

**ALL'INTERNO
IL NOSTRO
POSTER
DEL NAPOLI**



La Voce del Vesuvio

**CURIOSITA'
SPORT
NEWS
SVAGO
E TANTO ALTRO**

MENSILE A DISTRIBUZIONE GRATUITA - DICEMBRE 2024

Reg.Tr.Nola nr° 115 del 14-01-2005

Buon
Natale

e felice anno nuovo

NATALE IN CAMPANIA
Tra Napoli e provincia

FESTE IN TAVOLA
Piatti tipici campani

MODA NATALIZIA
Come vestirsi per le feste

Natu Natale

*Natu Natale e so...cinquantasette
e se ne v`a da vita nata fetta
ncoppe o presepio, i soliti pastori
e a tavola, non cambiano i sapori*

*Pa via se vede ancora `o zampugnare
che cioce, `a ciaramelle e co mantielle
na musica che ddoce e pure amare
mentre aspettammo tutte `o bambeniello*

*E' sempe o stesse ma..... non certo uguale
peffine ll'aria, nun `e cchiu` e Natale
e figlie, so crisciute o so spusate
e tavola te truove `nzieme a ll'ate*

*Ognune conta quacche fattarielle,
a mezzanotte nasce `o bambenielle
nu brindisi, l'augurio e se ne vanne
ed io resto a casa sule nzieme ad Anna
ca senza murmulia, piglia e arricette,
natu Natale....e so cinquantasette!*

*Natale '98
Eugenio Focic*

COSA REGALARE A NATALE?

Regala un libro! Poca spesa, massima resa

Tra poco le città si vestiranno a festa con le luminarie, gli addobbi, le vetrine dei negozi che rilucono di decorazioni rosso, oro e argento. Per non parlare delle case, nelle quali si cerca l'angolino giusto per poter sistemare l'albero o il presepe, Natale è un momento di grande magia, che invita al raccoglimento, ma anche alla condivisione, di pranzi in famiglia, tombolate e... regali da scartare!, In una mia poesia scrissi:

*"E s'accummence già
da Mmaculata,
chi co presepe
e chi cu l'alberello".*

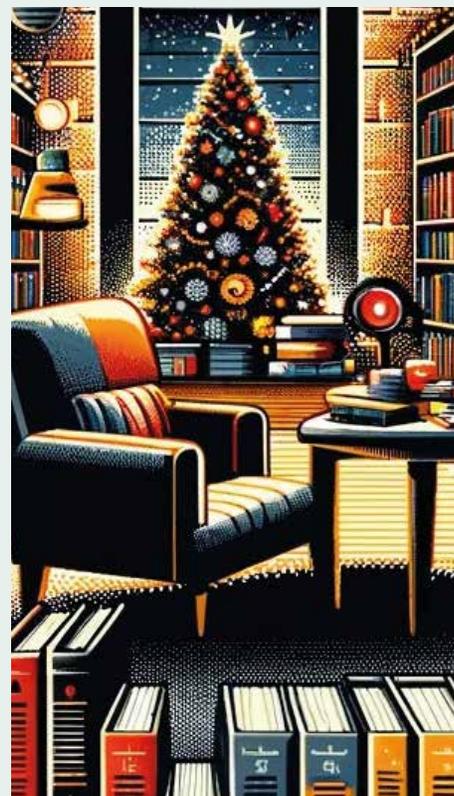
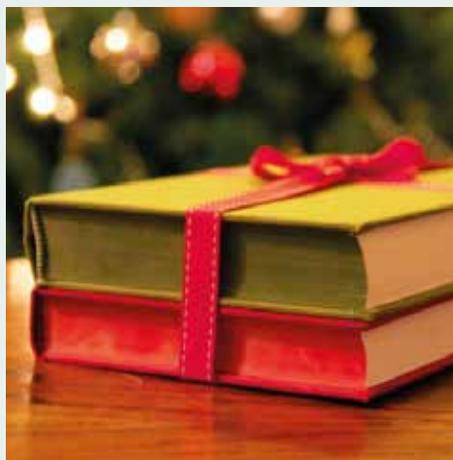
Per i regali però si arriva sempre tardi e siamo sempre indecisi per la taglia, il colore, il costo, etc. Basta panico!

Rasserenati ed incomincia a chiederti: perché non regalare un libro?

Considerando che regalando un libro fai sempre la tua figura, non c'è dubbio, e allo stesso tempo non devi spendere grosse cifre.

Come si dice?

Poca spesa, massima resa!



IL SOMMARIO



Napoli
Il presepe napoletano
E il significato dei suoi personaggi

Ennio Fo a pag.8



Festività
Il pranzo di Natale
e le ricette napoletane antiche

Ennio Fo a pag.13



Moda
La moda
Secondo Vittoria

Vittoria Veneziano a pag.11



Sant'Anastasia
Natale Anastasiano
Tra luci e colori

Raffaella Fontanella a pag.19

La Voce del Vesuvio è un giornale libero dell'area Vesuviana. Lo trovi in distribuzione gratuita nei seguenti comuni: NAPOLI zona stadio, Tangenziale, Asse Mediano, S.S. 268, Tavernanova, Pomigliano d'Arco, Castel Cisterna, Brusciano, Mariglianella, Marigliano, Scisciano, Nola, Cimitile, Camposano, Cicciano, Tufino, Schiava, Saviano, Somma Vesuviana, Ottaviano, San Giuseppe Vesuviano, Striano, Palma Campania, Terzigno, Poggiomarino, Pompei, San Gennaro Vesuviano, San Gennarello, Boscotrecase, Boscoreale, Torre Annunziata, Torre del Greco, Ercolano, Portici, San Sebastiano, Pollena Trocchia, Cercola, Volla.


NEAPOLIS
informatica
WWW.NEAPOLISINFORMATICA.COM



 **la voce del Vesuvio**

Direttore: Eugenio Focic
Redazione:
Via Campo, 14 - Località Campofiorito
80030 Camposano (NA)
Edizioni:
ApS New Oltre il meglio Est
Stampa: GF Grafica s.r.l. - Marigliano
email: lavocedelvesuvio2020@libero.it
infoline: 338.6795141 - 338.2048643
reg. tr Nola nr. 115 del 14/01/2005
www.lavocedelvesuvio.it



1. “Mentre a vita cammina”. Eugenio Focic, nasce da Giuseppe (croato) ed Anna (napoletana) a Napoli nel '41. Nel 1954, con i genitori e le due sorelle (Anna e Maria Rosaria), si trasferisce dal quartiere Vasto a Portici. Dopo varie esperienze, nel '73 organizza, in collaborazione con l'Accademia Coiffeur Campani, un concorso con Show e Sfilate; per l'occasione, a condurre la serata, fu contrattualizzato Silvio Noto che, causa impegni con la RAI, non poté arrivare e mentre si stava creando il panico, la moglie gli mormorò: “ma perché non presenti tu?”. Nasce così **Ennio FO**, che lo portò a presentare eventi e ad incuriosirsi sul mondo della comunicazione-televisiva. Nel 1978, dopo varie esperienze, organizza in proprio il primo Talk Show calcistico “Forza Napoli” avendo in trasmissione ospiti famosissimi; su tutti il più forte calciatore della storia Diego Armando Maradona. Dopo 43 anni in studio, con l'arrivo dei social, passa alla strada e in collaborazione con Vittoria Veneziano e Lino Gallo, dà vita al format “Forza NAPOLI on the road”. Oggi ottantatreenne, ha raccolto parte della poesie, espressioni delle sue malinconie e ricordi, tra un peregrinare e l'altro prima di assaporare la gioia del rientro in famiglia.

*In foto, Ennio Fo con Maradona.
A pag.3, la copertina del suo libro.*



2. “Marat, un sogno nel Turkistan” di Lello Lucignano. Il libro narra la storia di un adolescente, Marat, che vive in Turkmenistan, Paese semiconosciuto ma dalla Storia millenaria. Il sogno del ragazzino è narrato proprio all'indomani della dissoluzione dell'Unione Sovietica, quando tutti i nodi del passato sovietico stesso vengono al pettine, come corruzione, disastri ambientali e sociali. Questo libro è un romanzo che sfocia nella Storia e nella Cultura di regioni che nel medioevo sono state crocevia sulla famosa rotta della Via Della Seta, incrocio di città bellissime come Samarcanda e Khiva che fanno da sfondo naturale alle avventure del sogno di Marat.

3. “Scarpediem” di Stefano Buonanno. “Carpe diem”, “cogli l'attimo”, traduzione non letterale ma comunque efficace per trasmettere l'idea che l'unico tempo che abbiamo a disposizione è sempre e solo il presente. “Per compiere questo viaggio nella poesia che era ed è, dentro e fuori di me, ho indossato le mie scarpe, eterna metafora del mio cercare risposte”. L'opera rivisita con delicatezza, ma senza inutili edulcoranti, le principali temati che dello scibile umano con un focus sulla possibilità data al singolo di evolvere nello spirito durante il suo passaggio sulla Terra.

