

ALL'INTERNO
IL NOSTRO
POSTER
DEL NAPOLI



La Voce del Vesuvio

CURIOSITA'
SPORT
NEWS
SVAGO
E TANTO ALTRO

MENSILE A DISTRIBUZIONE GRATUITA - APRILE 2025

Reg.Tr.Nola nr° 115 del 14-01-2005

BUONA PASQUA

tra banchetti, divertimento e tradizioni



I DETTAGLI FANNO LA DIFFERENZA

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

1080P

RING



ISW-BFI2M

ROUND



ISW-DPI2M

HALO



ISW-BFE2M

FRI



ISW-BBT2M

pannello solare



ISW-PLS1

PRINCESS®



★★★
TRISTAR



MOTORE AD ACQUA

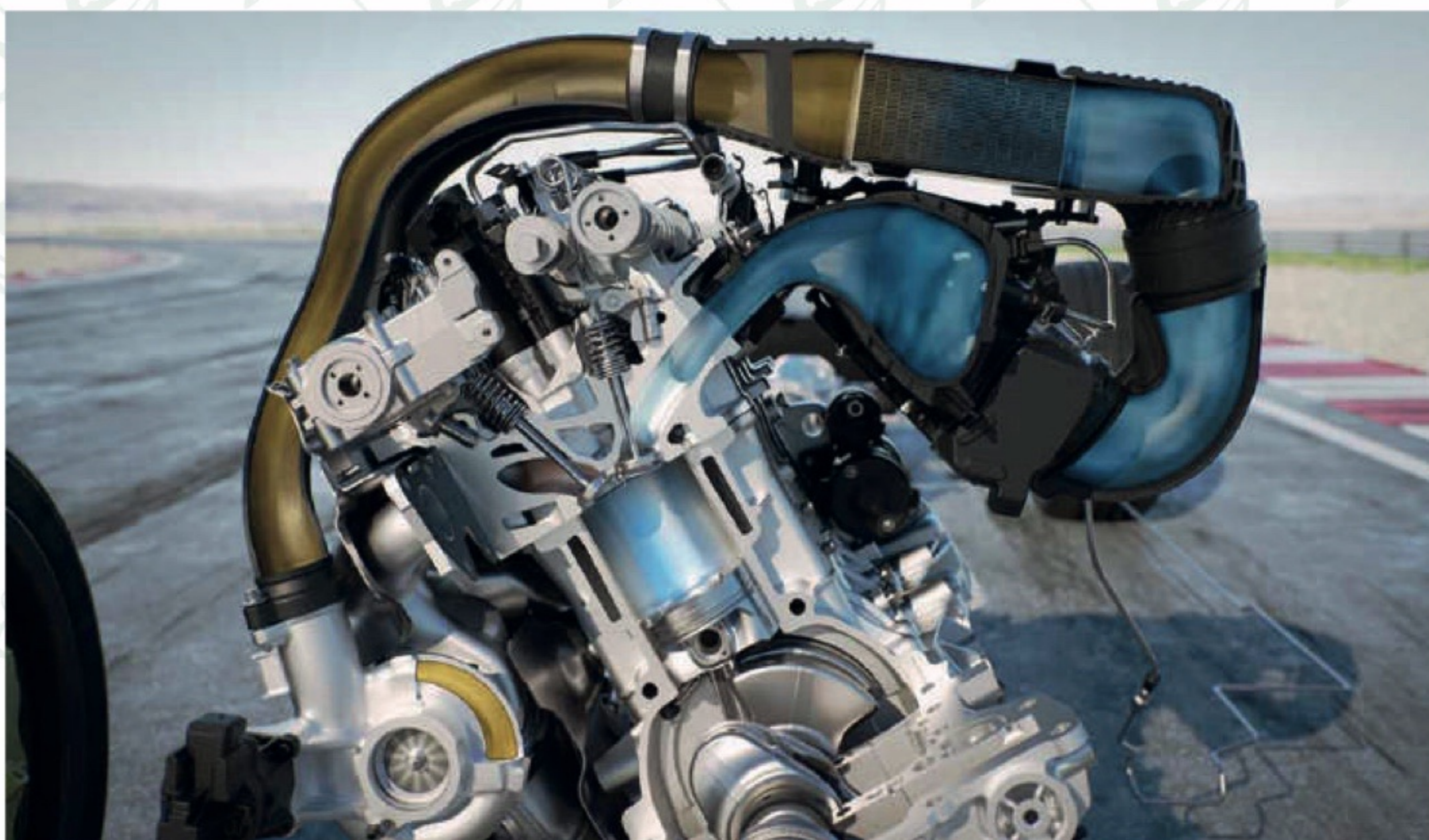
A che punto siamo arrivati?

Come è stato già ampiamente spiegato, e come poteva facilmente immaginare anche chi non possiede una laurea in fisica, l'acqua nella forma in cui la conosciamo tutti non è un combustibile, quindi non può generare una reazione per produrre l'energia necessaria che consente di far muovere un'automobile. Parlare di un motore alimentato totalmente ad acqua, senza un sistema di combustione ibrido, almeno per il momento, è per adesso un'utopia.

Per i motori con iniezione ad acqua, invece, la cosa è un po' diversa. Abbiamo visto che sul mercato esistono già auto dotate di questa tecnologia, anche se non è ancora molto diffusa per gli elevati costi di produzione. Sicuramente si tratta di un grande passo in avanti in termini di riduzione delle emissio-

nocive, ma è abbastanza improbabile che in un prossimo futuro vedremo un'impennata di vendite, soprattutto se consideriamo anche la recente normativa UE sullo stop delle immatricolazioni di auto a motore termico a partire dal 2035.

Forse non è azzardato pensare che il futuro sarà sempre più rivolto verso le auto con motore elettrico, che non inquinano e si ricaricano in maniera facile e veloce, invece che a quelle con motore ad iniezione ad acqua.



