

Chi semina, raccoglie

Nei campi

Si programmano le rotazioni delle colture. Si preparano i terreni per la semina del grano che termina entro la fine del mese. Si continua la raccolta del mais.

Negli orti

Attenzione alle gelate. Nei frutteti si interrano nuove piante: il terreno sia ben asciutto e le fosse profonde, controllare la qualità del terriccio. Si seminano aglio, carote, piselli, bietole, fave, ravanelli, spinaci e tutti quegli ortaggi che, durante l'inverno, devono sviluppare le radici. Si trapiantano le cipolle, i cavoli e le lattughe. Si piantano i carducci di carciofo.

Si rincalzano sedano cardo e carciofaglie. Si raccolgono carote, cavoli e barbabietole.

Mentre talee di salvia,

rosmarino, origano ed eventuali altre piante aromatiche possono essere poste a dimora in terreni protetti da opportune serre: attenzione ad utilizzare parti di piante assolutamente sane.

Nei terrazzi e giardini

E' tempo di costruire dei ripari o mettere al sicuro le piante meno resistenti al freddo. Gli ultimi bulbi vanno tolti e posti anch'essi al riparo, in luogo asciutto, possibilmente coperti di stame e sabbia. Stendere sulla terra inumidita, un po' di concime organico.

In cantina

Il mosto deve fermentare nella calma e nel silenzio, ed essere circondato da un lieve tepore.

Si appresta il primo travaso, possibilmente, a luna calante.

Il Sole

L'1 novembre il Sole sorge mediamente alle ore **6,43** e tramonta alle **17,04**.

Il **15**, sorge mediamente alle ore **7,00** e tramonta alle **16,49**.

Il **30**, sorge mediamente alle ore **7,19** e tramonta alle **16,39**.

L'Orticello di Casa



Prezzo: Euro 25,00

Richiedere a:
E.F.I. - via Marco Polo, 1bis
06125 - Perugia
Tel. 075.506.93.42 - Fax 075.505.15.33
E-mail: info@frateindovino.eu

bene a sapersi

Mal di testa

Si può tentare di combattere il mal di testa evitando di assumere farmaci? Lo si può, nelle forme non ricorrenti e, prevalentemente, causate da ansia o stress, con un unguento composto da due gocce di essenza di rosmarino messe in un bicchiere d'olio di oliva. Cospargere il preparato, con un lieve massaggio delle dita, sulla fronte e dietro la nuca, fintanto che l'unguento non sarà completamente assorbito dalla cute. Fa bene anche ai dolori muscolari. Diversamente, si può provare con un cucchiaino di miele, dove sono state inglobate due gocce di essenza di lavanda. Anche in questo caso, bisognerà cospargere l'impasto ottenuto allo stesso modo illustrato precedentemente. Un altro rimedio, è costituito dalle patate tagliate a fette sottili e messe dentro a un fazzoletto ripiegato che le contenga. L'impacco andrà poi adagiato sulla fronte e tenuto per una mezz'ora almeno. Infusi a base di camomilla, prezzemolo, olmaria e menta piperita costituiscono un'ulteriore alternativa. Se gli attacchi di mal di testa sono frequenti, verificate, col vostro medico di fiducia, se si tratta di un'intolleranza alimentare.

Festa dell'Oca

A Mirano, dal 1986 si è rispolverata la vecchia tradizione di festeggiare il giorno di san Martino mangiando l'oca sulla base di un proverbio molto popolare: "Chi no magna oca a san Martin non fa el beco de un quattrin". La Compagnia dell'Oca organizza, tutti gli anni, la Grande Cena dell'Oca a tema, 11 novembre. Secondo il tema, il menu potrà essere medioevale, settecentesco, ottocentesco tradizionale ecc.. Dal 2003, insieme alla Pro Loco, Mirano ha dato vita alla "Fiera dell'Oca". Dietro le tipiche bancarelle di legno dai grandi teli bianchi, gentili signore, in costumi d'epoca, vendono prodotti gastronomici a base d'oca e oggetti vari che, in qualche modo, rappresentano l'immagine dell'oca. Per l'occasione le vie del centro storico vengono animate da una varietà di teatranti.

Perle di saggezza

I giornali inventano la metà di quello che scrivono... se poi ci aggiungi che non scrivono la metà di quel che succede, ne consegue che i giornali non esistono.

Quino

I libri che recensiva, li leggeva soltanto in seguito. Così sapeva già quello che ne pensava.

Elias Canetti



Guisto di campagna

Spaghetti mari e monti

Ingredienti per 4 persone:

400 gr di spaghetti, 250 gr di gamberetti sgusciati, 20 gr di porcini secchi, due scalogni, un cucchiaino scarso di zafferano, 60 gr di panna da cucina, 30 gr di burro, olio extravergine d'oliva e pepe nero macinato al momento.

Fondete in un tegamino il burro e aggiungetevi gli scalogni a fettine, lasciandoli appassire a fuoco dolce. Appena dopo, metteteci un composto di zafferano e panna. Salate appena, pepate e portate a ebollizione il tutto. A questo punto spegnete. Fate rinvenire i porcini in acqua tiepida, quindi passateli in padella con olio, un pizzico di sale e del pepe. Fate rosolare per alcuni minuti. Condite gli spaghetti cotti al dente con la salsa allo zafferano, mescolando bene, poi con la salsa di porcini e, infine, con i gamberetti cotti al vapore.