4. “I giorni del cobra” di Daniela Merola. Niente è più lo stesso per coloro che hanno incontrato il Cobra, un serial killer che violenta e uccide donne inermi in quel di Castellammare di Stabia. C'è un'unica vittima risparmiata e il suo nome è Dora Neri, amica del Commissario Giulia Cangiato, che conduce le indagini con l'Ispettore Manuele Basilio e la squadra di via Alcide De Gasperi. Ricordi, prima confusi e poi chiari, portano la testimone a incolpare un qualcuno molto vicino alle due amiche.

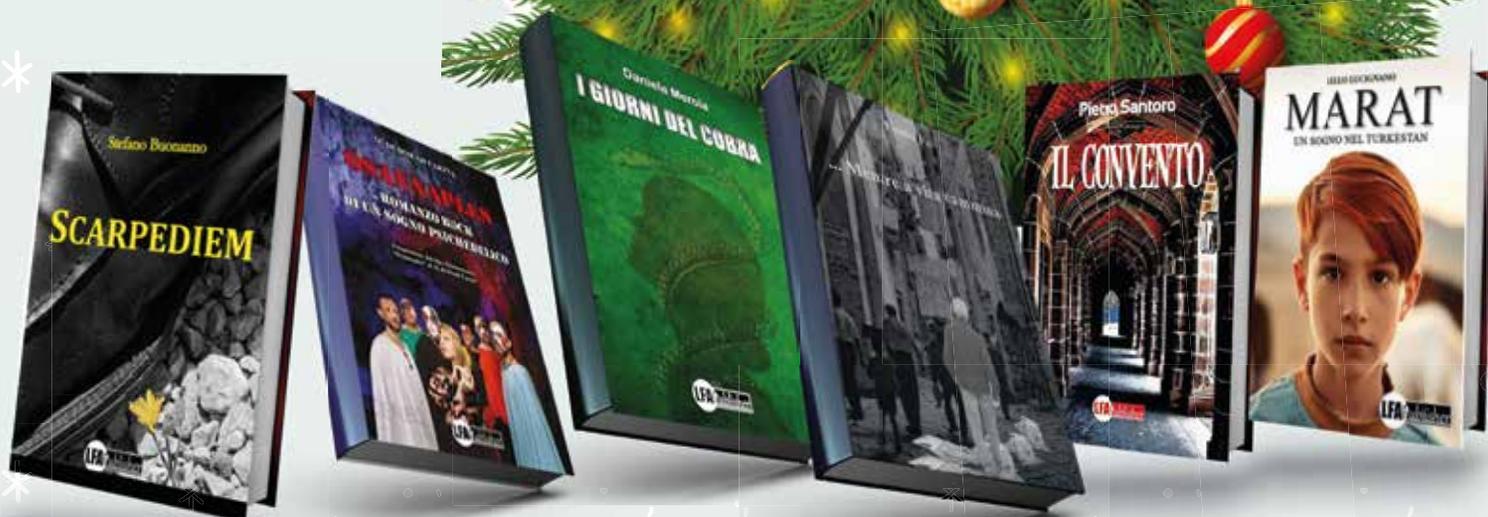
5. “Il Convento” di Pietro Santoro. Un professore universitario, ottimo medievalista, parte da Napoli per raggiungere Siena, dove dovrà tenere una lezione sul filosofo S. Agostino e la sua concezione del tempo. Con lui la fidata segretaria. Un temporale sorprenderà i due che sono costretti a ripararsi in un convento di francescani. Tra le prelibatezze culinarie toscane e amabili conversazioni filosofiche, la storia si dipana con accenti noir e spigolature rosa, poi qualcosa sconvolgerà la tranquillità della comunità di religiosi. I monaci saranno sorpresi, ma poi sorprenderanno e un possibile ricongiungimento restituirà l'armonia e la sacralità del luogo.

6. “Osannaples” di M. Deborah Farina. La controcultura musicale di Napoli a cavallo tra gli anni Sessanta e Settanta, fino all'esplosione del Naples Power, raccontata attraverso la storia degli Osanna, fondatrice del prog-rock partenopeo. Lino Vairetti, leader della band, ne rievoca le tappe, in un lungo excursus tra tradizione e avanguardia, rivoluzione politica e musicale. Un viaggio psichedelico tra passato e presente, nell'alternarsi tra pianireali e mondi onirici, personaggi surreali e visioni mistiche. Gli Osanna diventano così paradigma di una più grande storia artistica e culturale, in cui il rock progressivo italiano risiede tra le maggiori suggestioni sonore contemporanee.



**Le copertine dei libri
di cui abbiamo parlato
nella pagina precedente**

**Buona lettura
e
BUON NATALE!**



IL PRESEPE NAPOLETANO

E il significato dei suoi personaggi

Il Presepe napoletano è molto più di una semplice ricostruzione della Natività. Ogni personaggio, ogni scena, ogni dettaglio nasconde un significato profondo.

Dietro ai personaggi del Presepe napoletano c'è una tradizione popolare fatta di storie, leggende, aneddoti.

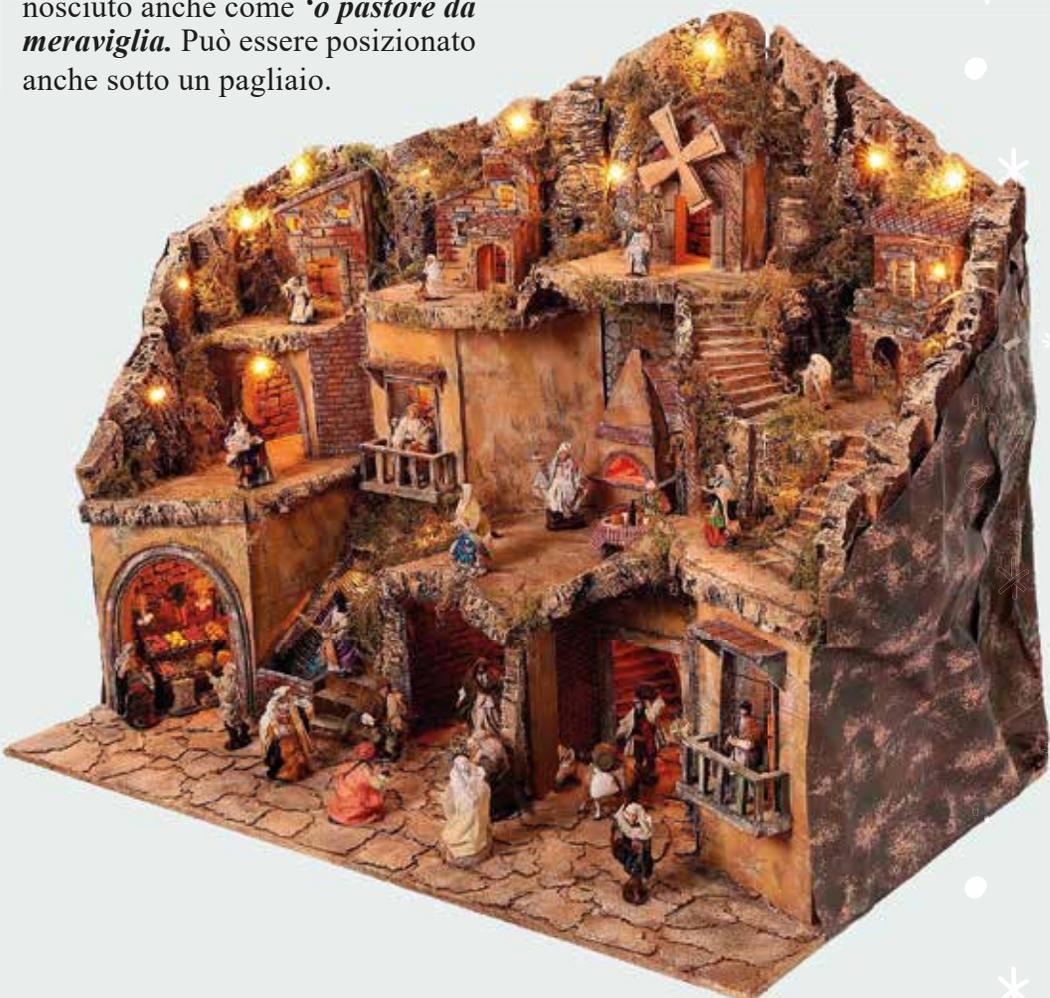
Mai come per il Presepe napoletano è necessario comprendere che quello che si sta facendo.