IL SOMMARIO



Pasqua napoletana
Pasqua napoletana a tavola
I piatti tipici da rifare a casa

Ennio Fo a pag.4



Somma Vesuviana
450 anni dalla consacrazione
per la chiesa di Santa Maria
del Pozzo

Valeria di Fraia a pag.19



Napoli
I quartieri spagnoli
Storia, cultura e identità

Ennio Fo a pag.10



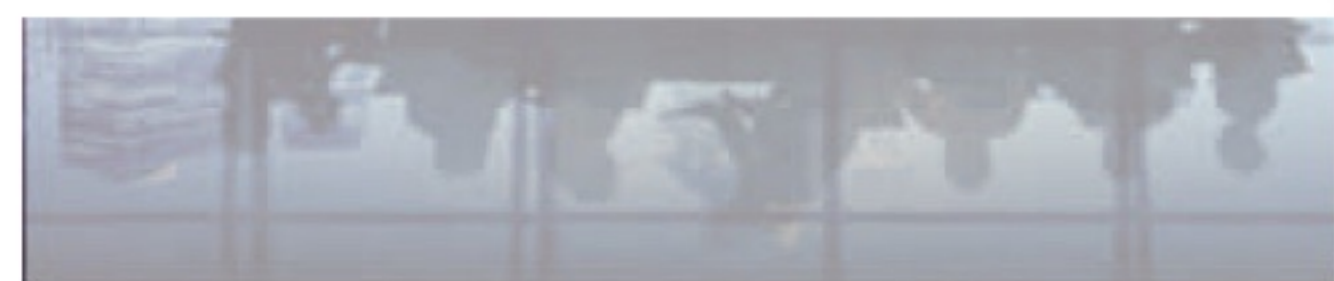
Sapori e Saperi
Il carciofo
Il Re della primavera
tra tradizione, salute e bellezza

Dott.ssa Ilaria Renna a pag.22

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

NAPOLITANO
STORE

 **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

PASQUA NAPOLETANA A TAVOLA

I piatti tipici da rifare a casa

Afellata ad aprire le danze sono sontuosi piatti di salumi, formaggi e uova sode, come da tradizione: fellata in dialetto significa “fetta”, e infatti tutti gli elementi vengono serviti già tagliati. La composizione può variare a seconda dei gusti personali, ma solitamente si trovano i salumi, i formaggi e le uova sode.



O casatiello, se conservato ben coperto in un luogo fresco e asciutto, si mantiene anche per qualche giorno, assicurando così un antipasto gustoso sia per il giorno di Pasqua che per il lunedì di Pasquetta. Nato nel Seicento e citato, insieme alla pastiera, nella favola “La gatta cenerentola” di Giambattista Basile, è una delle specialità della Pasqua napoletana, onnipresente in tutti i forni e le botteghe della città. Si tratta di una pasta lievitata ripiena di formaggio e salumi, cotta in forno con tanto di uova intere con guscio in superficie: una preparazione che riprende tutti gli elementi tipici della primavera – formaggi e uova – e li unisce in una sfiziosa torta salata. Ricetta simile è quella del tortano, in cui cambia la disposizione delle uova, che vengono inserite sode e a pezzettini nel ripieno.



Carcioffole arrustute. Come si dice a Napoli: verdure protagoniste del momento sono i carciofi, presenti ancora per poco fra i banchi di mercato, che nel capoluogo campano vengono cotti ‘ncopp ‘a furnacella, quindi arrostiti su una fornacella a carbone. Generalmente sono pochi gli ingredienti usati per condirli: sale, pepe, aglio, prezzemolo fresco e olio extravergine di oliva bastano per queste verdure saporite e ricche di proprietà. A fine primavera questi ortaggi scompariranno, quindi meglio farne incetta ora!



Capretto, più comunemente detto ‘o ruoto o forno: in qualsiasi caso, si tratta di un altro dei simboli della Pasqua cristiana, il più importante, qui cotto in forno con piselli e patate.

Nonostante si parli di capretto, cucciolo di capra macellato non oltre i 2 mesi di vita, in molti casi la ricetta viene fatta con l’agnello, il cui legame con la festività è descritto nella Bibbia, nel racconto della liberazione degli ebrei dalla schiavitù egizia.

Prima di mettersi in viaggio per la Terra Promessa, ogni famiglia dovette sacrificare un agnello e segnare le imposte della propria casa con il sangue dell’animale, così che l’Angelo del Signore, giunto nella notte per fare giustizia uccidendo i primogeniti degli egizi, potesse riconoscere le loro abitazioni e risparmiare i figli degli innocenti.

E sono proprio le sacre scritture a dare indicazioni circa la cottura: **“Non lo mangerete crudo, né bollito nell’acqua, ma solo arrostito al fuoco con la testa, le gambe e le viscere”**.

È l’*Agnus Dei*, l’agnello di Dio della liturgia che per il Cristianesimo rappresenta il figlio di Gesù, pronto a sacrificarsi per la redenzione dei peccati dell’umanità.



quanto prima in tv
"MPARAMMECE CHEF"



Prima
tivvù
canale 17



COSA FARE LA SETTIMANA SANTA

Le tradizioni a Napoli

Giovedì Santo rappresenta simbolicamente l'ultima cena di Gesù, quindi non si mangia carne. A Napoli, per tradizione, si mangia la zuppa di cozze, preparata con cozze, pane vecchio bagnato nel sugo dei molluschi e pezzetti di polpo lesso, tutto condito con olio e peperoncino.



La tradizione del giovedì Santo a Napoli prevede la **visita ai sepolcri** e il **giro delle sette chiese**.

I Sepolcri sono altari o cappelle della reposizione, allestiti nelle chiese e destinati ad accogliere l'Eucaristia consacrata per conservarla fino alla messa del venerdì Santo.

È tradizione visitare i sepolcri secondo il rito dello "struscio", una processione lenta in cui si prega ad ogni altare.

Matilde Serao diceva: «Ha un'origine tutta musicale, perché viene dal fruscio che fanno i piedi mollemente smossi e le gonne seriche delle donne».

La tradizione a Napoli è fare il giro delle sette chiese, da Piazza Dante a Piazza Plebiscito, e vedere gli altari



• **Chiesa dello Spirito Santo**, in piazza Sette Settembre, lungo via Toledo, di fronte a palazzo Doria d'Angri;



• **Chiesa San Nicola alla Carità**, lungo via Toledo, in posizione centrale tra Piazza Dante e Piazza Carità;



• **Chiesa San Liborio alla Pignasecca**;



• **Chiesa Madonna delle Grazie** in via Toledo;



• **Chiesa Santa Brigida**, in via Santa Brigida, nota per essere il luogo di sepoltura di Luca Giordano;





• Chiesa San Ferdinando di Palazzo, in Piazza Trieste e Trento;



• Basilica di San Francesco di Paola, in piazza Plebiscito.



