



NOTIZIARIO N. 3

mese di Luglio 2015

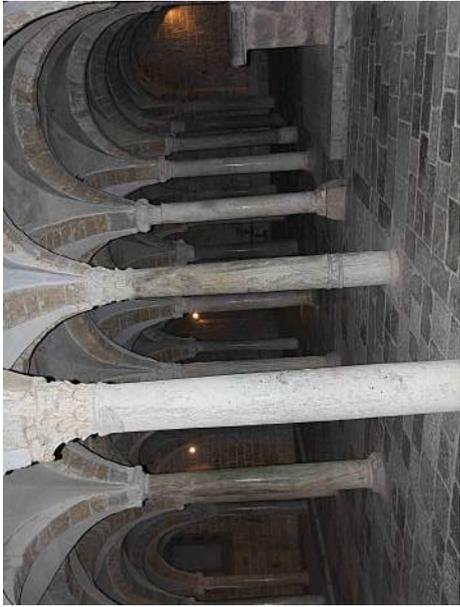
Sono arrivati i mesi più caldi dell'anno siamo in estate e per questo sono pochissime le mostre di giardinaggio o simili che vengono organizzate. Queste lasciano il posto a sagre e feste paesane dove purtroppo non si parla di giardinaggio o di botanica, ma solo di mangiare e divertimento.

Comunicazioni dell'Associazione:

Nei giorni passati avete ricevuto un questionario dalla Associazione che Vi invitiamo a compilare e restituire. Le informazioni che ci invierete sono indispensabili per conoscere le Vostre aspettative e cercare di organizzarci per realizzarle.

Grazie a chi lo ha compilato ed inviato ed un invito a dedicare 10 minuti per rispondere alle domande, a chi ancora non lo ha ancora fatto.

Grande successo della gita a Tuscania-Marta-Bolsena eravamo 35, in una giornata stupenda. Arrivati a Tuscania abbiamo iniziato con la preziosa guida della Dottoressa Carla Benocci che ci ha fatto apprezzare e scoprire tanti particolari delle splendide Basiliche della città, abbiamo proseguito con la visita del sorprendente giardino della Cannara a Marta, e poi con il Vivaio Tara di Bolsena, accolti dai proprietari che oltre alle splendide ortensie da loro coltivate ci hanno fatto rilassare e saziare con uno delizioso pranzo sotto il portico della loro casa, ed infine, ci siamo trovati tutti sotto un grande fico al centro del vivaio, dove ci ha raggiunto un improvviso e forte temporale che non è certamente riuscito a rovinarci questa indimenticabile giornata. (seguono alcune foto della giornata)





Associazione "AMICI DEI GIARDINI ROMANI" (ASS-AGIR)

I lavori nell'orto secondo il calendario lunare

Luna crescente

Con la luna crescente occupatevi della semina o del trapianto di sedano, cavoli e porri. Seminate fagioli, fagiolini, cavolo cappuccio, biette, finocchi e prezzemolo. Occupatevi di cimare pomodori, fagioli rampicanti, cetrioli, angurie e meloni. Al termine della fioritura, potate la salvia. Con la luna crescente raccogliete cetrioli, zucchine, pomodori, lattuga, melanzane.

La luna sarà crescente dal 17 al 29 luglio 2015.

Luna calante

Nei giorni di luna calante seminate lattuga, cicoria e radicchio, indivia e scarola. Raccogliete ravanelli, carote, cipolle, albicocche, pesche, susine, mele e preparate il terreno per le semine e i trapianti autunnali. Fissate mese per mese dei giorni in cui pulire e sistemare le attrezzature usate nell'orto. Preparate il terreno per la semina del prato e potate le rose. Piantate bulbi, tuberi e rizomi.

La luna sarà calante dal 2 al 14 luglio 2015.



Associazione "AMICI DEI GIARDINI ROMANI" (ASS-AGIR)

Questo mese possiamo andare a.....

