



WOMEN'S WEEKEND

SULLE "PINK ROUTE" DEL PIACENTINO

«Resta dubbio, dopo tanto discorrere, se le donne preferiscano essere prese, comprese o sorprese». Neanche il saggio Gesualdo Bufalino, nel suo *Il malpensante*, aveva sciolto questo dilemma e forse mai nessun uomo ci riuscirà. Sicuramente però nelle valli del piacentino, le donne preferiscono fare impresa e regalare sorprese ed emozioni alle amiche che programmano una "fuga" in Val d'Arda, Val Nure e Val Tidone. Ben 27 le aziende, tutte al femminile, che hanno dato vita al progetto Pink Route. Ce n'è per tutti i gusti e le tasche, l'importante è scegliere il proprio tema tra arti, colori, mestieri e sapori (diversi i pacchetti creati da Mood eventi e comunicazione e commercializzati dal tour operator Viaggi dello Zodiaco). Amate creare in creazioni artistiche? Seguite il corso di pittura tenuto dalla decoratrice Mariateresa Artusi. Oppure cimentatevi con l'arte del fai da te, Le Mani e La Luna (www.lemanielaluna.com), nei pressi del chiostro del Duomo di Piacenza. Sotto la guida delle esperte Luciana, Giovanna, Teresa e Alice, potrete realizzare

una creazione personalizzata in cuoio (un paio di sandali, un'agenda, un portamonete) da portare poi a casa.

Se la vostra passione è il nettare di Bacco, ci sono diverse scelte. Dall'azienda Magistrali (www.vitivinicolomagistrali.it), a Ziano piacentino, dove degustare il rosso Gutturino e il bianco Ortrugo, all'azienda La Tollara (www.tollaravini.it), a Cortina di Alseno, voluta dalle sorelle Federica e Mariolina Bolzoni. Qui, su richiesta, si può seguire anche un laboratorio, tenuto dall'Angolo Dolce e Salato di Lucia Lucchini (www.angolodolcesalato.it), per scoprire l'arte di realizzare la pasta fresca e fare insieme i pisarei o i famosi tortelli con la coda. Presso l'azienda Ca'Milla (www.ca-milla.com), proprio sulle rive del Po, invece potrete apprendere i segreti per la lavorazione delle erbe aromatiche e officinali.

Info: www.pinkroute.it

LA DRITTA PINK

Visitare il borgo di Grazzano Visconti, incluso

negli itinerari, con il quale si fa un tuffo nel passato, ai tempi del medioevo (anche se tutto è stato ricostruito). Qui c'è il castello, voluto dal duca Gian Galeazzo Visconti. Curiosa, al suo interno, la statua di Aloisa, una dama non particolarmente bella e sfortunata in amore. Eppure, anche qui c'è la straordinaria forza delle donne, capace di proteggere tutte le ragazze e di aiutarle a trovare l'uomo della propria vita. Se anche voi volete assicurarvi il principe azzurro, non potete non farci una sosta.

www.castellodigrazzanosvisconti.it



IL FERMENTO DELLA "CALIFORNIA D'EUROPA"

Ha il sole tutto l'anno o quasi, per questo Valencia è chiamata la "California d'Europa", ma a renderla frizzante è soprattutto la sua aria festaiola. Ancora di più durante le manifestazioni che coinvolgono tutta la cittadina. In vista della primavera, vale la pena programma-

re per tempo (usufruendo dei voli low cost di Ryanair, www.ryanair.com) un viaggio durante Las Fallas, "la settimana più pazzo". Quando? Tra il 12 e il 19 marzo. In occasione di questa festa annuale, migliaia di abitanti e turisti salutano l'arrivo della stagione dei fiori bruciando, in poco tempo, oltre settanta sculture satiriche in cartapesta, alcune alte anche 30 metri, dette Las Fallas, per la cui costruzione i valenciani hanno lavorato un intero anno. Un enorme falò che illumina il cielo, mentre il profumo del legno d'arancio che arde si espande in ogni angolo.