Venerdì Santo è una giornata solenne in cui si commemorano la **Via Crucis** e la **Passione di Cristo**. Questo giorno è caratterizzato da numerose processioni tradizionali chesi svolgono in molte località. I fedeli partecipano con devozione a questi riti, riflettendo sulla sofferenza e la morte di Gesù Cristo. Le processioni offrono un'opportunità unica per immergersi nella spiritualità e nella tradizione religiosa, coinvolgendo la comunità in un'esperienza di fede condivisa. A Napoli, in particolare, le processioni del Venerdì Santo sono un evento imperdibile, ricco di profonda emotività e devozione. La Processione dell'Addolorata a Sorrento La più caratteristica è la Processione dell'Addolorata a Sorrento, che si svolge nella notte tra il Giovedì Santo e il Venerdì Santo. Migliaia di fedeli accompagnano la statua dell'Addolorata per le strade della città. Durante la processione, le strade del centro storico di Sorrento illuminate solo dalle candele dei fedeli, creando un'atmosfera molto suggestiva e commovente. La Processione dell'Addolorata a Sorrento è riconosciuta come Patrimonio Culturale Immateriale dell'Umanità dall'UNESCO. Altra celebrazione suggestiva è la Processione dei Misteri di Procida, che avviene dalla fine del '600. Parte dal borgo più antico di Terra Murata per arrivare fino al porto della Marina Grande.

La Processione dei Misteri consiste nel portare gruppi scultorei in legno delle scene della Passione di Cristo. È un'esperienza unica e molto emozionante, che permette d'immergersi nelle antiche tradizioni religiose dell'isola. La Processione del Venerdì Santo di Somma Vesuviana è una delle celebrazioni religiose più importanti del territorio vesuviano. Ha origini antiche e una forte tradizione popolare. Consiste in una rappresentazione della Via Crucis, che segue le vie del centro storico e fu probabilmente introdotta dagli spagnoli.

Sabato Santo è un giorno di silenzio, di raccoglimento, di meditazione, per Gesù che giace nel sepolcro.

Ti consigliamo di visitare la Cappella Sansevero, dove ammirerai la toccante scultura del Cristo Velato.

Domenica di Pasqua, seguendo una tradizione consolidata, è comune partecipare alla messa in chiesa e condividere un pranzo in famiglia. Per arricchire questa esperienza, ti suggeriamo di unirti alla messa nella suggestiva Chiesa del Gesù e poi di goderti una rilassante passeggiata lungo il Lungomare.

Lunedì di Pasquetta a Napoli è il giorno dedicato alle scampagnate all'aria aperta, ai pic-nic e alle gite fuori porta.

Se ti riserverà una bella giornata di sole, approfittane per visitare gli scavi di **Pompei**, la **Costiera Amalfitana**, **Sorrentina** o **Flegrea**. Se vuoi restare in città, ci sono anche tanti bellissimi parchi come il Bosco di Capodimonte e il Parco Virgiliano (controlla bene le regole perché non in tutte le aree verdi della città è possibile fare pic-nic).

Volendo, potresti pensare di fare una bella escursione sul Vesuvio.

In caso di pioggia e maltempo, punta sui musei di Napoli, che di sicuro non vi deluderanno, oppure visita la splendida Biblioteca dei Girolamini, il Palazzo Reale, o ancora uno dei 7 Castelli. Senza dimenticare il sottosuolo della città, con i suoi percorsi sotterranei.

“APRILE DOLCE DORMIRE”

Perché si dice così?

Questo simpatico detto popolare, come molti suoi simili, ha un fondo diverità, come cercheremo di spiegarti in questo articolo.

L'astenia è una particolare condizione fisica, conosciuta anche come “mancanza di forze”, avvertita in particolar modo durante il cambio di stagione.

In particolar modo, durante il mese di aprile il nostro organismo si riattiva: i mesi più freddi sono finiti e con la primavera cambia l'orologio biologico (detto anche ritmo circadiano), il metabolismo cambia e di conseguenza i ritmi si riattivano con più vitalità.

Ma abbiamo bisogno di qualche giorno per riadattarci: è per questo che inizialmente ci sentiamo più stanchi e spossati, soprattutto durante il primi giorni del mese.

Ora Legale

Con l'ora legale le giornate si allungano, tendiamo ad andare a letto

più tardi, e questo stravolge il nostro ritmo circadiano. Inoltre il bel tempo invoglia una maggiore attività fisica: prendiamo la bicicletta invece della macchina, facciamo lunghe passeggiate, ed andiamo a letto più stanchi. Avvertiamo dunque bisogno di dormire di più.

Maggiore luce

Inoltre l'aumento della luce diminuisce la produzione di melatonina, che rende più difficile addormentarsi, ed aumenta la temperatura, che a sua volta peggiora la qualità del sonno.

Come combattere la spossatezza ed i sonno?

Anche se sarai travolto dalla vitalità della primavera, ricorda di non perdere le buone abitudini del riposo: inizialmente puoi dormire di più, ma dopo rispetta i tuoi orari, e cerca di farlo tutti i giorni.

Segui uno stile di vita corretto, senza stravizi o nottate prolungate,

mangia frutta e verdura non cotte e bevi tanta acqua.

E soprattutto muoviti: aprile è il mese ideale per godere dei parchi comunali o delle passeggiate sulla spiaggia.

Il senso di stanchezza da “aprile dolce dormire” può durare da pochi giorni a un paio di settimane, ma vedrai che, con i nostri consigli, ti godrai la primavera in tempi brevissimi.




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

'A PASTIERA E NANNINA

La leggenda del dolce napoletano

Ai piedi del Vesuvio, prima di Posillipo, esisteva megaride un isolotto popolato da pescatori e dalla sirena partenope protettrice degli stessi.

L'inizio della primavera veniva salutato ed annunciato da partenope con melodiosi e soavi canti, una volta, la dolcezza del canto e della voce affascino tutti gli abitanti di megaride che rapiti accorsero verso il mare con sette tra le più belle fanciulle del villaggio che, per ringraziarla furono incaricate di consegnarle ognuno un dono e così partenope ricevette: la farina, forza e ricchezza della campagna, la ricotta omaggio dei pastori e delle pecore, le uova simbolo della vita che da sempre si rinnova, il grano tenero bollito nel latte a prova dei due regni della natura, l'acqua di fiori d'arancia perché anche i profumi della terra sollevano renderle omaggio, le spezie in rappresentanza dei popoli più lontani ed infine lo zucchero per esprimere la dolcezza profusa dal suo canto in cielo, in terra ed in tutto l'universo.

Partenope felice per i tanti doni ricevuti, si inabissò per fare ritorno nel suo regno e così depose le preziose offerte ai piedi degli dei. Questi, estasiati dal soavissimo canto, riunirono e mescolarono con arti divine tutti gli ingredienti trasformandoli nella prima pastiera che superava in dolcezza e bontà il canto della stessa partenope ma non quella di mia moglie Nannina cuoca sopraffina.

