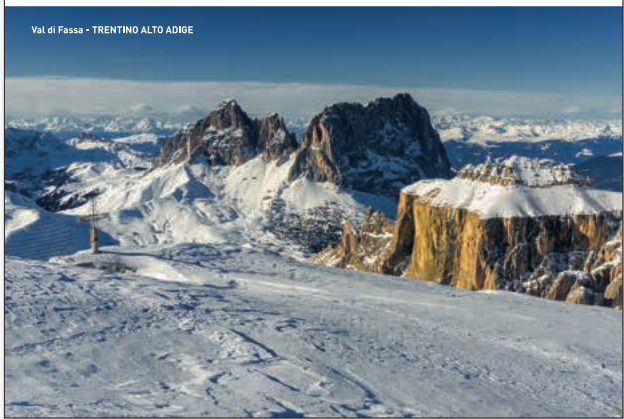


12
fogli

GENNAIO 2025

DIC	1 MER	17 VEN	FEB
1 D	2 GIO	18 SAB	1 S
2 L	3 VEN	19 DOM	2 D
3 M	4 SAB	20 LUN	3 L
4 M	5 DOM	21 MAR	4 M
5 G	6 LUN	22 MER	5 M
6 V	7 MAR	23 GIO	6 G
7 S	8 MER	24 VEN	7 V
8 D	9 GIO	25 SAB	8 S
9 L	10 VEN	26 DOM	9 D
10 M	11 SAB	27 LUN	10 L
11 M	12 DOM	28 MAR	11 M
12 G	13 LUN	29 MER	12 M
13 V	14 MAR	30 GIO	13 G
14 S	15 MER	31 VEN	14 V
15 D	16 GIO		15 S
16 L			16 D
17 M			17 L
			18 M
			19 M
			20 G
			21 V
			22 S
			23 D
			24 L
			25 M
			26 M
			27 G
			28 V



401 BELL'ITALIA
 dimensioni: cm. 22 x 47
 carta: patinata gr. 80
 testata: pressofusa
 spazio pubblicitario: 20 x 8
 imballo: pz. 100



La carta proviene da materiale certificato FSC®, materiale riciclato e/o legno controllato.

12
fogli

Cucciolandia



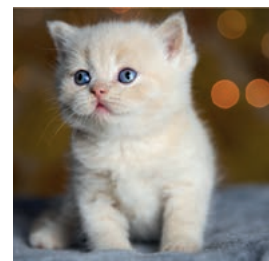
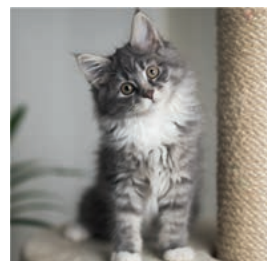
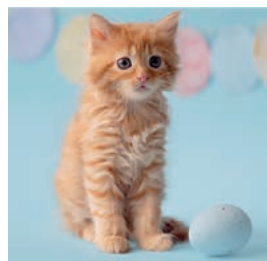
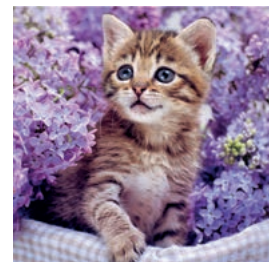
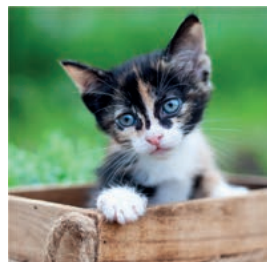
GENNAIO

1 Mer s. Maria Madre di Dio	01	17 Ven s. Antonio ab.
2 Giov ss. Basilio e Gregorio		18 Sab s. Liberata
3 Ven s. Genoveffa		19 Dom s. Meno
4 Sab ss. Ermoto e Caio		20 Lun ss. Sebas. e Fabiano
5 Dom s. Arnaldo		21 Mar s. Agnese
6 Lun Epifania di N.S.	02	22 Mer s. Vincenzo
7 Mar s. Raimondo di P.		23 Giov s. Eremenziana
8 Mer s. Massimo		24 Ven s. Francesco di S.
9 Giov s. Giuliano		25 Sab Convers. di s. Paolo
10 Ven s. Aldo		26 Dom ss. Tito e Timoteo
11 Sab s. Iginio		27 Lun s. Angela Merici
12 Dom Battesimo di Gesù		28 Mar s. Tommaso d'A.
13 Lun s. Ilario	03	29 Mer s. Costanzo
14 Mar s. Felice		30 Giov s. Martina
15 Mer s. Mauro		31 Ven s. Giovanni Boeco
16 Giov s. Marcello		

IL SOLE
 Al 10 h ore 2.28 • tram. ore 16.50
 Al 10 h ore 7.37 • tram. ore 18.55
 Al 10 h ore 15.30 • tram. ore 17.00

duemila25

MARCHIO DI PUBBLICITÀ A CARICO DI CHI LO ESPONE AL PUBBLICO RIPRODUZIONE VIETATA © 2017 F&A



601 CUCCIOLANDIA

dimensioni: cm. 15,5 x 47
 carta: patinata gr. 80
 testata: pressofusa
 spazio pubblicitario: 13 x 8
 imballo: pz. 100



La carta proviene da materiale certificato FSC®, materiale riciclato e/o legno controllato.