La tradizione di bruciare si rifà a un rituale dei carpentieri che davano alle fiamme il banchetto di legno, usato come appoggio per la lampada. Con l'arrivo della bella stagione, infatti, quando le ore di luce iniziavano a essere più lunghe, non c'e-

ra più bisogno della lampada né del banchetto e quindi si preparava un piccolo falò. L'entusiasmo di questa festa esplose, ogni pomeriggio, con la Mascletà, un mix rumoroso di fuochi d'artificio, migliaia di petardi che esplodono in contemporanea e bande in marcia. Da non perdere anche l'offerta di fiori alla Virgende los desamparados. Il suo manto è formato da mazzi di garofani rossi, bianchi e rosa, portati da ragazze che indossano i costumi regionali in seta naturale.

Tutto si protrae fino a notte inoltrata e si può girare a piedi fino all'alba, senza che nessuno vi infastidisca e in compagnia di molte altre persone.

Info: Turismo Valencia

www.turismovalencia.es

www.visitvalencia.com

LA DRITTA PINK

Munitevi della Valencia Tourist Card. È una tessera valida per 24, 48 o 72 ore, che offre trasporti gratuiti, ingresso free ai musei. E ancora sconti fino al 50% in esercizi tra servizi turistici, tempo libero, negozi e ristoranti convenzionati. Poi, per muovervi agilmente tra musei e monumenti, scaricate, sempre a costo zero, l'app/guida completa VLC Valencia. Un modo per risparmiare e godersi tutta la città.





di Isa Grassano e Lucrezia Argentiero

LA MAGIA DELLA NEVE IN SILA

«Credo nel rosa, nell'essere forti quando tutto va male. Credo che le ragazze felici siano le più belle». Così era solita dire Audrey Hepburn, ma sicuramente dinnanzi alla distesa immacolata del parco della Sila, avrebbe affermato di credere anche nel bianco. E ne sarete convinte anche voi, quando vi ritroverete nel cuore della Calabria, in uno degli altipiani più estesi (oltre 74 mila ettari compresi tra le province di Cosenza, Catanzaro e Crotone). Il candore vi conquisterà, così come l'atmosfera ovattata e i lunghi filari di alberi che ricordano il Canada. Potrete fare passeggiate con le ciaspole lungo i numerosi sentieri che partono dal Centro Cupone (sede del parco), mentre se capitate a fine febbraio (date ancora da definire), potrete godere dello spettacolo, delle corse con le slitte trainate da cani, tra le vette Monte Curcio e Monte Botte Donato. Poi per portarvi a casa un souvenir, raggiungete il paese San Giovanni in Fiore. Il comune vanta una tradizione tessile della Scuola Tappeti Caruso. Qui potrete scegliere tra tessuti ed arazzi, ma anche lenzuola e asciugamani. Se invece preferite i gioielli, da Spadafora (www.spadaforagioielli.it) vi brilleranno gli occhi dinnanzi a monili unici, frutto di alta ingegneria orafa, come i preziosi "abracadabra" che si trasformano da anelli in bracciali, da ciondoli a collane.

LA DRITTA PINK

Perché non ritornare un po' bambine e scatenarvi sulla pista di Bob su rotaie? Si trova a poca distanza dal lago artificiale Arvo, immersa in un parco naturale, alla base di una sciovia che porta fino alla cima di Monte Botte Donato (1928 metri). Tutto è ancora più bello con la neve (c'è anche l'innevamento artificiale) e la rigogliosa vegetazione intorno, mentre la luce tenue del sole vi illumina.