Sì, perché se i personaggi tipici del presepe napoletano sono nati a imitazione dei protagonisti della vita quotidiana del 1700 a Napoli, essi erano fin dall'inizio anche l'incarnazione di simboli precisi e codificati dalla tradizione. Per questa ragione ogni anno le bancarelle di San Gregorio Armeno si popolano di nuovi personaggi, spesso ispirati a attori, politici, soubrette, calciatori, come a voler sottolineare che i Presepi napoletani non hanno mai smesso di essere uno specchio della società e del tempo in cui vive chi li realizza. Nulla è lasciato al caso, e chi voglia realizzare un Presepe napoletano del '700 con tutti i crismi dovrà tener presenti alcune regole fondamentali su come e dove collocare queste figure, e capire di quali tra esse non potrà davvero fare a meno. Vediamo insieme quali sono i personaggi che non possono mancare.

1. Benino, il pastorello che dorme. Ci sono molte tradizioni e leggende su di lui. Alcune raccontano che il Presepe nasca proprio da un suo sogno e che cesserebbe di esistere nel momento in cui lui dovesse risvegliarsi.

Benino simboleggia il cammino di ogni uomo verso il Natale ed è conosciuto anche come *'o pastore da meraviglia*. Può essere posizionato anche sotto un pagliaio.

2. Pescatore, mezzo svestito, con una camicia aperta sul petto e pantaloni arrotolati sotto il ginocchio. A volte porta la canna da pesca, a volte no, ma ha sempre accanto a sé il banco del pesce, un'altra delle figure caratteristiche del Presepe napoletano.



LA SORGENTE

1920

NEAPOLIS
informatica

WWW.NEAPOLISINFORMATICA.COM



Via San Giacomo, 12 - Cimitile (Na)
infoline: 342 847 2935



3. Lavandaia. Sempre presso il fiume troviamo la lavandaia intenta a lavare i panni in ginocchio. Nel Presepe napoletano le lavandaie rappresentano le levatrici che hanno assistito alla nascita di Gesù e hanno prestato aiuto alla Madonna. I teli che hanno usato per pulire il Bambinello sono miracolosamente puliti e immacolati, a simboleggiare la verginità di Maria e l'origine miracolosa di Suo Figlio.

4. La Sacra Famiglia. Maria, Gesù e Giuseppe occupano la grotta di mezzo. La Madonna è vestita di rosa e porta un mantello azzurro, San Giuseppe in viola e giallo. In mezzo ci sono il bue e asinello, che rappresentano simbolicamente

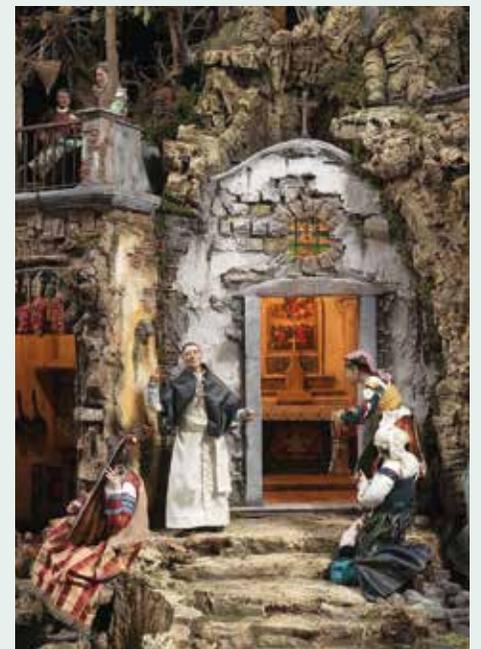
il Bene e il Male, due forze che, con il loro equilibrio, mantengono l'ordine del mondo.

5. Vinaio. Il vinaio, o Oste, simboleggia l'Eucarestia, ma fa parte anche di un gruppo di personaggi, i cosiddetti venditori di cibo.

6. Ciccibacco. Questo curioso personaggio dal nome buffo occupa un delle due grotte poste a lato di quella della Natività. Guida un carretto trainato da due buoi e carico di botti di vino. Ciccibacco è infatti la personificazione del dio pagano Bacco dionisiaci in cui ci si abbandonava all'ebbrezza e all'eccesso. Dunque Ciccibacco ricorda quanto sia sottile il confine tra sacro e profano, come lo è quello tra bene e male.

7. Zingara. Si racconta che una zingara avesse predetto la nascita del Bambino e che per peccato di presunzione fosse stata tramutata in civetta.

8. Re Magi. Rappresentano il mondo e il tempo che si fermano per la nascita di Gesù. Tradizionalmente sono tre: Baldassarre il vecchio, che cavalca un cavallo nero; Gasparre il giovane, che monta un cavallo bianco; Melchiorre il moro, col suo cavallo fulvo. I tre cavalli simboleggiano i tre momenti del giorno: notte, mezzogiorno e alba. La loro corsa richiama il percorso degli astri verso il luogo della nascita di Gesù Bambino, simbolo del sole che risorge.




Napoli - Capri | Capri - Napoli

CAMA.SCAN
di Scanagatti Diego
Via Arcangelo Ghisleri 80 - Napoli

Precisione e Puntualità

Diego: 349.1892212 - 328.3350375 Gennaro: 333.6691082

CAMMINANDO, CAMMINANDO

Tra i quartieri di Napoli a Natale

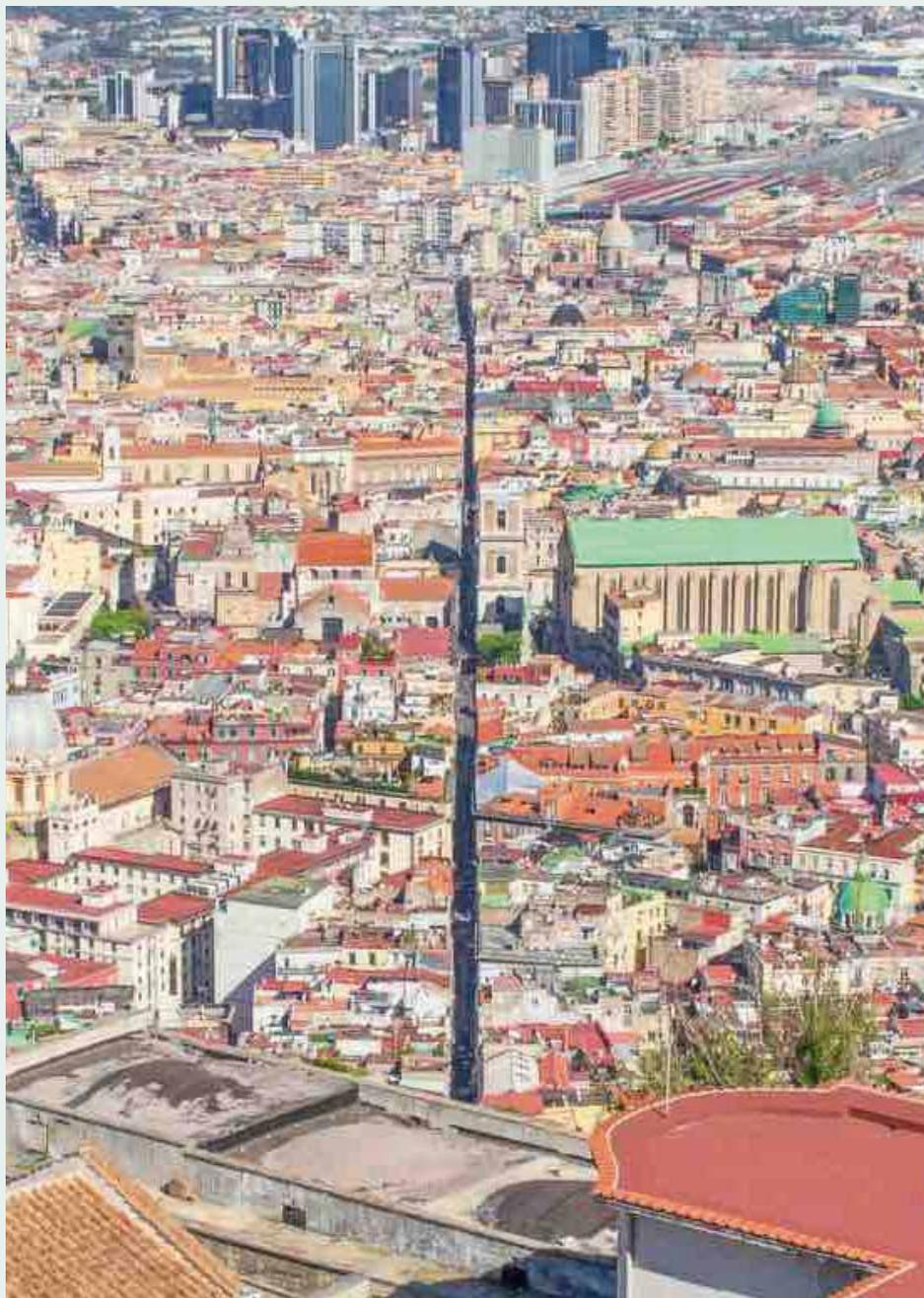
Se vuoi incontrare la storia, Spaccanapoli, è di certo una delle strade più importanti e tipiche del centro storico di Napoli.