12
fogli

7^e mini **LUNARIO 2025**

GENNAIO

1 M	Maria Madre di Dio	01	1:364
2 G	ss. Basilio e Gregorio	02	2:363
3 V	s. Ciriacella	03	3:362
4 S	ss. Emidio e Cacio	04	4:361
5 D	s. Amelio	05	5:360
6 L	Epifania di N.S.	06	6:359
7 M	s. Scarmone di P.	07	7:358
8 M	s. Massimo	08	8:357
9 G	s. Calliano	09	9:356
10 V	s. Felice	10	10:355
11 S	s. Ignazio	11	11:354
12 D	Epifania di Gesù	12	12:353
13 L	s. Basilio	13	13:352
14 M	s. Felice	14	14:351
15 M	s. Mauro	15	15:350
16 G	s. Marcello	16	16:349
17 V	s. Antonio ab.	17	17:348
18 S	s. Liberata	18	18:347
19 D	s. Maria	19	19:346
20 L	ss. Sabino e Fabiano	20	20:345
21 M	s. Agnese	21	21:344
22 M	s. Vincenzo	22	22:343
23 G	s. Eufrosina	23	23:342
24 V	s. Francesco di S.	24	24:341
25 S	Concesio di Paolo	25	25:340
26 D	ss. Tito e Timoteo	26	26:339
27 L	s. Angelo Merici	27	27:338
28 M	s. Tommaso d'A.	28	28:337
29 M	s. Costanzo	29	29:336
30 G	s. Martino	30	30:335
31 V	s. Giovanni Bozso	31	31:334



Luna crescente

Nell'orto si seminano in serra riscaldata: pomodoro, prezzemolo, ravanelli, melanzane, peperoni, basilico, zucche e cetrioli. Nelle zone temperate si seminano in campo: fave, piselli, agretti e si impiantano le asparagiale.

Nel giardino si seminano in semenzaio riscaldata: petunia, garofano, begonia, salvia ornamentale e piante annuali da fiore.



Luna calante

Nell'orto in coltura riscaldata si seminano: agretti, cipolle, radicchi, sedano, carote, lattughe e bietole. All'aperto si piantano i bulbi d'aglio.

Nel frutteto si esegue la potatura del melo, pero, susino, pesco, vite e castagno. Si eseguono i trattamenti fungini con prodotti biologici, in particolare contro la bolla del pesco.

Chiedi consiglio al venditore competente.

Nel giardino nelle zone temperate si potano le rose e tutte le piante.

In cantina si ricorda che travasi e imbottigliamento devono sempre essere effettuati con Luna calante, eccetto che per i vini frizzanti per i quali è indicato il primo quarto di luna crescente.

Torta salata Porri e Scamorza

Ingredienti: 3 porri di media grandezza, 1 scalogno, 3 uova piccole, 1 rotolo di pasta sfoglia rotonda, 100 g di scamorza affumicata, olio evo, sale e pepe q.b.

Strotolate la pasta sfoglia dopo averla prelevata dal frigorifero. Lavate i porri e tagliateli a rondelle, comprese le foglie verdi. Ponete a soffriggere in padella dopo aver rosolato uno scalogno in tre cucchiai d'olio evo. Cuocete per una quindicina di minuti lasciandoli croccanti. Salate, pepate, mescolate e lasciate insaporire a fuoco spento. Ora prendete la pasta sfoglia, ponetela nella tortiera e con i rotoli della forchetta bucherellate il fondo. Stendete la scamorza affumicata tagliata a dadini, trattando qualche cubito per decorare la superficie. Aggiungete i porri soffritti e versate sopra tre uova precedentemente sbattute in una terrina insieme con un pizzico di sale e pepe. Informate a 180°C per una ventina di minuti.

☀️ 01/01 sorge 7,38 - tramonta 16,50
10/01 sorge 7,37 - tramonta 16,58
20/01 sorge 7,33 - tramonta 17,10



649 MINI LUNARIO
dimensioni: cm. 15,5 x 47
carta: patinata gr. 80
testata: pressofusa
spazio pubblicitario: 13 x 8
imballo: pz. 100



La carta proviene da materiale certificato FSC®, materiale riciclato e/o legno controllato.