Ennio FO



I QUARTIERI SPAGNOLI

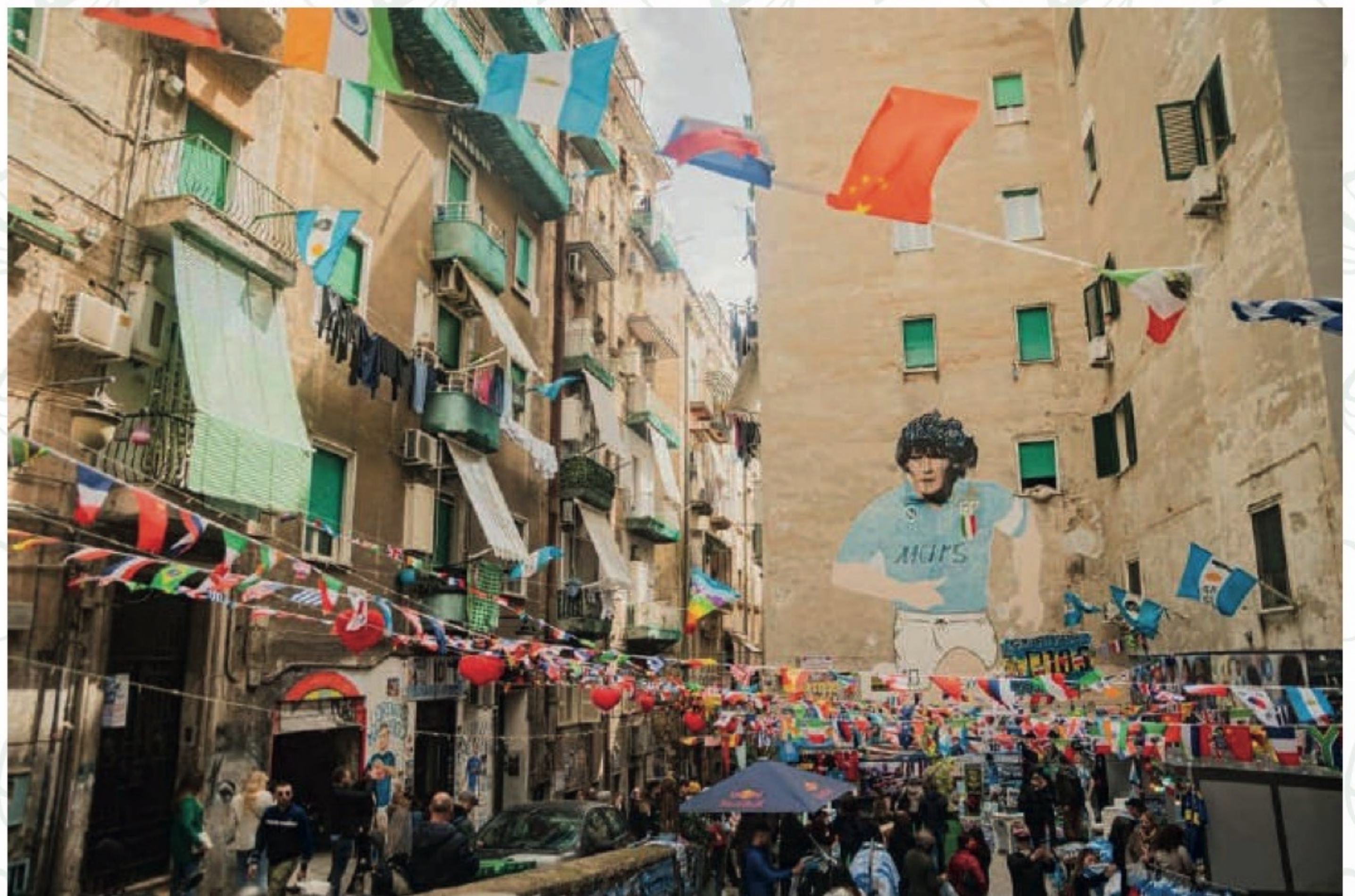
Storia, cultura e identità

I Quartieri Spagnoli di Napoli costituiscono un labirinto vivace e affascinante, intriso di storia e tradizione. Questi labirintici vicoli, situati nel cuore della città, sono testimoni di un passato ricco e complesso, che risale all'epoca del dominio spagnolo nel XV e XVI secolo. Originariamente concepiti come alloggi per l'esercito spagnolo stazionato a Napoli, questi quartieri sono diventati nel corso dei secoli un simbolo di identità culturale e resilienza per i loro abitanti. Le Origini hanno le loro radici nel periodo in cui Napoli era sotto il dominio spagnolo, dal 1503 al 1707. Durante questo periodo, la città divenne un importante centro militare e amministrativo per il vicereame spagnolo, e l'esercito spagnolo occupava una posizione di rilievo nella vita quotidiana della città. Per alloggiare i soldati e le loro famiglie, furono costruiti gli intricati labirinti dei Quartieri Spagnoli, che si estendevano ai piedi del colle di Sant'Elmo.

Evoluzione e identità culturale:

Con il passare del tempo, i Quartieri Spagnoli hanno subito trasformazioni significative. Ciò che un tempo era un insediamento militare si è trasformato in una comunità vibrante e multiculturale. Le strade strette e tortuose sono diventate un crogiolo di vita urbana, popolate da negozi, ristoranti, botteghe artigiane e vivaci mercati all'aperto. La popolazione è diventata una fusione unica di culture, con influenze spagnole, napoletane e mediterranee che si mescolano in un caleidoscopio di colori, suoni e sapori. La vita nei Quartieri Spagnoli è un'esperienza unica. Le strade strette e i vicoli intricati creano un senso di comunità e appartenenza tra gli abitanti. Le tradizioni sono mantenute vive attraverso feste di quartiere,

celebrazioni religiose e incontri informali tra vicini. La cucina locale è una delle attrazioni principali, con ristoranti e trattorie che servono piatti tradizionali napoletani e spagnoli, arricchiti da ingredienti freschi e sapori autentici.



Sfide e resilienza:

Nonostante la loro ricchezza culturale e storica, i Quartieri Spagnoli affrontano anche sfide significative. La densità abitativa, l'infrastruttura obsoleta e la povertà sono questioni che continuano a influenzare la vita quotidiana dei residenti. Tuttavia, la comunità dei Quartieri Spagnoli è nota per la sua resilienza e solidarietà. Gli abitanti si sostengono a vicenda attraverso reti di supporto informali e organizzazioni comunitarie che lavorano per migliorare le condizioni di vita nella zona. Il futuro dei Quartieri Spagnoli è oggetto di dibattito e speculazione. Mentre la gentrificazione e lo sviluppo urbano continuano a trasformare il volto della città, c'è la preoccupazione che i Quartieri Spagnoli possano perdere la loro autenticità e il loro carattere unico. Tuttavia, molti residenti e attivisti lottano per pre-

servare l'eredità storica e culturale dei quartieri, promuovendo progetti di riqualificazione che tengano conto delle esigenze e dei desideri della comunità locale. I Quartieri Spagnoli di Napoli costituiscono un labirinto vivace e affascinante,

intriso di storia e tradizione. Questi labirintici vicoli, situati nel cuore della città, sono testimoni di un passato ricco e complesso, che risale all'epoca del dominio spagnolo nel XV e XVI secolo. Originariamente concepiti come alloggi per l'esercito spagnolo stazionato a Napoli, questi quartieri sono diventati nel corso dei secoli un simbolo di identità culturale e resilienza per i loro abitanti.