Lorica piazzale Sciovia,
tel. 338 4989631



Alcuni consigli tratti dal blog "amichesi parte.com" e dal libro "In viaggio con le amiche"



LOOK RAFFINATO ANCHE SULLE PISTE

Disegnata da Giambattista Valli, la collezione Autunno/Inverno 2013-2014 **Moncler Game Rouge** è dedicata alla donna che affronta con glamour le temperature sotto zero. Ispirata dall'immaginario del grande esploratore dei ghiacci, il bianco candido dal mood frost chic è uno dei grandi protagonisti di questa collezione, come per i capi tecnici dagli accenti sportivi con cappuccio extra size che protegge dalle intemperie. Info: ita.moncler.com



DETAILS

GLAMOUR SOTTOZERO

Con la neve ci vuole un look che strizzi l'occhio all'eleganza d'altri tempi. La mascherina da sci di Gucci è perfetta per aggiungere un tocco chic anche durante la fatica di una discesa... Con montatura sfumata in nero opaco, e una fascia elasticizzata in grigio scuro con motivo diamante e logo Gucci, monta lenti fumé dalla protezione totale ai raggi UVA/UVB. Prezzo: 130 euro. Info: www.gucci.com



SULLA NEVE... CON STILE!



Lacoste reinterpreta il doposci con il modello imbottito con zeppa **Aubina**. Realizzato in tessuto tecnico imbottito, per assicurare un isolamento termico ottimale, questo stivale presenta un'elegante allacciatura incrociata e una zeppa in gomma bianca o nera per garantire la massima tenuta anche sulle superfici più scivolose. Disponibile in blu, burgundie e khaki con zeppa

bianca a contrasto, o nella raffinata versione total black. Prezzo: 241 euro. Info: www.lacoste.com

TIENE LE COSE... IN CALDO

La borsa shopping di **Pennyblack** punta su un trend di stagione: la pelliccia... ma in versione eco, proprio come piace a noi. Tre le varianti: effetto montone con manico e fondo in ecopelle, effetto castorino con fondo e manico scamosciato, e infine la borsa in ecoshearling con fondo e manico effetto nappa.

Prezzo: 79 euro. Info: www.pennyblack.com



LA CHIAVE DEI NOSTRI SEGRETI

Nei grandi archivi di Tiffany ci sono chiavi che un tempo aprivano i portoni di fastose residenze private e schiudevano bauli ricolmi di oggetti preziosi. Le **Tiffany Keys** affasciano da sempre con la promessa di ciò che potrebbero rivelare. Questo pendente è tra i più semplici, in oro 18 carati. Misura extra large, lunghezza 6,4 cm. Prezzo: 2.350 euro. Info: www.tiffany.it



LA GOLD EDITION: SEMPRE PIÙ PREZIOSI

Il braccialetto in pizzo macramè più amato e imitato al mondo ci accompagnerà anche quest'inverno. La maison **Cruciani C** ha già lanciato la sua ultima hit, e non poteva che essere in edizione limitata. Solo 500 pezzi per la Gold 18K. Protagonisti il quadrifoglio, simbolo di speranza, gioia e fortuna, e la mano di Fatima, segno di protezione dalle forze del male. Ciascuna versione è disponibile in dieci colori. www.braccialetticruciani.it





RICETTE "SENZA"

Ecco quattro ricette senza zucchero e senza grassi create da quattro chef famosi, nell'ambito della manifestazione GUSTO IN SCENA, ideata e curata da Marcello Coronini, la cui prossima edizione si svolgerà a Venezia dal 16 al 18 marzo 2014.

CAKE ALL'OLIO D'OLIVA (SENZA ZUCCHERO) di Iginio Massari

300 g isomalt da incorporare
300 g di uova da incorporare alternando la farina
50 g succo d'arancia, 3 g sale, 2 bucce d'arancia grattugiata, 10 g di lievito in polvere setacciare
410 g di farina bianca "00", 160 g d'olio d'oliva

Procedimento: Mettere nella bacinella della planetaria le uova, la buccia d'arancia, l'isomalt, scaldare fino a 40°C e montare con la frusta per 15 minuti.

Setacciare due volte 300 grammi di farina con il lievito e versarla a pioggia nella planetaria in prima velocità, mescolando bene. Incorporare l'olio d'oliva versandolo in 4 volte, infine aggiungere la farina rimanente. Mettere il composto negli appositi stampi da cake, poi tagliare longitudinalmente con una spatola immersa nell'olio d'oliva il dolce. Cuocere a 180-190 °C, se il cake è più grande di g 300 la cottura è di 180 °C se più piccolo a 190 °C.