12
fogli

GENNAIO 2025

1 Mer	17 Ven
2 Gio	18 Sab
3 Ven	19 Dom
4 Sab	20 Lun
5 Dom	21 Mar
6 Lun	22 Mer
7 Mar	23 Gio
8 Mer	24 Ven
9 Gio	25 Sab
10 Ven	26 Dom
11 Sab	27 Lun
12 Dom	28 Mar
13 Lun	29 Mer
14 Mar	30 Gio
15 Mer	31 Ven
16 Gio	



Retro stampato

MALLOREDDUS ALLA CAMPIDANESE

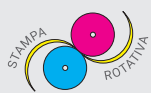
INGREDIENTI:
 Sbriciolato 400 g
 Malloreddus 200 g
 Pecorino sardo fresco 200 g
 Cipolla 200 g
 Olio EVO 30 g
 Peperoni di peperoncino 200 g
 Sale - pepe qb

PREPARAZIONE:
 Per preparare i malloreddus alla campidanese tritate dalla preparazione del soffritto. Sbucciate e tritate finemente la cipolla, quindi lasciatela appassire lentamente in un tegame insieme all'olio. Nel frattempo spellate la salsa di sbriciolato grossolanamente con la metà in un'unità: al soffritto di cipolla. Fate rosolare la salsa per 15 minuti a fuoco vivo mescolando spesso e poi unite la passata di pomodoro. Mescolate nuovamente e coprite con un coperchio lasciando cuocere per circa un'ora; infine, se necessario, regolate di sale. Quando il sugo sarà pronto cuocete i malloreddus in abbondante acqua bollente salata e pinzate. Intanto grattugiate il pecorino in una ciotola e aggiungete un mestolo di acqua di cottura della pasta. Quindi frullate con un mixer, aggiungendo altra acqua, se necessario, e sempre lentamente fino ad ottenere una crema liscia e non pastosa. Scolate i malloreddus e uniteli al sugo di salsa direttamente in padella, mescolate e in ultimo unite la crema di pecorino. Mantecate bene per amalgamare tutti gli ingredienti e servite i malloreddus alla campidanese ancora caldi.

LA BURRIDA ALLA CAGLIARITANA

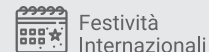
INGREDIENTI:
 100 g gamberi di mare
 100 g fave sgranate
 22 bicchiere scarto di vino bianco
 200 ml olio extravergine di oliva scottato
 2 spicchi di aglio medio di Sicilia
 1 foglio di alloro
 15 bacchette vino cotto siccato
 10 grani pepe nero
 10 grani peperoncino
 sale marino fino qb

PREPARAZIONE:
 Conosciamo a tutti coloro che vogliono provare a creare questo piatto di fave pulite e pesce direttamente in padella. Per prima cosa mettere dell'acqua in una pentola capiente che poi va aromatizzata con l'alloro, 1 spicchio d'aglio, 1 peper nero, qualche gambo di peperoncino, il vino bianco e un po' di sale. Una volta raggiunta la bollore si scilichino e vanno aggiunti i fave di pesce e fatti bollire per 8-10 minuti. Una volta cotto il pesce va messo a scolare in un colapasta. Nel frattempo, è necessario preparare la salsa passando al mixer gli altri ingredienti, ovvero le noci, i favegini crudi, 1 spicchio d'aglio, l'olio, favegini e un pizzico di sale. La salsa tritata va trasferita in un tegame antiodore e lasciata cuocere a fiamma viva per 5-7 minuti. Quando si restringerà un po' il fuoco potrà essere spento. Arrivati a questo punto, i fave di pesce scolate e fredde vanno trasferiti in una padella lasciando un po' di spazio tra l'uno e l'altro. La salsa va versata sul pesce, dopodiché il tutto va fatto insaldirsi e poco dopo coperto con una pellicola, per poi essere lasciato a riposo in frigorifero per circa 12-24 ore.



631 GASTRONOMIA

dimensioni: cm. 14 x 47
 carta: patinata gr. 70
 testata: pressofusa
 spazio pubblicitario: 12 x 7
 imballo: pz. 100



La carta proviene da materiale certificato FSC®, materiale riciclato e/o legno controllato.

