze
- saggi di danza
- aperitivo/rinfresco finale

**NB Per mancanza di locali idonei quest'anno non si farà l'esposizione dei lavori realizzati in laboratorio**