ZUPPA INGLESE (SENZA ZUCCHERO, GLUTINE E LATTOSIO) di Nicola Portinari

Base di cioccolato:

500 gr. latte di mandorla concentrato al 50%
240 gr cioccolato 58%, 14 gr fogli di gelatina ammollata in acqua fredda

Procedimento: Bollire il latte di mandorla, aggiungere la gelatina e il cioccolato, quindi versare in una placca.

Pan di Spagna (senza glutine):

120 gr. uova intere, 100 gr albume,
74 gr farina senza glutine, 25 gr fecola
80 gr farina di mandorle, 80 gr succo d'agave (indice glicemico 25 "per diabetici" ricco di sali minerali e calcio")

Per la bagna

50 gr alchermes diluito in poca acqua secondo concentrazione del liquore

Procedimento: Montare le uova e il miele e incorporare le farine, quindi cuocere. In alternativa, frullare tutti gli ingredienti, inserire in un sifone, versare in un bicchiere e cuocere in microonde per pochissimi minuti (secondo quantità).

Crema pasticcera:

500 gr. latte di riso concentrato al 50%,
160 gr tuorlo, 100 gr succo d'agave (indice glicemico 25 "per diabetici" ricco di sali minerali e calcio"), 35 gr. amido di riso, 1/2 bacca di vaniglia

Procedimento: Cuocere come una normale crema pasticcera

Cialde croccanti cioccolato

100 gr maltitolo, 27 gr massa cacao
chiodo di garofano e anice stellato grattugiati
Procedimento: In un pentolino di rame portare il maltitolo a 170° e sciogliere la massa di cacao, aggiungere le spezie e creare le cialde stendendo il cioccolato.



STRUFFOLI (SENZA ZUCCHERO) di Salvatore De Riso

4 Uova intere, 50 g Burro Morbido
60 g Vino bianco, 50 g Fruttosio
1 pizzico di Sale, 500 g Farina 00 setacciata
Limone, arancia, mandarino grattugiato (Q.B.)

PER CONDIRE E DECORARE:

500 g Miele Millefiori
Diavolini (piccoli confettini colorati)
Frutta candita: clementine, arancia, ciliegie rosse (Q.B.). Setacciare la farina e disponetela a fontana. Al centro ponete il vino bianco, il fruttosio, il burro morbido e le uova sbattute, il sale e gli agrumi grattugiati. Iniziare ad impastare a partire dal centro, emulsionate prima tutti gli ingredienti morbidi e liquidi ed infine piano piano fate assorbire tutta la farina. Quando l'impasto sarà liscio e setoso, avvolgetelo in un foglio di nylon per alimenti. Lasciate riposare la pasta in frigorifero per circa un'ora. Stendete la pasta sul tavolo realizzando dei sottilissimi filoncini e disponeteli uno vicino all'altro. Co-

spargete con abbondante farina e con l'aiuto di un coltello tagliate tanti piccoli gnocchetti. Setacciate gli gnocchetti eliminando la farina in eccesso e frigeteli in olio extra vergine d'oliva bollente. Quando gli struffoli saranno ben dorati toglieteli dall'olio e fate assorbire l'olio in eccesso sopra un foglio di carta assorbente. In un contenitore capiente mettere gli struffoli cotti con abbondante miele millefiori, unite i cubetti d'arancia candita e rimestate con un cucchiaino di legno. decorate la superficie con diavolini (piccoli confettini colorati) e piccoli pezzi di clementine ciliegie, e filetti di arancio candito, decorando anche il bordo del piatto.