Qui hanno vissuto nel corso del tempo importanti personaggi, come Benedetto Croce, che vi trascorse anche gli ultimi istanti della sua vita.

Si suddivide in tre spezzoni: il primo tratto va da piazza del Gesù Nuovo e, passando per piazza San Domenico Maggiore e piazzetta Nilo, arriva all'attuale via Benedetto Croce; quello centrale è costituito da via San Biagio dei Librai, mentre la parte finale comprende una parte di Forcella fino all'incrocio con via Duomo. Viene chiamata "spaccanapoli" perché divide nettamente la città antica tra Nord e Sud, visibile soprattutto dall'alto.

Lungo questo percorso è possibile ammirare alcune eccellenze architettoniche della città come la Basilica di Santa Chiara, il Monte della Pietà e il complesso di Santa Maria della Ragione. Arrivarci è molto semplice con i mezzi pubblici: basta prendere la linea 1 della metropolitana e scendere alla fermata Dante prima di percorrere qualche

Le fotografie presenti sul giornale sono state prese dal web e/o dalle pagine social degli enti/associazioni in questione, senza alcuno scopo se non quello di fare informazione.





metro a piedi. Tra le strade simbolo di Napoli c'è di sicuro San Gregorio Armeno, la cosiddetta via dei presepi: qui infatti si concentrano le botteghe degli artigiani del legno che creano non solo a Natale ma durante tutto l'anno le statuine, sia canoniche che originali, famose in tutto il mondo. I negozi restano aperti dalle 09:30 alle 19:30 e fare una passeggiata in questa zona è sempre una piacevole scoperta. Questa è una delle strade che incrociano Spaccanapoli e la collegano a via dei Tribunali all'altezza della Basilica di San Lorenzo Maggiore. C'è non solo la chiesa di San Gregorio Armeno, dove in epoca romana sorgeva il tempio dedicato a Cerere, ma anche la casa natale di San Gennaro all'Olmo, gestita dalla Fondazione Gianbattista Vico. Trovandosi nel cuore della città,

è facilmente raggiungibile con i mezzi pubblici. È, tuttavia, consigliato prendere la linea 2 della metropolitana con fermata Montesanto.



La Chiesa di San Gregorio Armeno

Lo chalet
 bar tabacchi tavola calda sala giochi
 Via Nazionale delle Puglie Km. 53.890
 COMIZIANO (NA)

il ritrovo dei tifosi
 del NAPOLI.
 Qui potrai vedere
 tutte le partite
 degli AZZURRI
 su SKY o DAZN

CREAZIONI
Stefy
 Via San Giacomo, 12 - Cimitile (Na)
 infoline: 342 847 2935



PROVERBI E MODI DI DIRE DELLA CULTURA NAPOLETANA

Rappresentano la saggezza popolare espressa in una lingua dai suoni dolcissimi e dal sapore antico, familiari per i Napoletani come l'odore del caffè, pronunciati da generazioni di nonni e arrivati quasi intatti fino a noi.

Comme barbarea accussì natalea.

Com'è il tempo il giorno di Santa Barbara, così sarà il 25 dicembre.

Addo' 'e fatte Pasche llà faje Natale.

Suggerimento dato a familiari e ad amici soli.

A Natale tutte scurzetelle, a Pasca tutte mullechelle.

Nelle feste natalizie si mangia molta frutta secca, lasciando 'e scurzetelle, mentre a Pasqua si consumano di più i dolci che lasciano 'e mullichelle.

Mo' vene Natale, nun tengo denare.

Le famiglie povere, per distrarre i bambini cantavano
"Nuvena nuvena, mo vene Natale e nun tengo denare,
m'appiccio 'na pippa / e me vaco a cuccà".

Carnevale addò te truove, Natale e Pasca a' casa toia.

La tradizione napoletana vuole che le festività comandate, come appunto il Natale o la Pasqua, vengano trascorse con la famiglia.



LA MODA Secondo Vittoria

Il tartan. È stato eletto praticamente in tutto il mondo il tessuto natalizio per eccellenza, in particolare la versione con abbondanza color rosso. Lo ritroviamo nelle decorazioni per allestire le nostre case, ma soprattutto nell'abbigliamento: uomo, donna, bambini, dai capispalla alla lingerie, dai maglioni ai calzini, tutto si trasforma in "tartan" quando arriva Natale!

Ma qual è la sua storia? Quando si sente parlare di tessuto scozzese, è il primo che viene in mente. Si tratta di un motivo profondamente radicato nella cultura della Scozia, con una storia ricca e complessa che risale a migliaia di anni fa. Famoso per il suo caratteristico motivo a quadri, è molto più di una semplice stoffa e rappresenta storia, identità, tradizione e innovazione. Da simbolo culturale dei clan scozzesi a icona di stile nella moda moderna, ha attraversato i secoli adattandosi e rinnovandosi, mantenendo sempre il suo fascino intramontabile. E a voi quanto piace questo tessuto? Alla prossima!



© Illustrazioni a cura di:
Vittoria Veneziano



Napoli - Capri | Capri - Napoli

CAMA.SCAN
di Scanagatti Diego
Via Arcangelo Ghisleri 80 - Napoli

Precisione e Puntualità

Diego: 349.1892212 - 328.3350375 Gennaro: 333.6691082

VIGILIA DI NATALE

Come la viviamo a Napoli?

Nel giorno della Vigilia di Natale a Napoli ci sono quelli che vanno in giro per la città a scambiarsi gli auguri con gli amici o per acquistare gli ultimi regali da mettere sotto l'albero. In una mano i sacchetti dello shopping, nell'altra una pizza a portafoglio o una frittatina di pasta che placherà la fame nell'attesa che arrivi l'ora del mitico cenone. A Napoli, poi, ci sono quelli che il 24 dicembre passano l'intera giornata a cucinare per tutta la famiglia, perché il menù della Vigilia di Natale è quello più importante delle Feste e deve essere preparato con cura.

La tradizione vuole che il menù sia a base di pesce, mentre la carne sarà protagonista del pranzo di Natale. L'antipasto è il momento più creativo del cenone, ma le danze non possono che aprirsi con una delle ricette napoletane più amate: la pizza di scarole con il suo saporito ripieno di olive, acciughe, pinoli e uvetta. All'appello ci sono anche salmone o alici marinate e la tipica insalata di polpo. Sul primo piatto non si discute, il 24 dicembre si mangiano spaghetti alle vongole. Al massimo, si può discutere sulla preparazione: qualcuno li preferisce in bianco, qualcuno in rosso o "macchiati", con qualche pomodoro qua e là. Per fortuna, lo spirito delle festività smorzera eventuali polemiche a riguardo. Si passa al

al secondo, o meglio, ai secondi. Di solito si preparano spigole e orate al cartoccio o all'acqua pazza, ovvero cotte in padella con aglio, pomodorini, vino bianco e prezzemolo.

Subito dopo è il momento di friggere la frittura di calamari - rigorosamente fatta al momento per non perdere croccantezza -, ma di certo non mancherà il baccalà fritto in pastella (con quella che avanza, si preparano le zeppoline).

In accompagnamento capitone fritto o cucinato in umido, considerato un vero e proprio portafortuna per il nuovo anno alle porte. Secondo la tradizione, i contorni sono esclusivamente due. In primis, la famosa insalata di rinforzo con cavolo bollito, acciughe, olive e papacelle, un particolare tipo di peperone

dolce.

Poi, i cosiddetti broccoli di Natale. Come si preparano?

Dopo averli puliti e sbollentati, vanno ripassati in padella con aglio, olio e peperoncino e serviti con qualche spruzzata di limone.

Di fronte ai dolci tipici napoletani riuscirete sicuramente a trovarne in abbondanza. sicuramente a trovarne in abbondanza. Prima, però, c'è o' spass: varietà di frutta secca, come nocciole, pistacchi, fichi secchi, noci e mandorle, le cui bucce (insieme a quelle dei mandarini) vengono utilizzate per segnare i numeri sulle cartelle della tombola.

Nu poch'è *spassatiempo* dopo aver passato tanto tempo ai fornelli, aspettando di scartare i regali allo scoccare della mezzanotte.



Scommesse sportive



EmmaBet

Vi aspettiamo a S. Giuseppe e Madonna dell'Arco



IL PRANZO DI NATALE E le ricette napoletane antiche



Il pranzo di Natale, invece, è dedicato alla storica **minestra maritata**, una ricetta antica del '500 che unisce alla perfezione verdure come scarole, verza e cicoria con vari tipi di carne, tra cui maiale, pollo e manzo. Un vero "matrimonio" di sapori, come suggerisce il nome.

Alcune famiglie arricchiscono il primo con tortellini in brodo, oppure scelgono la pasta al forno, spesso ripiena di piccole polpettine, o lasagne e cannelloni per un menù natalizio napoletano decisamente ricco.