Le origini

I Quartieri Spagnoli hanno le loro radici nel periodo in cui Napoli era sotto il dominio spagnolo, dal 1503 al 1707. Durante questo periodo, la città divenne un importante centro militare e amministrativo per il vicereame spagnolo, e l'esercito spagnolo occupava una posizione di rilievo nella vita quotidiana della città. Per alloggiare i soldati e le



loro famiglie, furono costruiti gli intricati labirinti dei Quartieri Spagnoli, che si estendevano ai piedi del colle di Sant'Elmo.

Evoluzione e identità culturale: Con il passare del tempo, i Quartieri Spagnoli hanno subito trasformazioni significative. Ciò che un tempo era un insediamento militare, oggi è una comunità vibrante e multiculturale. Le strade strette e tortuose sono diventate un crogiolo di vita urbana, popolate da negozi, ristoranti, botteghe artigiane e vivaci mercati all'aperto. La popolazione è diventata una fusione unica di culture, con influenze spagnole, napoletane e mediterranee che si mescolano in colori, suoni e sapori.

La vita nei quartieri:

È un'esperienza unica. Le strade strette e i vicoli intricati creano un senso di comunità e appartenenza tra gli abitanti. Le tradizioni sono mantenute vive attraverso feste di quartiere, celebrazioni religiose e incontri informali tra vicini. La cucina locale è una delle attrazioni principali, con ristoranti e trattorie che servono piatti tradizionali napoletani e spagnoli, arricchiti da ingredienti freschi e sapori autentici. Nonostante la loro ricchezza culturale e storica, i Quartieri Spagnoli

affrontano anche sfide significative. La densità abitativa, l'infrastruttura obsoleta e la povertà sono questioni che continuano a influenzare la vita quotidiana dei residenti. Tuttavia, la comunità dei Quartieri Spagnoli è nota per la sua resilienza e solidarietà. Gli abitanti si sostengono a vicenda attraverso reti di supporto informali e organizzazioni comunitarie per migliorare le condizioni di vita nella zona.



©Lucadea.com

Le fotografie presenti sul giornale sono state prese dal web e/o dalle pagine di fare informazione.

Il futuro dei quartieri spagnoli
È oggetto di dibattito e speculazione. Mentre la gentrificazione e lo sviluppo urbano continuano a trasformare il volto della città, c'è la preoccupazione che i Quartieri Spagnoli possano perdere la loro autenticità e il loro carattere unico. Tuttavia, molti residenti e attivisti lottano per preservare l'eredità storica e culturale dei quartieri, promuovendo progetti di riqualificazione che tengano conto delle esigenze e dei desideri della comunità locale.



BIETOLA DA COSTE

Proprietà e benefici

La bietola da costa, o bieta o semplicemente costa, è una varietà di barbabietola con foglie lucide, di un verde intenso e con larga nervatura centrale (da cui il nome) di colore bianco, ma anche giallo e perfino rosso. È un ortaggio da foglia della famiglia delle chenopodiaceae, si tratta di una pianta orticola biennale che si coltiva come annuale. È un'ottima verdura da cucinare cotta, ricca di vitamine e di ferro, si coltiva facilmente nell'orto e si raccoglie tagliando le foglie.

Composta principalmente da acqua (94,5%), la bieta è una buona fonte di minerali (ferro, potassio), vitamine (A, C, K e folati) e numerosi composti bioattivi che sono stati studiati per i loro effetti sulla salute, come i carotenoidi e i polifenoli. La sua azione rinfrescante e diuretica è perfetta per chi soffre di disturbi come cistite o patologie ai reni: la bietola da costa, infatti, agevola l'espulsione degli elementi di scarto e dei grassi in eccesso.

Favorisce inoltre la creazione dei succhi gastrici e della bile, sostenendo la digestione ed equilibrando la motilità intestinale grazie alle fibre, aiutando così i soggetti che soffrono di stitichezza.

Essendo carenti di sodio e ricche in potassio, le bietole si prestano all'alimentazione contro l'ipertensione arteriosa; inoltre, grazie al contenuto in fibra alimentare,

contribuiscono ad abbassare l'indice glicemico del pasto, a regolare l'assorbimento lipidico e a favorire il senso di sazietà.

Le bietole sono dunque alimenti utili al regime alimentare contro le iperlipemie, il diabete mellito tipo 2 ed il sovrappeso. Infine, si tratta anche di un ortaggio antianemico, in virtù dei buoni livelli di acido folico e ferro.

Lo sapevi che?

L'acqua di cottura può essere salata (ma non troppo) ed arricchita con fette di limone o aceto di vino bianco. Dopo averle scolate, è poi utile lasciarle asciugare.

La mia ricetta: Torta di bietole

Cuocere le bietole in una casseruola con poca acqua fino a quando saranno morbide. Fatele raffreddare e strizzatele eliminando l'acqua in eccesso. Tritare grossolanamente con il coltello. Amalgamare le bietole in una ciotola con 100 gr di feta sbriciolata, 2 cucchiai di parmigiano grattugiato, la cipolla tritata, l'uovo e regolate sale e pepe. Mescolate fino ad ottenere un composto omogeneo. Stendete la pasta sfoglia e versate all'interno dello stampo il ripieno preparato e livellate il composto. Stendete allo stesso modo la metà di pasta restante e ricoprite la torta.



Scommesse sportive



EmmaBet

Vi aspettiamo a S. Giuseppe
e Madonna dell'Arco



CREAZIONI

Stefy



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



‘O SANZARO Il Cupido napoletano

Un altro antichissimo mestiere napoletano è ‘o sanzaro, che dimostra più di tutti gli altri quanto l’inventiva dei napoletani possa produrre anche un lavoro quando non si ha.

Era, sostanzialmente, un mediatore e in quanto tale veniva pagato per le sue prestazioni.

Nasce come intermediario di bestiame e prodotti agricoli, man mano però il suo ruolo si estende anche all’affitto delle case.

Infine prende un significato ancora più ampio, diventando ‘o sanzaro ‘e matrimonio, proprio perché si occupava di procurare matrimoni.

Il sanzaro era riconoscibile dalle calze rosse che indossava, come quelle dei canonici del Tesoro di San Gennaro che spesso erano chiamati a mediare tra i giovani in procinto di sposarsi.