Nel mese di Luglio, probabilmente perché inizia il gran caldo, sono scarse le manifestazioni di giardinaggio e, quindi, Vi suggerisco una gita a **Castelluccio di Norcia** dove dal 20 giugno al 15 luglio potrete assistere alla fioritura della "Piana del Castelluccio" (e delle montagne vicine) e deliziarvi al fresco.

E' una meta un poco lontana, ma quello che vedrete sopra' ripagarvi della fatica del viaggio.



Foto di Luigi Alesi

Largo Oliviero Zuccarini, 13 00149 Roma tel. - fax 065515007
www.ass-agir.it e-mail: info@ass-agir.it



Associazione "AMICI DEI GIARDINI ROMANI" (ASS-AGIR)

Lo spettacolo che troverete e' magnifico, provenienti da Norcia, oppure dalla Salaria fino ad Arquata del Tronto, dopo circa 19 km di strada di montagna vi affaccerete su uno spettacolo unico e magnifico, la grande depressione, ex lago carsico, di circa 13 x 5 km a circa 1500 metri slm, incorniciata dai monti Sibillini e dal massiccio del monte Vettore, (metri 2476) troverete una distesa piana e perfettamente piatta, senza alcuna costruzione con grandi mandrie di mucche, pecore e cavalli che vivono allo stato brado. In questi luoghi durante la fioritura furono girate le scene esterne del film "Fratello sole e sorella luna" di Zeffirelli.

Nel periodo della fioritura si alternano fiori, colori e combinazioni di colori differenti che mutano il panorama quotidianamente. La quantità dei fiori che potrete ammirare e' impressionante, sono presenti tra l'altro narcisi, narciso dei poeti, eliantemi, non ti scordar di me, il giglio martagone, tulipani montani, senapine gialle, lenticchie, leucantemo, margherite bianche, Vicia viola, papaveri a migliaia, fiordalisi, viole gialle, e blu, bucaneve, genziane maggiore, la frittellaria dell'Orsini, genzianelle, asfodeli, viola Eugeniae, trifogli, acetoselle e tantissime orchidee selvatiche come l'orchidea Sambucina, tra le colline troverete le rarissime peonie selvatiche che nulla hanno da invidiare a quelle cinesi, ma la cosa che più impressiona e' la quantità dei fiori e gli spazi infiniti.

Se siete fortunati potrete vedere le aquile che volteggiano nel cielo.

Come arrivare:

Sono due le strade per raggiungere La Piana del Castelluccio:

Autostrada Roma Firenze, uscire a Orte, proseguire in direzione Terni fino a Spoleto dopo due km girare per la Valnerina e proseguire in direzione Cascia, Norcia. Arrivati a Norcia, prima della città girare a destra (una specie di circonvallazione di Norcia) e proseguire per circa 3 km, alla fine del rettilineo girare a sinistra per Forca Canepina/ Castelluccio, dopo circa 19 km, 500 metri dopo la prima casa che troverete lungo la strada (casa cantoniera), troverete l'indicazione "Castelluccio", a sinistra per circa 2 km e siete arrivati al valico uno dei punti più belli per una panoramica sulla Piana.

Altrimenti, percorrere la S.S, Salaria per circa 160 km, (Attenzione ai numerosi autovelox), dopo circa 2 km dal paese di Grisciano prendere sulla destra la strada per Norcia, Cascia e dopo circa 5 km svoltare sulla destra verso Forca Canepina, percorsi circa 15 km e superato il valico di Forca Canepina proseguite in discesa per circa 3/4 km fino a trovare sulla destra il bivio per Castelluccio dopo due km siete arrivati al valico.

Largo Oliviero Zuccarini, 13 00149 Roma tel. - fax 065515007

www.ass-agir.it e-mail: info@ass-agir.it



Manifestazioni del mese di Luglio 2015

Non avendo trovato manifestazioni di giardinaggio previste per questo mese, Vi segnalo anche alcune sagre del Lazio, che ho trovato su internet, ma che non conosco personalmente.