Per il pranzo di Natale, invece, la scena cambia: dai piatti esce il profumo della carne usata per il ragù, con bracioline imbottite, salsicce, polpette e cotiche di maiale. Alcuni preferiscono un piatto rustico e saporito di salsicce e friarielli. In accompagnamento, si aggiunge spesso il fritto misto alla napoletana, nato per evitare sprechi e portato alla perfezione dai cuochi delle famiglie nobili: **panzarotti, mozzarelline, scagliuozzoli, pizzelle e micciarielli**. Ebbene sì, anche un menù di Natale napole-

tano ricco e sostanzioso prevede i suoi contorni, che non sono certo un dettaglio! La regina indiscussa è **'a nzalata e rinforzo**: un mix di cavolfiore, broccoli, olive, sottaceti, peperoni, acciughe e papacce, il tutto abbondantemente condito con aceto. Nonostante il sapore intenso e deciso che non incontra i gusti di tutti, è immancabile doverla saggiare "per devozione" e simbolo della tradizione natalizia. Accanto a lei, troviamo i famosi broccoli di Natale, noti anche come **vrucocole 'e fronn**. Simili ai friarielli ma con una nota più dolce, questi broccoli vengono sbollentati e poi ripassati in padella con olio, aglio e peperoncino, per essere infine spruzzati con qualche goccia di limone. Questo duo di contorni completa perfettamente il pasto natalizio, bilanciando il ricco menù con sapori semplici ma intensi, come per la vigilia, per concludere in bellezza il menù, non può mancare la tradizionale frutta secca, nota come le **'e cioccele**, portate a tavola in un cestino di vimini, ricco di **noci, mandorle, nocciole, fichi del Cilento, datteri e castagne del pre-**

te (che vengono cotte al forno e immerse in una miscela di acqua e vino). Un vero momento di condivisione e allegria tra un piatto e l'altro. Ma il gran finale è dedicato ai dolci napoletani: gli immancabili **struffoli**, palline di pasta fritta ricoperte di miele, che sono il vero simbolo delle festività napoletane unitamente a **roccocò, susamielli, mustaccioli, pasta reale e divino amore**, senza dimenticare un buon **liquore nocillo** per favorire la digestione e giocare a tombola.



Le fotografie presenti sul giornale sono state prese dal web e/o dalle pagine social degli enti/associazioni in questione, senza alcuno scopo se non quello di fare informazione.

IL GIORNO DI SANTO STEFANO E le sue tradizioni culinarie

Sebbene la Vigilia e il giorno di Natale dominano la scena nelle festività natalizie, altrettanto importante per la tradizione è la celebrazione della festa di Santo Stefano. Il giorno di Santo Stefano è, infatti, una festività che celebra il primo protomartire cristiano. Come per le prime due festività del 24 e 25 dicembre, anche la festa di Santo Stefano ha una sua tradizione culinaria a cui non si può rinunciare.

Se nella maggior parte dei casi viene considerato un giorno "di scarto" rispetto ai precedenti, a tavola potrebbe però non essere del tutto vero. Se sulla tavola di molte case italiane vengono consumati gli avanzi dei giorni prima, optando quindi per l'arte del riciclo o per piatti più leggeri dopo due giornate di tour de force culinaria.

Ma così non è a Napoli, che come le altre due festività rispetta la tradizione con pietanze tipiche.

E chi osa sfidare la tradizione?

Di certo non i napoletani.

il menu' di Santo Stefano, sebbene non ci sia un'abbondanza paragonabile all'abboffata dei due giorni precedenti, dall'antipasto ai dolci tutte le portate vengono rispettate. Si aprono le danze con affettati misti, formaggi vari e conserve di verdure, che non si discostano molto dalle prelibatezze gustate il giorno di Natale, per poi arrivare al primo piatto vero protagonista della giornata. **'E manfredi c'a ricotta** dominano la tavola con gusto e tradizione, data la loro origine leggendaria.

Si narra, infatti, che furono ideati nel 1250 per onorare il Re di Sicilia, Manfredi di Svevia, accolto nel Sannio con questa famosa pasta e il suo formaggio preferito, ovvero la ricotta.

Per condire i manfredi non può ovviamente mancare anche per questi giorni di Santo Stefano il ragù

napoletano, la cui carne sarà servita come secondo piatto.

Ma uno dei contorni che sulle tavole partenopee non manca mai è **'a scarola mbuttunata**, ovvero ripiena. La scarola è la verdura regina della stagione invernale, dunque nel pieno della sua bontà e del suo sapore.

Prevalentemente ricca d'acqua, nella cucina napoletana viene insaporita con ricco condimento e, appunto, ripiena.

Anche in questa festività non possono mancare frutta e dolci praticamente uguali alla vigilia e al pranzo di natale: **arance, mandarini, prugne secche, fichi secchi, nocciole e noci** dominano anche la tavolata del pranzo natalizio, insieme agli immancabili **struffoli, roccocò, mustaccioli, susamielli, pasta di mandorle, panodoro e panettone**.

E subito dopo... un altro giro di tombola!



vulcano shop

PREZZI CONVENIENTI SEMPRE

AJAX
Pavimenti
ml.1250



€ 1,99

DASH
Lavatrice
lav.58



€ 8,99

LYSO FORM
Wc

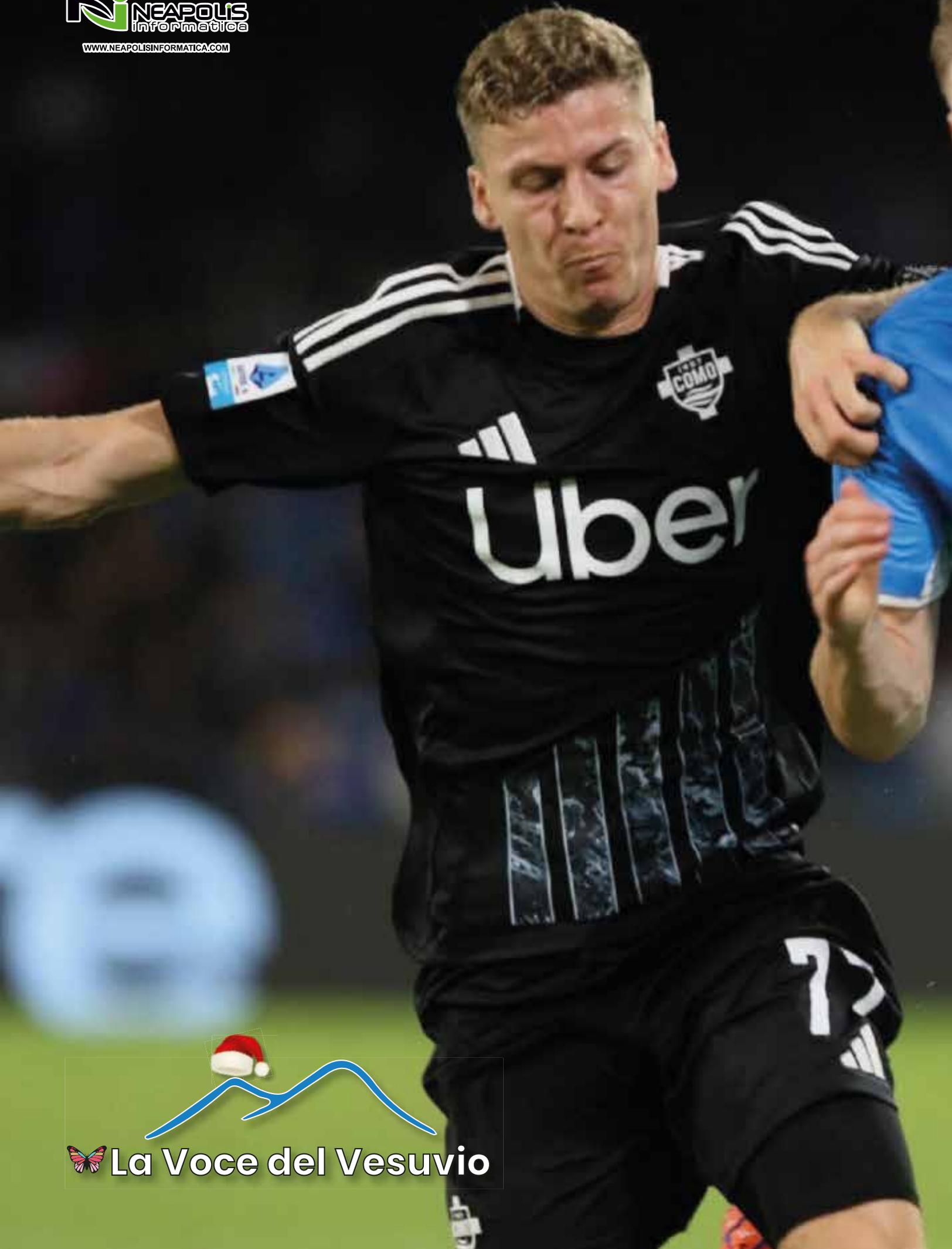


€ 1,39

SMAC
Gel bagno



€ 1,19





Antimo Piccirillo

FAIRY
Tabs platinum
x 44



€ **7,99**

LINES IDEA
Notte super



€ **2,29**

CARESS
Bobina
spesamica



€ **1,39**

FINISH
Power gel



€ **3,19**

CIF
Crema
ml.750



€ **1,69**

ORARI

Lunedì - Sabato

08:30 - 14:00

15:00 - 19:30

CITROVIAMO A

SAVIANO Via S. Erasmo
Tel. 0815110320

MARIGLIANO Via Variante 7Bis
Km 42
Tel. 0818855062

I prezzi possono subire variazioni in caso di errori tipografici, ribassi o modifiche alle leggi fiscali.
Le offerte sono valide fino ad esaurimento scorte.
La direzione si riserva di stabilire quantità massime.
Le foto sono puramente indicative e possono non rispecchiare l'immagine reale del prodotto