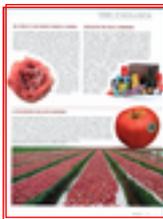
(SENZA GRASSI) SCAMPO, FUNGHI PORCINI E RICOTTA STAGIONATA NEL GINEPRO di Aurora Mazzucchelli

Ingredienti 4 persone
n.16 scampi freschi
gr.40 ricotta stagionata nel ginepro
gr. 500 funghi porcini freschi
foglie di nasturzio

Procedimento: Con l'aiuto di una forbice sguisciare gli scampi e prelevare il corpo, pulire i funghi freschi e tenere da parte 2 teste. Con il resto degli scarti fare un brodo mettendo a cucinare in acqua per circa 40 minuti, poi salare e filtrare. Tagliare a cubetti i porcini e ridurre a scaglie la ricotta stagionata.

Preparare il piatto mettendo gli scampi, i cubi di porcino, le scaglie di ricotta e le foglie di nasturzio e servire con a parte il brodo riscaldato a 60°. Questo piatto molto aromatico non ha aggiunta di nessun grasso oltre a quello presente per natura.





TERRE D'EXCELLENTIA

DAL FRIULI IL SAN DANIELE SBARCA A LONDRA

È uno dei più prelibati e caratteristici sapori friulani ed è apprezzato su tutto il territorio nazionale, grazie all'accuratezza della sua preparazione, unita ad ottimi trattamenti della materia prima. Dopo essere entrato nel cuore e sulle tavole degli italiani, ora il San Daniele ha fatto le valigie, destinazione Regno Unito. Ed è stato un successo. Gli abitanti di Londra si stanno già leccando i baffi, da quando è partito il progetto per far conoscere il San Daniele oltremontano, abbinato ad un'altra leccornia italiana, il Grana Padano. Si chiama "PDO - The taste of origin and tradition" il percorso triennale che il Consorzio

del Prosciutto di San Daniele ha iniziato grazie ad un finanziamento di Unione Europea e Governo Italiano, e di cui oggi si annotano i primi risultati, che registrano un continuo aumento delle esportazioni del prosciutto nel Regno Unito, 27 % nel 2010, 28 % nel 2011 e 29 % nel 2012.



CIOCCOLATO CHIC DALLA LOMBARDIA

Negli ultimi anni il dono di una specialità culinaria è uno dei regali più apprezzati. Proprio per questo abbiamo scelto per allietare le feste, da regalare o regalarci, i raffinati cofanetti che racchiudono una selezione delle offerte di cioccolati dell'azienda T'a (Sentimento Italiano). Sono adatti ad essere spediti, anche in tutto il mondo, come bandiera del modo tutto italiano di far bene le cose. Oppure, per gli amanti del design, le scatole da degustazione, che permettono di lasciarsi tentare dalla curiosità della scoperta del contenuto, presentato senza involucro, e degli abbinamenti tra gli ingredienti, tra i quali caffè arabica, pistacchio di Bronte e nocciola IGP piemontese.

Proprio il cioccolato è qualcosa di sempre più prezioso, e T'a, unendo storia ed innovazione, fa sì che il design, elegante e eco-friendly, si abbinano a materie prime selezionate. L'azienda, fondata nel 2007 da Alberto e Tancredi Alemagna, eredi della tradizione pasticceria di Alemagna, è una vera e propria eccellenza italiana, con radici in Lombardia.



LA MELANNURCA DELL'ALTO CASERTANO

Famosa come la Regina delle Mele, per le sue qualità, questa mela è un prodotto ad Indicazione Geografica Protetta autoctono della Campania. Alcuni dei migliori frutteti che la producono si trovano nell'alto casertano (niente a che fare con la terra dei fuochi) e fanno parte del Consorzio SERENA, che riunisce coltivatori del basso Lazio e dell'alto casertano (in particolare le Organizzazioni di Produttori Giotto ed Alto Casertano). La Melannurca Campana IGP viene colta ancora acerba e poi posta a maturare nei melai, letti di paglia, su cui viene girata varie volte per far sì che i raggi del sole le diano il colore rosso per cui è famosa. In questo processo assume anche un sapore acidulo ed aromi tipici che la rendono pregiata ed unica. A renderla speciale sono anche le sue proprietà nutritive: è un vero concentrato di vitamine, quindi raccomandata specialmente per i bambini e le persone anziane.
Info@aopserena, www.aopserena.com, tel.0823 706440.