In provincia di Roma

- **Sagra del fiore di zucca** dal 1 al 3 luglio 2015 a Canale Montenaro (RM)
- **Sagra del pesce** dal 3 al 4 luglio 2015 a Anguillara Sabazia (RM)
- **Festa della birra** dal 5 al 7 luglio 2015 a Palombara Sabina (RM)
- **Sagra del cinghiale & i sentieri dell'allume** dal 8 al 11 luglio 2015 a Allumiere (RM)
- **Sagra dell'olio d'oliva e della pizzafritta** il 9 luglio 2015 a Monteflavio (RM)
- * **Sagra della bistecca tolfetana** dal 11 al 13 luglio 2015 a Tolfa (RM)
- * **Festa Patronale S.Sinforosa** dal 12 al 14 luglio 2015 a Bagni di Tivoli (RM)
- **Sagra delle pesche** dal 13 al 15 luglio 2015 a Palestrina (RM)
- **Sagra delli ghiozzi** dal 18 al 20 luglio 2015 a Tivoli (RM)
- **Sagra dell'arrosticino** dal 18 al 20 luglio 2015 a Cerveteri (RM)
- **Sagra degli antichi sapori** dal 19 al 21 luglio 2015 a Allumiere (RM)
- * **Festival della Birra e Sagra della Bruschetta** dal 25 al 27 luglio 2015 a Allumiere (RM)

in provincia di Frosinone

- **Sagra della pizza** dal 1 al 3 luglio 2015 a Ausonia (FR)
- * **Sagra dei colli** dal 9 al 13 luglio 2015 a Ceccano (FR)
- **Calici di Stelle** il 10 luglio 2015 a Piglio (FR)
- * **Sagra della Patacca e della Passerina** dal 26 al 28 luglio 2015 a Serrone (FR)
- **Sagra degl' mazzuttegli' (gnocchi)** dal 28 al 29 luglio 2015 a Esperia (FR)

in provincia di Latina

- **Sagra delle regne** dal 5 al 12 luglio 2015 a Minturno (LT)



Associazione "AMICI DEI GIARDINI ROMANI" (ASS-AGIR)

in provincia di Rieti

- * **Sagra delle lumache** dal 1 al 3 luglio 2015 a Foglia (RI)
- **Borgo in sagra** il 12 luglio 2015 a Borgo Velino (RI)
- **Mercato dei sapori come una volta dalle cantine alle piazze** il 25 luglio 2015 a Montasola (RI)
- * **Sagra della pizza frita** dal 26 al 27 luglio 2015 a Fara In Sabina (RI)
- **Sagra delle sagne strasciate** il 26 luglio 2015 a Paganico Sabino (RI)
- **Antichi sapori dalle cantine alla piazze** il 28 luglio 2015 a Montasola (RI)
- **Sagra del tartufo** dal 30 al 31 luglio 2015 a Petrella Salto (RI)
- * **Sagra della pizza frita e degli arrosticini** dal 31 luglio 2015 al 3 agosto 2015 a Fara In Sabina (RI)

in provincia di Viterbo

- **Sagra del lombrichello oriolese e festa della banda** dal 31 luglio 2015 al 3 agosto 2015 a Oriolo Romano (VT)
- **Sagra del baccalà** dal 19 al 28 giugno 2015 a Capodimonte (VT)
- **Sagra dell'acquacotta a km 0** dal 13 al 15 luglio 2015 a Oriolo Romano (VT)

N.B.

Per le sagre contrassegnate con "*" devono essere confermate le date della manifestazione

Largo Oliviero Zuccarini, 13 00149 Roma tel. - fax 065515007

www.ass-agir.it e-mail: info@ass-agir.it



Una pianta al mese:

AvendoVi consigliato una gita alla piana del Castelluccio famosa per la produzione delle lenticchie non potevo che scegliere questa pianta molto semplice da coltivare.