SI ACCETTANO



scopri altre offerte su  **vulcano**

NATALE ANASTASIANO

Tra luci e colori

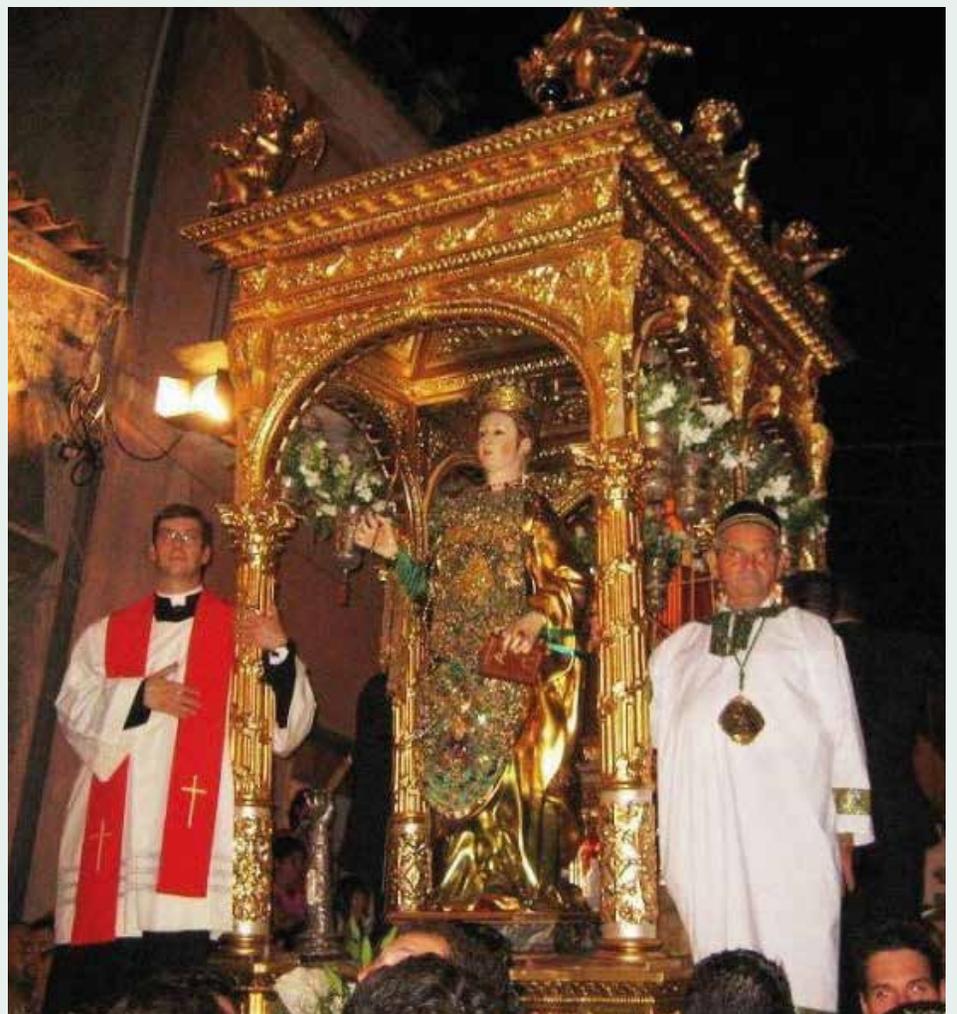
Ci si appresta al Natale e Sant'Anastasia inizia a colorarsi di rosso e ad illuminarsi con lucine natalizie. Quest'anno il comune abbellirà via Madonna dell'arco con una serie di installazioni natalizie che seguiranno gli anastasiani fino all'Epifania. Per promuovere il territorio e le sue ricchezze anche enogastronomiche, quest'anno ci sarà una novità: degustazioni per Natale in cinque appuntamenti organizzati presso il locale commerciale Squisito, a Sant'Anastasia, in via Pomigliano.

Si tratterà di un calendario di degustazioni guidate che avranno come protagonisti alcuni dei prodotti tipici del paese e delle festività di questo periodo. Sono iniziate il giorno 16 Novembre e si terranno ogni sabato fino al 14 dicembre presso la boutique del gusto del gruppo *Ciro Amodio, S.qui.sito*. Questo locale diventerà un punto di incontro per i cittadini del paese e no, offrirà assaggi di prodotti caseari, panettoni, frutta secca, vini e miele biologico. Ottima opportunità anche per poter scegliere il regalo di Natale perfetto.

Non mancheranno poi i Mercatini di Natale e le possibilità di percorrere il Santuario di Madonna Dell'Arco che darà modo di visitare musei al suo interno. Non mancherà il Presepe Vivente sempre nei pressi del santuario; oltre a quello che è solito decorare la

strada di via Giovanni Primicerio, unito a tutte le decorazioni e luci natalizie.

Insomma, anche quest'anno l'amministrazione di Sant'Anastasia garantirà un paese ben addobbato e pieno di iniziative che accompagneranno i cittadini in questi giorni di festa.



Scommesse sportive



EmmaBet

Vi aspettiamo a S. Giuseppe e Madonna dell'Arco



‘E ZAMPUGNARI

Il mestiere di chi rende magico il Natale

Una delle tradizioni che rendono magica l'atmosfera del Natale nel centro-sud è quella delle strade che si riempiono delle melodie intonate dagli zampognari, che altro non rappresentano che pastori che con i loro abiti tradizionali scendono dalle montagne e che con le loro zampogne, una specie di cornamuse, intonano musiche natalizie. Spesso suonano tra le strade dei quartieri, a volte bussano di porta in porta e vengono accolti da bambini estasiati e adulti che si perdono in una malinconica poesia tra le note da loro suonate. Gli zampognari annunciano la venuta del Signore e suonano per le vie del centro dei nostri paesi, tenendo viva una tradizione antichissima, in origine pagana. La storia degli zampognari, così come li conosciamo oggi, è riconducibile al XVIII secolo, quando Sant'Alfonso Maria de Liguori, teologo e dottore della chiesa napoletana, compose il noto canto Tu scendi dalle stelle, adattando la melodia a quelle udite dalle zampogne suonate dai pastori in Abruzzo. E proprio l'Abruzzo potrebbe essere considerata la regione madre degli zampognari, terra in cui la transumanza e i pascoli sono un simbolo locale. La tradizione vuole che i musicisti, con le loro zampogne, proseguano di soglia in soglia per annunciare l'imminenza della venuta di Gesù bambino. In antichità, nel giorno dedicato al



solstizio d'inverno, il Sol invictus, la zampogna riecheggiava per accogliere la rinascita del sole.

La celebrazione in epoca cristiana fu assorbita e cristianizzata per dar vita al Natale.

Il termine zampogna veniva espresso con sampogna. La radice latina è symphonia che proviene dal greco, συμφωνία, ovvero concerto, accordo o per l'appunto sinfonia. La zampogna tuttavia era utilizzata in Italia dai pastori che durante la transumanza richiamavano a loro le greggi. Le sue origini affondano le radici nella cultura

Nella mitologia greca era il dio Pan a essere rappresentato con l'omonimo flauto.

Lo strumento, ricavato da canne ottenute da legno di olivo o di bosso, venne innestato in una sacca di pelle, ovvero una camera d'aria per l'insufflazione.

In questo modo ebbe origine la zampogna che viene ritrovata anche durante l'impero romano e nel mondo dei latini sotto il nome di utricularis.

Secondo una leggenda, l'imperatore Nerone fu tra i primi zampognari d'Italia.



CREAZIONI

Stefy

Via San Giacomo, 12 - Cimitile (Na)
infoline: 342 847 2935

LA MASCHERA PER IL VISO

Un toccasana contro il freddo e l'inquinamento

Quando si parla di maschera viso ci si riferisce ad un particolare prodotto cosmetico utilizzato per contrastare alcuni disturbi o inestetismi cutanei che interessano la pelle del volto.

L'applicazione regolare settimanale di maschere per il viso, conferisce alla pelle un aspetto luminoso e fresco.