Oggi, nonostante questo mestiere non sia più praticato, è ancora presente nei modi di dire.

Fraasi come “te si miso ‘e cazett rosse?” sono usate in riferimento a qualcuno che tenta di procurare fidanzamenti e matrimoni, ma in generale si tratta di una persona che utilizza ogni esperienza per trarne un’opportunità.



Seguici pure sui social



**LA NUOVA
TRASMISSIONE
TELEVISIVA**



I DETTAGLI FANNO LA DIFFERENZA

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



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

vulcano shop

PREZZI CONVENIENTI SEMPRE



ORARI

Lunedì - Sabato

08:30 - 14:00

15:00 - 19:30

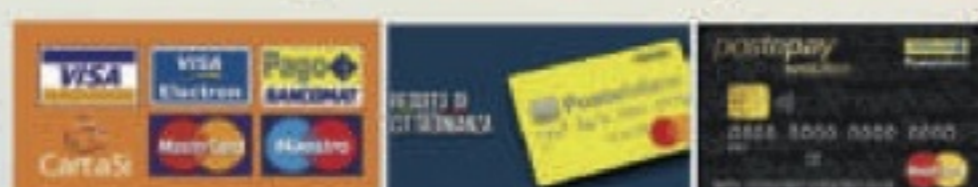
CITROVIAMO A


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**





vulcano shop

PREZZI CONVENIENTI SEMPRE



ORARI

Lunedì - Sabato

08:30 - 14:00

15:00 - 19:30

CI TROVIAMO 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

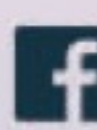
Le offerte sono valide fino ad esaurimento scorte.

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**

450 ANNI DALLA CONSACRAZIONE

Per la Chiesa di Santa Maria del Pozzo

La chiesa di Santa Maria del Pozzo a Somma Vesuviana, in provincia di Napoli, è parte di un complesso monumentale di grande rilevanza storica e architettonica. Le sue origini risalgono all'epoca romana, quando nell'area sorgeva una villa risalente al periodo augusteo. Successivamente, in epoca medievale, sui resti romani fu edificata la chiesa inferiore del complesso. Questa stratificazione storica è evidente nella struttura attuale, dove la chiesa superiore si erge sopra la chiesa medievale, utilizzata come cripta. La chiesa superiore presenta una navata unica con cappelle laterali e una grande

abside, mentre la facciata e la navata sono state ristrutturate nel XVIII secolo e restaurate nel 1964. All'interno, si possono ammirare affreschi di epoche diverse, tra cui una "Vergine in trono con Bambino" circondata da Santi e una serie di "Vergini allattanti". Il convento adiacente, fondato nel XVI secolo, ha contribuito alla diffusione della cultura e della spiritualità nel territorio vesuviano. Il complesso rappresenta un esempio significativo di continuità storica e religiosa. Quest'anno sono stati festeggiati i 450 anni dalla sua consacrazione, avvenuta il 15 marzo 1575, per mano del Monsignor Aurelio


Griani, vescovo di Lettere e Gragnano. La chiesa, fatta costruire da Giovanna III fu poi dedicata alla Beata Vergine Maria salutata dall'Angelo. Questa data di consacrazione si legge sulla lapide sita sulla parete della facciata posteriore della Chiesa.



*Con la stessa passione di
Nonna Pasqualina*

UNA STORIA DAL 1920

 tel. 081 456 896 - 331 503 8270

 piazza Luigi Poderico, 2
80141 Napoli NA

 pasticcerianapolitano.com

CI TROVI ANCHE SU



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.

Chesta se chiamma Pietro e torn indietro.
Ti presto questa cosa ma voglio che mi venga restituita.

Dio t'arràssa da 'na femmena ca parla latino.
Dio ti protegga dalle donne colte!

Chi tene lengua va nzardegna.
Chi ha la lingua va in Sardegna.

C'ò tempo e ca paglia s'ammaturano e sorbe.
Con il tempo e con la paglia si maturano le sorbe.

**Dicette o prevete: fa chello che dich io,
ma nun fa chello che facc io.**
*Disse il prete: fai quello che dico io,
ma non fare quello che faccio io.*

**Ricette o pappece vicino a noce,
chianu cianu ca te spertose.**
*Piano piano ti faccio un buco,
disse l'insetto alla noce.*

Doppo Pasca, vieneme pesca.
*Lo si dice per tutti coloro che dopo un determinato evento
non si fanno vivi per molto tempo.*

**Chi nun sente a mamma e a pate
va a murì addò nun è nato.**
*Chi non dà ascolta alla mamma e al papà
va a morire dove non sa.*



NEAPOLIS
informatica

DISTRIBUTORI UFFICIALI
CAMPANIA E PUGLIA

EDIT

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



*Con la stessa passione di
Nonna Pasqualina*

UNA STORIA DAL 1920

☎ tel. 081 456 896 - 331 503 8270

📍 piazza Luigi Poderico, 2
80141 Napoli NA

🌐 pasticcerianapolitano.com

CI TROVI ANCHE SU



IL CARCIOFO

Il Re della primavera tra tradizione, salute e bellezza



Morbido dentro, spinoso fuori: il carciofo è molto più di un semplice ortaggio.

È un simbolo di cultura, benessere e bellezza, protagonista indiscusso delle tavole campane e celebrato in sagre e percorsi enogastronomici. Ma sapevi che persino Marilyn Monroe fu incoronata prima 'Reginetta del Carciofo' nel 1949 alla Fiera del Carciofo a Castroville in California? Dalla mitologia greca alla dieta mediterranea, dalle passerelle alla cosmesi naturale, fino alle tradizioni culinarie più autentiche, il carciofo continua a conquistare tutti. Scopriamo insieme perché il "guerriero dal cuore tenero" di Pablo Neruda è un vero tesoro della natura.

Una storia antica tra mito e realtà

La leggenda narra che il carciofo sia nato dalla trasformazione di Cynara, una splendida ninfa dai capelli color cenere, la pelle rosea e dagli occhi verdi con sfumature viola. Rifiutò l'amore di Zeus e, per punizione, fu trasformata in un vegetale: verde e spinoso fuori, ma con un cuore dolce e delicato, proprio come il suo animo e dalle sfumature viola come i suoi occhi.

Un elisir di salute e benessere

Il carciofo è un alleato della salute. Ricco di acqua, vitamina C e sali minerali ha straordinarie proprietà nutrizionali.