Lenticchia - Lens culinaria

La lenticchia è probabilmente il legume di più antica coltivazione; infatti veniva già coltivato nelle aree comprese tra la Siria e la Mesopotamia secoli prima della nascita di Cristo. Per il suo alto valore nutritivo si diffuse presto sia come coltivazione, sia come merce di scambio in tutto il bacino del Mediterraneo. Nelle civiltà greca e romana veniva considerato un cibo adatto solamente agli strati bassi della popolazione, però il suo commercio era molto fiorente. Erano infatti innumerevoli le navi che giungevano cariche dalle coste asiatiche e africane.

È comunque ancora oggi una delle coltivazioni di maggiore interesse a livello mondiale. I produttori più rilevanti sono l'India, il Canada e la Turchia. In Italia viene prodotta in alcune ristrette aree in quantità moderata, ma garantendo un'altissima qualità.

I semi sono una fonte importante di proteine, vitamine e sali minerali. Le piante esaurite possono essere impiegate come mangime per gli animali.

In molte aree è impiegata nei cicli di rotazione dei terreni. È, come molte Fabaceae, in grado di portare nel suolo una grande quantità di azoto atmosferico. E quindi rende il substrato ideale per accogliere colture di cereali (frumento, orzo o mais).

Si tratta di una piccola erba annuale con foglie alterne, che hanno alla base dei rigonfiamenti (pulvini), che permettono alla foglia di ripiegarsi in condizioni di siccità.

La lenticchia fa parte della famiglia delle Fabacee, genere *lens culinaris*, la sua coltivazione è facile e moderata la sua esigenza di irrigazione, preferisce terreni assolati e poco calcarei

La semina della lenticchia può essere effettuata in autunno oppure in primavera dopo una buona aratura del terreno.

Prima di seminare è meglio mettere in acqua i semi per una notte.

Non è necessario irrigare. La germinazione avviene a temperature piuttosto basse, anche a 5 °C ed è piuttosto veloce.

La lenticchia gradisce climi temperati, possibilmente freschi. È per questo che viene coltivata soprattutto nelle aree pedemontane o su altipiani.

Per ottenere buona crescita e abbondante produzione è bene piantarla

in una posizione ben soleggiata, e fare alcune sarchiature per mantenere il terreno areato e sciolto .



Associazione "AMICI DEI GIARDINI ROMANI" (ASS-AGIR)

Le annaffiature: si praticano solo se necessarie dopo la semina per facilitare la germinazione e si ripetono in particolare nella fase che va dalla fioritura all'ingrossamento dei baccelli.

La lenticchia cresce al meglio su suoli prevalentemente poveri e aridi.

Vanno di conseguenza evitati i terreni estremamente argillosi o calcarei. Non gradisce però nemmeno quelli estremamente fertili e ricchi in sostanza organica. Per quanto riguarda il pH è invece abbastanza tollerante.

La lenticchia è una pianta particolarmente resistente alla siccità e raramente nel nostro paese necessita di irrigazioni. Limitate solo se la mancanza di pioggia si protrae a lungo e le foglie comincino a mostrare segni di ingiallimento.

La lenticchia piantata in primavera si raccoglie a giugno - luglio prima che la pianta secchi. Si raccolgono dopo 4 a 5 mesi dalla semina, Il momento giusto è quando i baccelli sono secchi, ma ancora completamente chiusi. Allora si estirpano le piante e si lasciano al sole per una giornata. Poi quando anche tutto il fusto appare secco si comincia a scuotere e battere in maniera che i semi cadano.

Le lenticchie possono essere utilizzate anche germogliate, sono un cibo molto salutare e ricco di nutrienti, ed è semplice prepararle personalmente.