Ogni maschera per il viso viene studiata e messa a punto in funzione del tipo di pelle a cui è destinata e sulla base del risultato che si vuole ottenere con il suo impiego.

L'efficacia del prodotto è data dalla sapiente associazione dei principi attivi funzionali incorporati nella ricetta: le maschere per il viso possono essere realizzate per idratare, rivitalizzare, tonificare detossinante, purificare, nutrire e ammorbidire la pelle e sono appositamente studiate per ripristinare un alterato equilibrio idrolipidico cutaneo e ristabilire il ph fisiologico proteggendo la pelle sensibile dagli insulti atmosferici.

Le maschere devono essere applicate su pelle accuratamente deterata ed asciutta, ogni traccia di trucco deve essere rimossa in modo da dare la possibilità alla pelle di ricevere ogni principio attivo presente nella maschera stessa. Dopo averla applicata è necessario un tempo di posa che normalmente va dai dieci ai venti minuti, trascorso il tempo

necessario va rimossa con acqua calda e per sfruttare al massimo il suo effetto benefico si consiglia di applicare un generoso strato di crema specifico per il tipo di pelle.

Ad ogni modo, in linea generale, al fine di ottenere risultati apprezzabili una maschera viso dovrebbe comunque essere utilizzata con costanza e regolarità inoltre, se consideriamo che applicare una maschera è anche una coccola che ci regaliamo, è un motivo in più per decidere di dedicarci a noi stessi!!!

A tal riguardo, Mena e Luisa le titolari del Centro Estetico Beautyline vi aspettano ad Ottaviano alla via Zabatta n.35

**Chiama ora:
081-5284217**

Le fotografie presenti sul giornale sono state prese dal web e/o dalle pagine social degli enti/associazioni in questione, senza alcuno scopo se non quello di fare informazione.



Via Zabatta, 35 - 80034 Ottaviano (NA)

*Beauty
Line*

Bellezza e Benessere

Più Buono®

www.piubuonofood.it



NEAPOLIS
informatica

DISTRIBUTORI UFFICIALI
CAMPANIA E PUGLIA

EDIT

Produzione e distribuzione di Registratori Telematici.
Tecnologia, stile e qualità Made in Italy



POMIGLIANO SI ACCENDE A NATALE

Con le “emozioni di luce”

Pomigliano d'Arco si prepara a celebrare un Natale straordinario grazie a un'illuminazione artistica senza precedenti, che avvolgerà l'intera città, dal centro alle periferie. Dopo il successo dell'edizione 2023, che aveva lasciato a bocca aperta cittadini e visitatori, quest'anno l'Amministrazione Comunale ha ulteriormente potenziato e migliorato il progetto “**Emozioni di Luce**”. La presentazione ufficiale si è tenuta oggi con gli interventi degli assessori Marianna Manna (Commercio), Mattia De Cicco (Bilancio), Giovanni Russo (Cultura) e del vicesindaco Domenico Leone e la presenza dell'assessore Elvira Romano, dell'assessore Maria Rosaria Toscano e dell'Assessore Vincenzo Caprioli. Durante l'incontro sono stati illustrati i dettagli del piano di illuminazione e del cartellone natalizio, che trasformeranno Pomigliano in uno dei centri urbani più scintillanti della Campania. «Si parte il 30 novembre» ha spiegato Marianna Manna «quindi in anticipo rispetto all'anno scorso, perché abbiamo raccolto la richiesta delle associazioni di categoria dei commercianti che ci chiedevano di anticipare l'accensione delle illuminazioni natalizie. Sabato prossimo, alle ore 18, ci sarà la prima accensione delle luminarie nelle strade cittadine in tutta Pomigliano. Nel corso delle manifestazioni avremo spettacoli che lasceranno senza fiato i tantissimi bambini che con i loro genitori accorreranno in piazza Leone. Poi, il 7 dicembre, accenderemo le luci del Parco delle Acque con una parata bellissima, e l'8 dicembre quelle del Parco Pubblico con una esibizione di danza classica delle allieve e allievi di Pomigliano Danza, la nostra scuola comunale

di danza diretta da Edmondo Tucci». Oltre all'illuminazione, Pomigliano offrirà un ricco cartellone di eventi che si snoderanno dal 30 novembre fino a febbraio, con spettacoli, concerti e attività cul-

Un ruolo importante avranno le scuole, l'arte, il teatro e la musica. Coinvolgeremo fortemente le periferie, le parrocchie del tessuto urbano cittadino e il quartiere Parthenope (ex 219). Avremo musica e



turali per tutti i gusti. «Abbiamo voluto fare uno sforzo economico non indifferente - ha spiegato Mattia De Cicco - perché la nostra teoria è che la ricchezza di Pomigliano è il commercio. Portando in città un cartellone di eventi del genere, siamo sicuri che attrarremo cittadini da altri territori che potranno conoscere la bontà dei nostri esercizi commerciali. I fondi utilizzati per le luminarie e il cartellone sono ben spesi, e voglio precisare che si tratta di soldi provenienti dalla Città Metropolitana o vincolati a queste attività, senza sottrarre nulla ad altri servizi». Un aspetto centrale del progetto è il coinvolgimento delle realtà locali, come sottolineato dall'assessore alla Cultura Giovanni Russo: «Abbiamo lavorato anche quest'anno per coinvolgere quanto più possibile le realtà locali. Natale è la festa delle luci, questa dimensione consente alla città di riscoprirsi.

spettacoli per tutti i gusti, oltre a un concerto per i giovani che annunceremo nei prossimi giorni». A chiudere l'incontro è stato il vicesindaco Domenico Leone, che ha voluto ringraziare il sindaco Raffaele Russo per la sua lungimiranza: «Sin dal suo insediamento l'anno scorso, con una grande intuizione, ha voluto che Pomigliano diventasse la città delle luci di Natale. Questo progetto è un palcoscenico necessario per far sì che le energie del territorio, le potenzialità delle attività commerciali, i momenti di aggregazione e la cultura trovino terreno fertile per decollare e restituire a Pomigliano la postura culturale e sociale che le appartiene». Pomigliano d'Arco si candida così a essere una delle mete natalizie più luminose e vivaci della Campania, pronta a stupire cittadini e visitatori con un'atmosfera magica e un ricco programma di eventi.



ROSCIGNO VECCHIA

Il borgo fantasma

In un mondo che vive di visualizzazioni e telefonini, per meglio capire dove andiamo, sarebbe giusto capire da dove veniamo e noi mensilmente. Ve lo ricorderemo invitandoci a conoscere i borghi definiti “fantasma”, ma ricchi di cose da scoprire e capire. Partiamo da Roscigno Vecchia, ti sembrerà di tornare indietro nel tempo. Le case che non troviamo più nei nostri paesi, l'abbeveratoio al centro della piazza principale, le strade in pietra e terra battuta. Da tutti conosciuto come il borgo fantasma poiché non più abitabile. A sancire l'abbandono del borgo due ordinanze del Genio Civile all'inizio del secolo scorso, precisamente nel 1907 e nel 1908. A spingere il Genio Civile allo sgombero del paese le continue frane che interessavano e interessano ancora oggi la zona. Nonostante ciò molti abitanti hanno vissuto presso Roscigno Vecchia fino agli anni '60, mentre altri hanno emigrato verso la Svizzera e le Americhe, oppure si sono trasferiti poco più in là, dove ora troviamo l'attuale paese di Roscigno. A resistere nel borgo è rimasto, fino alla sua morte nel 2024, Giuseppe Spagnuolo, il guardiano di Roscigno Vecchia. Il vecchio borgo di Roscigno è un vero e proprio Paese Museo all'interno del quale è presente anche uno dei primi Musei della Civiltà Contadina.

Giunti sulla piazza principale di Roscigno Vecchia abbiamo subito uno scenario fiabesco.

La fontana abbeveratorio al centro della piazza, le abitazioni antiche che circondano il paese e la chiesa di San Nicola di Bari del '700. Percorrendo le stradine interne del paese è possibile vedere anche gli interni di alcune case più malandate. Gradini che si inerpicano per entrate ai piani superiori e vie in pietra. Uno spettacolo percorrere le vie del paese.

Da tutti conosciuto come il borgo fantasma poiché non più abitabile. Nonostante ciò molti abitanti hanno vissuto presso Roscigno Vecchia fino agli anni '60', mentre altri

hanno emigrato verso la Svizzera e le Americhe.

Il vecchio borgo di Roscigno è un vero e proprio Paese Museo all'interno del quale è presente anche uno dei primi Musei della Civiltà Contadina.

Giunti sulla piazza principale di Roscigno Vecchia abbiamo subito uno scenario fiabesco.

Come arrivare:

Prendete l'autostrada Salerno-Reggio Calabria e uscite al Atena Lucana.

Proseguite prendendo la Strada Statale 166 e deviate sulla strada provinciale al bivio di Corleto Monforte.