- Depurativo e digestivo: stimola il fegato e aiuta la digestione dei grassi.
- Diuretico e drenante: combatte la ritenzione idrica e aiuta a ridurre il gonfiore.
- Ricco di fibre: favorisce il transito intestinale e il senso di sazietà.
- Anti-age naturale: grazie agli antiossidanti come i flavonoidi, contrasta l'invecchiamento cellulare.
- Amico della linea: con sole 40 calorie per 100 gr., è perfetto nelle diete, da assumere anche preparando infusi con le foglie.

Il carciofo e la bellezza: segreti di cosmesi naturale

Il carciofo è anche un ingrediente straordinario per la pelle e i capelli. Ecco alcune idee "fai da te":

- Maschera purificante per il viso → Mescola polpa di carciofo e miele per un'azione detox e illuminante.
- Infuso per capelli grassi → Bolli le foglie di carciofo e usale per il risciacquo: riequilibra il sebo e dona lucentezza.
- Scrub naturale → Miscela foglie essiccate in polvere con zucchero di canna per una pelle liscia e vellutata.



Carciofo italiano o estero?

Una scelta di qualità.

Negli ultimi anni, il mercato italiano ha dovuto affrontare una crescente concorrenza da parte delle produzioni estere, soprattutto dall'Egitto. Ma deve essere davvero solo una questione di prezzo? Scegliere il carciofo italiano significa optare per un prodotto controllato, sicuro e genuino. Il rispetto della stagionalità, la tracciabilità e l'utilizzo di metodi di coltivazione certificati garantiscono non solo un

Scommesse sportive

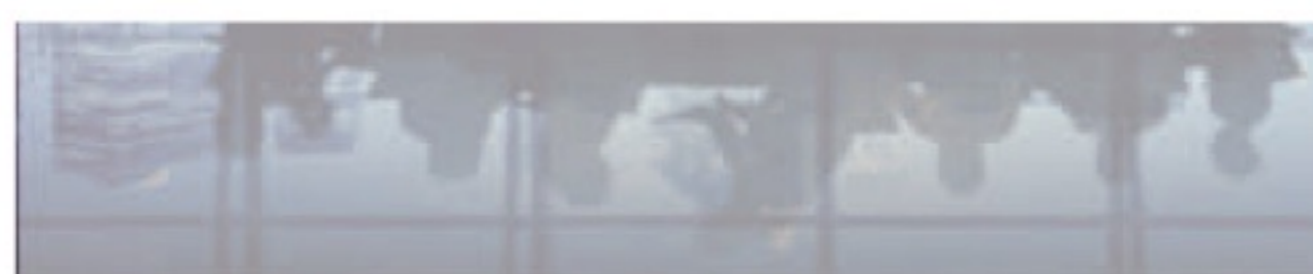


EmmaBet

Vi aspettiamo a S. Giuseppe e Madonna dell'Arco



NEAPOLIS
informatica



WWW.NEAPOLISINFORMATICA.COM

NAPOLITANO
STORE

miglior sapore, ma anche una maggiore tutela della salute. E allora perché non preferire il Carciofo italiano? Dallo Spinoso di Sardegna al Romanesco fino al Violetto di Sicilia, è possibile percorrere un viaggio tra territori e tradizioni nella scelta di gusti e sfumature di oltre 90 varietà. Lo sapeva bene la Regina Elisabetta che se li faceva spedire direttamente dalla Campania. Un territorio unico che offre varietà tra le più apprezzate:

- Carciofo di Paestum IGP, con forma tondeggianti e di colore verde chiaro, tenero e delicato, prodotto nel periodo febbraio-maggio.
- Carciofo di Castellammare, prodotto nel periodo marzo-maggio, tenero e privo di spine.
- Carciofo Bianco di Pertosa prodotto nel periodo marzo-giugno, privo di pigmentazione violetta, apprezzato per il suo gusto morbido e delicato. E allora, la prossima volta che

e lo trovi al mercato, fermati un attimo e chiediti: e se il segreto per un'alimentazione sana e sostenibile fosse proprio nei prodotti della nostra terra? Ogni carciofo sprigiona un sapore unico, scegli con consapevolezza e assapora con piacere!

Eventi da non perdere

- Festa del Carciofo di Paestum IGP 24-27 aprile e 1-4 maggio 2025, Borgo Gromola, Capaccio Paestum (SA)
- Sagra del Carciofo Bianco di Pertosa 2-4 e 9-11 maggio 2025, Piazza De Marco, Pertosa (SA)
- Sagra del Carciofo di Pietrelcina Maggio 2025, Pietrelcina (BN)
- Festa del Carciofo Bianco della Valle del Tanagro 25-27 aprile e 1-4 maggio 2025, Auletta (SA)

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.



LA MODA

Secondo Vittoria

Quest'anno Pasqua arriverà pochi giorni dopo l'equinozio di primavera, quando gli alberi saranno in fiore e il tempo, come ogni volta, imprevedibile. Tra gite fuori porta, pranzi al ristorante o in casa e grigliate e picnic all'aperto....

Ecco a voi qualche outfit da sfoggiare!

Primavera fa rima con capi in pelle: per il pranzo in famiglia di Pasqua una gonna a tubino in pelle color tabacco da abbinare a una mantella, oppure a un top semplice con maxi stola. Al braccio, una borsa media, scarpe basse per comodità.

Sperando invece nel bel tempo per poter affrontare il pranzo di Pasqua con i piedi nella sabbia. Look di conseguenza, un paio di occhiali da sole e borsa di paglia in cui mettere i sandali da indossare non appena il sole farà salire la temperatura. Per finire, un maglioncino da portare sulle spalle e un top di seta.

Per il pomeriggio abitino leggero con voilà preferibilmente a fantasia, abbinato con blazer tono su tono, sandalo e pochette.

Pasqua è sinonimo di primavera, e per questa occasione è bello indossare colori pastello e stampe floreali, ma non solo, camice a quadri, mocassini, jeans a sigaretta o a zampa, non può mancare un capo spalla per completare il tutto.

E voi cosa indosserete?

Alla prossima!



© Illustrazioni a cura di:
Vittoria Veneziano

Scommesse sportive



EmmaBet

Vi aspettiamo a S. Giuseppe
e Madonna dell'Arco



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**



LA GAIOLA, L'ISOLA MALEDETTA

Appartenuta ai Getty e agli Agnelli

L'affascinante isola e la sua villa nascondono un passato costellato di sfortune, un'area marina protetta di circa 42 ettari, che va dal borgo di Marechiaro a Trentaremi, aperta al pubblico quando le condizioni climatiche lo permettono e frequentata da napoletani e non alla ricerca di acque cristalline per fare il bagno. Si tratta del Parco Sommerso di Gaiola al largo di Posillipo.

Per molto tempo impraticabile, questo sito ricco di fascino è accompagnato da un'ombra noir.