12
fogli

GENNAIO 2025

<p>1 Mer (1) <small>1° gennaio</small> Epifania (2) <small>Epifania</small></p> <p>2 Gio (2) <small>2° gennaio</small> Epifania (3) <small>Epifania</small></p> <p>3 Ven (3) <small>3° gennaio</small> Epifania (4) <small>Epifania</small></p> <p>4 Sab (4) <small>4° gennaio</small> Epifania (5) <small>Epifania</small></p> <p>5 Dom (5) <small>5° gennaio</small> Epifania (6) <small>Epifania</small></p> <p>6 Lun (6) <small>6° gennaio</small> Epifania (7) <small>Epifania</small></p> <p>7 Mar (7) <small>7° gennaio</small> Epifania (8) <small>Epifania</small></p> <p>8 Mer (8) <small>8° gennaio</small> Epifania (9) <small>Epifania</small></p> <p>9 Gio (9) <small>9° gennaio</small> Epifania (10) <small>Epifania</small></p> <p>10 Ven (10) <small>10° gennaio</small> Epifania (11) <small>Epifania</small></p> <p>11 Sab (11) <small>11° gennaio</small> Epifania (12) <small>Epifania</small></p> <p>12 Dom (12) <small>12° gennaio</small> Epifania (13) <small>Epifania</small></p> <p>13 Lun (13) <small>13° gennaio</small> Epifania (14) <small>Epifania</small></p> <p>14 Mar (14) <small>14° gennaio</small> Epifania (15) <small>Epifania</small></p> <p>15 Mer (15) <small>15° gennaio</small> Epifania (16) <small>Epifania</small></p> <p>16 Gio (16) <small>16° gennaio</small> Epifania (17) <small>Epifania</small></p>	<p>17 Ven (17) <small>17° gennaio</small> Epifania (18) <small>Epifania</small></p> <p>18 Sab (18) <small>18° gennaio</small> Epifania (19) <small>Epifania</small></p> <p>19 Dom (19) <small>19° gennaio</small> Epifania (20) <small>Epifania</small></p> <p>20 Lun (20) <small>20° gennaio</small> Epifania (21) <small>Epifania</small></p> <p>21 Mar (21) <small>21° gennaio</small> Epifania (22) <small>Epifania</small></p> <p>22 Mer (22) <small>22° gennaio</small> Epifania (23) <small>Epifania</small></p> <p>23 Gio (23) <small>23° gennaio</small> Epifania (24) <small>Epifania</small></p> <p>24 Ven (24) <small>24° gennaio</small> Epifania (25) <small>Epifania</small></p> <p>25 Sab (25) <small>25° gennaio</small> Epifania (26) <small>Epifania</small></p> <p>26 Dom (26) <small>26° gennaio</small> Epifania (27) <small>Epifania</small></p> <p>27 Lun (27) <small>27° gennaio</small> Epifania (28) <small>Epifania</small></p> <p>28 Mar (28) <small>28° gennaio</small> Epifania (29) <small>Epifania</small></p> <p>29 Gio (29) <small>29° gennaio</small> Epifania (30) <small>Epifania</small></p> <p>30 Ven (30) <small>30° gennaio</small> Epifania (31) <small>Epifania</small></p> <p>31 Mer (31) <small>31° gennaio</small> Epifania (32) <small>Epifania</small></p>
--	--



Retro stampato



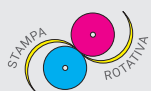
BISTECA ALLA FIORENTINA

PESORE: 4
DIFFICOLTÀ: ALTA

COTTURA: 45
COTTURA: 30 MINUTE

INGREDIENTI.
 Bisteca Fiorentina 2 kg
 Sale fino qb
 Olio extravergine d'oliva qb

PREPARAZIONE.
 Per preparare la bistecca alla fiorentina come prima cosa prendete la carne. Dovrà essere spessa 3 dita, comprendere filetto e controfiletto e avere una giusta quantità di grasso. Lasciatela a temperatura ambiente per qualche ora, è importante che al momento della cottura non sia fredda. Preparate le braci, utilizzate carbone di quercia e fieno e lasciatele sfogare al punto più alto di temperatura in modo che si formi un leggero velo bianco, segno che ha raggiunto la sua massima temperatura. Posizionate sopra la griglia e fiatele scaldare bene, posizionate poi la bistecca in maniera verticale, di lato alla brace, in modo che possa poggi sulla griglia, in questo modo la carne inizierà a scaldarsi dolcemente. Posizionala poi al centro della brace e cuocetela 8 minuti per lato. Girandola le righe della griglia dovranno risultare ben visibili. Una volta terminata la cottura anche dall'altro lato posizionate nuovamente la carne in verticale, accanto alla brace sempre sulla parte dell'osso. In questo modo riposando i succhi si stabilizzano e la carne risulterà più tenera. Fate attenzione a non bruciare troppo l'osso. Trasferite la carne su un tagliere e lasciatela riposare ancora qualche minuto. Tagliate la bistecca dividendo il filetto dal controfiletto, lasciandolo in piedi. Ripetete di sale, aggiungete un filo d'olio extravergine e massaggiatela con le mani. Ora potete servirla ben calda.



632 CARNE

dimensioni: cm. 14 x 47
 carta: patinata gr. 70
 testata: pressofusa
 spazio pubblicitario: 12 x 7
 imballo: pz. 100



Festività Internazionali



La carta proviene da materiale certificato FSC®, materiale riciclato e/o legno controllato.