LA SORGENTE
1920

NEAPOLIS
informatica

WWW.NEAPOLISINFORMATICA.COM



Via San Giacomo, 12 - Cimitile (Na)
infoline: 342 847 2935



Cosa mangiare:

La CIAUREDDA è un piatto a base di verdure, in particolare quelle estive presenti dell'orto. Non dimentichiamo che in Cilento regna ancora un'economia di sussistenza, dove gran parte di quel che si consuma a tavola viene dalla propria terra o dagli animali che si allevano durante l'anno.

È proprio questo che ne fa la patria indiscussa della dieta mediterranea. E d'estate, quando l'orto è rigoglioso di tutti i suoi frutti di stagione, come pomodori, peperoni o melanzane, si prepara la ciauredda.

Si può fare in tantissimi modi differenti, tant'è che è difficile mangiare esattamente lo stesso piatto identico in due case, anche dello stesso paese.

Ingredienti:

- 2 melanzane
- 5 peperoni
- 500 gr. pomodori
- Basilico
- Sale
- Olio d'oliva extravergine

Segue il procedimento:

Procedimento

1. Tagliate melanzane, peperoni e pomodori nella forma desiderata, che sia a cubetti, rondelle o listarelle.
2. In una padella scaldate un po' d'olio (in Cilento abbondano, voi potete optare per una versione più light) e iniziate a cuocere le verdure, meglio se separatamente. In alternativa, meglio in ordine di cottura: prima le melanzane, poi i peperoni e infine i pomodori. Successivamente uniteli insieme e fate saltare tutto in padella per pochi minuti.
3. Aggiungete qualche foglia di basilico per un ulteriore tocco estivo, mescolate e servite tiepida o anche fredda.
4. In alternativa mettete la ciauredda tra due fette di pane: più aspettate, più sarà buono perché avrà assorbito tutto il sapore delle verdure. Chiedetelo un po' a qualche contadino in Cilento comi sapi u pani 'onda ciauredda!

Scommesse sportive



EmmaBet

Vi aspettiamo a S. Giuseppe e Madonna dell'Arco



I LAGHI IN CAMPANIA

Le meraviglie del repertorio mediterraneo

S spesso associata alle meraviglie del Mediterraneo, la Campania nasconde un tesoro nascosto: i suoi splendidi laghi.

Luoghi di una bellezza senza pari, alcuni celebri e altri ancora da scoprire, tutti capaci di affascinare con il loro potere suggestivo. Abbiamo selezionato i laghi più belli della regione, per incantare gli amanti del turismo lacustre. Dal fascino delle montagne all'irresistibile richiamo del mare, i laghi campani offrono un'alternativa incredibile per trascorrere momenti indimenticabili. Il Lago d'Averno occupa lo spazio di un antico cratere, trasformandolo in uno specchio d'acqua salata rotondo e calmo. Sì, hai letto bene: nonostante di solito i laghi siano d'acqua dolce, data la vicinanza del mare, il Lago d'Averno è costituito da acqua salata.

Dei laghi presenti nella zona dei Campi Flegrei è il secondo per dimensioni dopo il Lago Fusaro. Siamo a Pozzuoli, in uno dei luoghi più misteriosi e suggestivi: ha un importante valore storico e cultu-



Lago d'Averno e Antro della Sibilla

rale, grazie alla vicinanza Cuma, dove si trovano l'Antro della Sibilla e il Tempio di Apollo. Ricordiamo anche il fascino esercitato da questo luogo su Virgilio, che lo cita come ingresso degli Inferi e Dante, che lo nomina nella Divina Commedia. In epoca romana, assunse anche un'importanza militare, perché grazie alla costruzione di due gallerie, la Grotta di Cocceio e la Grotta della Sibilla, diventò un collegamento diretto al mare e uno dei porti di Cuma. Il Lago d'Averno fu isolato di nuovo dal mare nel 1538, dopo l'eruzione del Monte Nuovo. Oggi, è un'oasi naturalistica circondata da vigneti, visitabile liberamente, potete arrivarci con la Metropolitana: Linea Cumana Fermata Lucrino, costeggiare a piedi il lago di Lucrino e imboccare il sentiero del lago D'Averno.

I due laghi sono vicinissimi oppure in Auto: Tangenziale di Napoli uscita n. 14 Pozzuoli – Arco Felice. Seguire indicazioni per Napoli-Pozzuoli, Baia e Bacoli.



Le fotografie presenti sul giornale sono state prese dal web e/o dalle pagine social degli enti/associazioni in questione, senza alcuno scopo se non quello di fare informazione.



DA NOI
SOLO IL
MEGLIO

NAPOLITANO[👑]
STORE[👑]



**VIENI
A
TROVARCI**

Ci troviamo a
📍 **Via Napoli, 159 - Casalnuovo di Napoli**
(centro meridiana)

Ci troviamo a
📍 **Corso Garibaldi, 233 - Napoli**

📞 **3509789232**



I CECI

Un prezioso legume

Le prime piante selvatiche di questo speciale legume sono originarie della Turchia e sono state coltivate per la prima volta durante l'Età del Bronzo. Se parliamo di ceci, dobbiamo sapere che ne esistono due varietà principali:

- **Kabuli:** è la variante occidentale, la più utilizzata nel nostro continente. Per quanto riguarda il suo aspetto, è abbastanza grande e di un beige tenue.

- **Desi:** la variante orientale. Rispetto alla prima è di dimensione ridotta e di un caratteristico colore rossastro.

Sono stati uno dei primi alimenti coltivati dall'uomo e si pensa che siano stati utilizzati per la prima volta in Mesopotamia circa 8.000 anni fa.

In seguito, i ceci sono stati introdotti in Europa e sono diventati un alimento molto popolare nell'antica Roma. Grazie alla facilità di adattamento, la pianta può essere coltivata in terre povere e senza troppa necessità di acqua e concimi: sono sufficienti temperature moderate per germinare, intorno ai 10 gradi ed in generale la pianta dei ceci riesce a resistere anche a temperature più fredde. Le proteine contenute nei ceci sono di alta qualità, cioè contengono tutti gli amminoacidi essenziali necessari per il nostro corpo. Questo li rende un'ottima fonte di proteine per coloro che seguono una dieta vegetariana e vegana. Inoltre, le sue fibre aiutano a regolare il livello di zuccheri nel sangue e a mantenere un intestino sano, favorendo la digestione e prevenendo la stitichezza. Hanno ottimi benefici per supportare la riduzione dell'assorbimento del colesterolo grazie al loro contenuto

di fibre. Inoltre, i ceci rafforzano le loro proprietà contro il colesterolo cattivo e i trigliceridi grazie alla presenza di saponine.

La vitamina A presente nei ceci fa bene sia ai capelli sia agli occhi. Senza dimenticare che presentano anche proprietà antiacide, ragione per cui possono essere funzionali in caso di problemi gastrici. I legumi, e dunque anche i ceci, sono alimenti, per natura, senza glutine e, per tale ragione, possono essere consumati anche da chi soffre di celiachia.

Può, però, accadere che, durante il confezionamento dei ceci in scatola, avvenga una contaminazione con grani di cereali che abbiano glutine, controindicati ai celiaci.

Questo problema può essere evitato verificando che non vi siano impurità nella scatola; in ogni caso, è sempre consigliabile lavare i ceci sotto l'acqua corrente prima di consumarli.

Lo sapevi che?

I ceci erano il cibo preferito dai gladiatori, perché molto energetico grazie alla presenza di minerali come fosforo e magnesio.

Idea per Antipasto natalizio Roll con hummus di ceci

Preparare l'hummus con: ceci precotti, origano, salvia, limone, olio evo e 1 bicchiere d'acqua circa per raggiungere la consistenza cremosa.

Nel frattempo cuocere 8 pomodorini in friggitrice ad aria a 180 gradi per 15min.

Condire la piadina integrale con uno strato di hummus, i pomodori, 2 fette di fesa di tacchino e verdura a foglia verde a scelta (100gr circa). Arrotolare la piadina ben stretta e chiuderla in carta argentata. Lasciare in frigo per circa un'ora e poi tagliare a rondelle.



**I DETTAGLI FANNO
LA DIFFERENZA**

Con una visione più chiara e nitida in Full HD,
sorvegliare i tuoi ambienti sarà più semplice



1080P



www.piubuonofood.it



Napoli - Capri | Capri - Napoli

CAMA.SCAN

di Scanagatti Diego

Via Arcangelo Ghisleri 80 - Napoli

Precisione e Puntualità

Diego: 349.1892212 - 328.3350375

Gennaro: 333.6691082

la TORRENTE

il buon pomodoro italiano





liquori e sciroppi con la stessa passione di sempre

LA SORGENTE

1920



LA SORGENTE
1920

IL MEGLIO DEGLI SCIROPPI IN BOTTIGLIA



6

LA SORGENTE

LIQUORI
SCIROPPI
E
DISTILLATI



LA SORGENTE
1920

Via S. Anna dei Lombardi, 6 - Napoli