La storia tramanda che proprio qui, nel I secolo a.C., il ricco cavaliere romano Publio Vedio Polione volle costruire la sua *"villa d'otium"* che chiamò Pausilypon ovvero *"luogo dove cessano gli affanni"*. Sembra che amasse le murene, allevate in vasche scavate nel tufo, a cui dava in pasto i suoi schiavi.

C'è poi la leggenda legata al sommo poeta Virgilio, appassionato di arti magiche, che qui preparava pozioni. La fama sinistra che pervade La Gaiola risale a epoche recenti e coinvolge i Brown, un nobile inglese e sua moglie. Mister Brown si innamorò follemente della cognata e chiese la separazione. Ne scaturì una tragedia: in una notte di vento forte la moglie, dopo una violenta lite con il consorte, prese la seggiovia per fuggire ma non arrivò mai a terra. Qualche tempo dopo anche lui rimase vittima del medesimo incidente e, quando il cadavere fu recuperato, trovarono anche il corpo dell'amatissimo gatto.

Da allora, chiunque dimori nella *"Villa degli Spiriti"*, è preda della cattiva sorte e dell'ombra del gatto. Ma si narra anche di una donna senza volto la cui apparizione coincide con il fragore del mare

in tempesta: i pescatori dicono si tratti della vittima di un naufragio risalente al 1911, quello della nave San Giorgio.

Tra i molti proprietari della villa che si sono avvicendati nel Novecento, dall'avvocato Gianni Agnelli a Paul Getty fino a Pasquale Grappone, fondatore della Lloyd Centauro, finito in galera per debiti, tutti hanno subito lutti, incidenti, perdite di denaro, rovesci di fortuna.



NEAPOLIS
informatica

DISTRIBUTORI UFFICIALI
CAMPANIA E PUGLIA

EDIT

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




ELLEBI
RISO



IL BORGO DI CASTELLABATE

Patrimonio UNESCO

Come ultimo borgo da visitare in Campania ti consigliamo quello di Castellabate che non è solo uno dei più belli della Campania e dell'Italia, ma è anche patrimonio dell'Unesco per la sua bellezza e, soprattutto, per la sua unicità. Sono tante le stradine che lo caratterizzano, insieme alla vista spettacolare del mare e agli ulivi dei monti circostanti. Un connubio perfetto tra mare e montagna. Castellabate si trova nel Parco Nazionale del Cilento ed è il borgo in cui è stato girato il famoso film "Benvenuti al Sud". Da non perdere il castello, la Basilica di Santa Maria de Giulia, Villa Matarazzo, Villa Principe di Belmonte e il famoso porticciolo di Santa Maria detto "Porto delle gatte" e caratterizzato da molti archi. Per arrivare puoi prendere il treno da Napoli o da Salerno in direzione Agropoli-Castellabate. Una volta sceso alla stazione di Agropoli devi proseguire con la linea degli autobus numero 34.




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





Cosa mangiare?

Tra le tante specialità a base di pesce, troveremo le frittelle di alghe e l'ormai famosa pasta e fagioli con le cozze, perfetta sintesi dell'anima anfibia di Castellabate, sospesa tra monti e mare

- **Ciambotta:** un piatto della tradizione povera cilentana a base di verdure. Solitamente si usano patate, melanzane, pomodori, peperoni, peperoncino, cipolla, erbe aromatiche.

- **Cicci ammaretti:** zuppa di legumi nata in tempi in cui i contadini "sposavano" le rimanenze dei baccelli che avevano in casa. È composta da ceci, lenticchie, mais, frumento, borlotti, cannellini e castagne.

- **Freselle con pomodoro:** una fetta di pane messa nuovamente nel forno (e dunque biscottata) e va semplicemente spugnata con un po' d'acqua. Si narra che i marinai, costretti a lunghi mesi di navigazione senza toccare terra, ne portavano con sé quantità ragguardevoli, per spugnarle nel mare.

- **Lagane e ceci:** una sorta di papardelle preparate con grano duro e acqua e condite dai gustosi ceci locali.

- **Maracucciata:** una polenta a base di "maracuoccio", piccolo legume simile al pisello.

I piatti delle feste

- **Pastorelle di castagne:** dolce di Natale tipico di Cuccaro Vetere. Il nome di questi fagotti ripieni di castagne probabilmente ricorda qualche giovane ragazza del luogo o una figura del presepe, mentre la forma evoca le stelle della Notte Santa.

- **Pizza chiena:** il nome indica la cosiddetta "pizza ripiena" e si definisce "chiena" proprio per la sua consistenza, in quanto è farcita con salumi e formaggio.

Si usa prepararla il venerdì Santo, così che possa riposare per tutto il giorno, pronta per essere gustata il giorno di Pasqua o Pasquetta.

- **Scauratielli:** tipiche zeppole cilentane della tradizione natalizia intrecciate a forma di fiocco e aromatizzate con rosmarino.

- **Viccio cu l'uovo:** ricetta tipica della Pasqua nel Cilento.

È una treccia di pane bianco che contiene un uovo. La forma intrecciata ricorda l'aspetto di un neonato in fasce, simbolo della nuova vita.



**ASSOCIAZIONE IMPRENDITORI
COMMERCIO AGROALIMENTARE NAZIONALE**



AICAN





100% GRANO ITALIANO

TRAFILATO AL BRONZO

***La pasta
che ha un sapore in più!***



*Si 'a calamarata
vuò pruvà
ca pasta Falco
te li à mangia'*

SORPRESA PER PASQUA!

Cosa uscirà dall'uovo?



| Risultato | Incontri Napoli | Giornata | Incontri Inter | Risultato |
|-----------|-----------------------|----------|-----------------------|-----------|
| _____ | ROMA - NAPOLI | 23° | MILAN - INTER | _____ |
| _____ | NAPOLI - UDINESE | 24° | INTER - FIORENTINA | _____ |
| _____ | LAZIO - NAPOLI | 25° | JUVE - INTER | _____ |
| _____ | COMO - NAPOLI | 26° | INTER - GENOA | _____ |
| _____ | NAPOLI - INTER | 27° | NAPOLI - INTER | _____ |
| _____ | NAPOLI - FIORENTINA | 28° | INTER - MONZA | _____ |
| _____ | VENEZIA - NAPOLI | 29° | ATALANTA - INTER | _____ |
| _____ | NAPOLI - MILAN | 30° | INTER - UDINESE | _____ |
| _____ | BOLOGNA - NAPOLI | 31° | PARMA - INTER | _____ |
| _____ | NAPOLI - EMPOLI | 32° | INTER - CAGLIARI | _____ |
| _____ | MONZA - NAPOLI | 33° | BOLOGNA - INTER | _____ |