Prima di tutto bisogna sciacquarle attentamente per liberare dalla polvere delle lavorazioni. In seguito si mettono in un barattolo con acqua tiepida coprendo il barattolo con un tovagliolo pulito. Ogni giorno cambieremo l'acqua fino a quando non sarà spuntata la prima radichetta: a questo punto togliamola dal barattolo e allarghiamola su della carta umida. Saranno pronti in circa tre giorni.



Associazione "AMICI DEI GIARDINI ROMANI" (ASS-AGIR)

Amici e Soci ci Segnalano

Ringrazio le due Lettrici che nei giorni scorsi mi hanno inviato una e-mail con interessanti indicazioni, e che volentieri porto a Vostra conoscenza

Buongiorno,

ho frequentato qualche vostro corso pochi anni fa e con piacere ricevo, e leggo, il vostro notiziario informativo.

Vorrei segnalare Torre Alfina, una frazione di Acquapendente che si trova in provincia di Viterbo (ma è molto vicina ad Orvieto) dove si trova il "Museo del fiore" che organizza numerose iniziative facendo trascorrere giornate a tema comprensive di lezioni in campo e "ristoro" a prezzi modici per un'ottima qualità e genuinità.

Provate ad andare sul sito del museo del fiore.

Poi vi invito a fare una ricerca su internet su Torre Alfina, scoprirete molte cose su questo paesino al confine con Umbria e Toscana, ultima propaggine del Lazio in cui si trova un bellissimo castello, dove esiste il "bosco del Sasseto" un luogo dalle biodiversità eccezionali visitabile in ogni stagione.

Inoltre a Torre Alfina si mangia benissimo, genuino di qualità ed a prezzi veramente modesti e più che congrui.

Spero in questo modo di aver dato il mio contributo che vi invito a prendere in giusta considerazione.

Un saluto a tutti

M.A.G.

Purtroppo la seguente e' arrivata un poco in ritardo, ma il sito e' ricco di informazioni interessanti sugli eventi a Roma.

Open Gardens in Rome 2015 INGRESSO LIBERO Luoghi vari - Romeguide: i migliori eventi a Roma

Mi è arrivata questa notizia e ve la giro. Un saluto.

L.

<http://www.romeguide.it/?pag=schedaeventonew&id=11704>



Associazione "AMICI DEI GIARDINI ROMANI" (ASS-AGIR)

Detti, proverbi, poesie Romanesche, e.....

Questo mese e' Aldo Fabrizi che ci fa venire l'acquolina con due sue ricette in romanesco

Spaghetti matriciani

"Soffriggete in padella staggionata,
cipolla, ojo, zenzero infocato,
mezz'etto de guanciaie affumicato
e mezzo de pancetta arotolata.
Ar punto che 'sta robba è rosolata,
schizzatela d'aceto profumato
e a fiamma viva, quanno è svaporato,
mettete la conserva concentrata.
Appresso er dado che jè dà sapore,
li pommidori freschi San Marzano,
co' un ciuffo de basilico pe' odore.
E ammalappena er sugo fa l'occhietti,
assieme a pecorino e parmigiano,
conditece de prescia li spaghetti."

Spaghettoni alla gricia

Tu moje, doppo er solito trasloco,
se gode co' li pupi sole e bagni,
e tu, rimasto solo, che te magni,
si nun sei bono manco a accenne er foco?
Un pasto in una bettola, a dì poco,
te costa un occhio appena che scastagni;
si te cucini invece ce guadagni
e te diverti come fusse un gioco.
Mo te consijo `na cosetta cicia
ma bona, pepe e cacio solamente,
che cor guanciaie poi se chiama Gricia.
E m'hai da crede, dentro a quattro mura
magnà in mutanne...senza un fiato...gnente...
se gode più de' la villeggiatura.

ARRIVEDERCI AL MESE PROSSIMO

Largo Oliviero Zuccarini, 13 00149 Roma tel. - fax 065515007
www.ass-agir.it e-mail: info@ass-agir.it