Benessere naturale

IL CARCIOFO (Cynaria cardunculus)

La sua coltivazione si effettua moltiplicandolo per polloni o per talea. Le foglie si raccolgono in primavera, il rizoma in estate ed il boccio prima della fioritura. Le foglie vanno essiccate all'ombra e conservate in sacchetti; il rizoma si lascia seccare al sole e poi si conserva in barattoli di vetro, mentre il boccio può essere conservato sott'olio o surgelato. E' conosciuto sin dall'antichità, anche se è una derivazione del Cardo, cioè fu ottenuto partendo dal cardo selvatico per successivi selezionamenti.

Ricco di sali minerali e di vitamine, gli viene attribuita la proprietà di combattere le malattie epatiche, ipotesi confermata in pieno anche dai più recenti studi scientifici. Efficace in tutte le disfunzioni del fegato, è utile anche all'apparato digerente. Ottimo anche come coadiuvante per prevenire e curare i calcoli biliari. Chi ha valori alti di colesterolo o vuole più, semplicemente, ottenere una depurazione dell'organismo, può utilizzare l'infuso di carciofo, reperibile in erboristeria, o l'assunzione del succo fresco, che si può ottenere anche con l'utilizzo della centrifuga. Inoltre, associare a un'equilibrata dieta vegetariana anche l'uso dei carciofi freschi, può dar luogo a un discreto effetto dimagrante. La radice della pianta è consigliata per la debilitazione, l'anemia, la diarrea, i reumatismi e le artriti. Le donne che allattano è meglio che non mangino carciofi, questo per evitare un latte troppo amaro, meno fluido e meno abbondante del solito.

Proverbi

NOVEMBRE

"Io son Novembre che porta la bruma,
spacca la legna e il giorno consuma,
ammazzo l'ocche, spoglio le fronde,
porto acqua ai fossi e la neve al monte.
Io piango i Morti finché san Martino
porta l'estate e la botte del vino;
santa Caterina di neve imbianca
e a sant'Andrea il gelo non manca."

proverbi del mese

"Se di novembre non avrai arato,
tutto l'anno sarà tribolato."
"A novembre con le foglie,
cadon via capelli e voglie."
"Che sia bello o che sia brutto,
a novembre muore tutto."
"Se a novembre tuona, l'annata
sarà buona."
"Novembre: tenebre, sole e gelo"
"Pioggia di Novembre fa scendere
tanti beni dal cielo."

UN SANTO al mese

S. Caterina d'Alessandria v. m.

Si celebra il 25 novembre

Si narra, fosse una giovane egiziana di nobili origini, bellissima ed intelligente, che fu decapitata ad Alessandria sotto Massimino II. Gli angeli, allora, discesero dal cielo e presero la sua salma portandola al sicuro sul monte Sinai. Nel luogo dove furono deposte le venerato spoglie, sorse poi un convento in suo nome. La santa è rappresentata con in testa una corona e le vesti regali, per ricordare la sua origine aristocratica. La palma che tiene in una mano e nell'altra un libro ricordano, rispettivamente, il suo martirio e la sua sapienza. Mentre la spada e la ruota spezzate, rappresentano: l'una l'arma che le tolse la vita, l'altra l'atroce strumento con il quale fu torturata. Per questo, è protettrice delle arti e dei mestieri che, in qualche modo, hanno a che fare con la ruota.

Testi a cura di fratemarco

Abbonatevi a

Frate Indovino

confidiamo nel tuo
generoso contributo
a sostegno
della stampa cattolica

il periodico
della
Famiglia Italiana



Una goccia
di solidarietà'

ABBONARSI È FACILE

Basta versare sul Conto Corrente postale 4069 intestato a:
"Frate Indovino - via Marco Polo, 1bis - Casella postale - 06125 - Perugia",
la quota, indicata qui sotto, che più riterrete opportuna.

QUOTE ABBONAMENTI AL MENSILE + IL CALENDARIO DI FRATE INDOVINO

Ordinario: Euro 15,50 - Sostenitore: Euro 26,00 - Benemerito: Euro 52,00

UFFICIO ABBONAMENTI: TEL. 075.506.93.50 - 075.506.93.51 - FAX 075.505.15.33

NOVITÀ

"Il Giardino in casa"

Nuova edizione rivista e aggiornata secondo le ultime metodologie; redatta in termini semplici ed efficaci affinché chiunque sia in grado di scoprire o migliorare il suo "pollice verde"! Non ci sarà più nessun segreto per far crescere e prosperare le nostre "amiche verdi" con facilità e sano divertimento.

Euro 25,00

Richiedere ai numeri telefonici:
TEL. 075.506.93.42
FAX 075.505.15.33

o scrivere a:
Frate Indovino - via Marco Polo, 1bis
06125 - Perugia
o alla casella E-mail:
info@frateindovino.eu



Questo numero è andato in stampa il 14 ottobre del 2009.