

L'ortica[®] SETTIMANALE

Anno XXIII n°50 - 2020

SPECIALE NATALE

RACCONTI, GIOCHI E RICETTE DAL MONDO

Buone Feste



Settimanale indipendente di cronaca, attualità, politica, sport - a carattere professionale, tecnico e scientifico - Fondato da Filippo Di Lorenzo - ANNO 23 - 23/12/2020



MAGAZZINI
Maurys
IL NUMERO 1 DEL RISPARMIO
WWW.MAURYS.IT

un nome, una garanzia

Superal

2000



SE ACQUISTI DA NOI I TUOI INFISSI IN PVC PUOI USUFRUIRE
DELLO STESSO SCONTO 50% ANCHE SU:



- PERSIANE BLINDATE
- PERSIANE IN ALLUMINIO
- AVVOLGIBILI
- ZANZARIERE
- TENDE
- PERGOTENDE
- VETRATE

S.O.S.

PRONTO INTERVENTO

Apertura porte blindate e sostituzione immediata della serratura

APERTURE FORZATE con Ufficiale Giudiziario

Attrezzato per aprire qualsiasi tipo di serratura

**COSTRUISCE
LE FINESTRE IN PVC**

A PREZZI DI FABBRICA



**NUOVO
SHOWROOM
400 MQ
AL PIANO SUPERIORE
CON ASCENSORE**



**PERGOTENDE - PERGOLE - TENDE - FRANGISOLE
FABBRICA PORTE IN VETRO MODELLO TODOCRISTAL**



**ZONA ARTIGIANALE VIA DON LORENZO MILANI 3
TEL. 06 99 22 03 34 - CELL. 339 69 12 444
WWW.SUPERALL2000.IT**



Cantina Cerveteri

Dal 1961
la nostra passione
per la vite ed il vino

Tutto il carattere
del nostro territorio

CONSEGNE
A DOMICILIO

CONFEZIONIAMO CESTI REGALO NATALIZI

VIA AURELIA KM 42,700 - CERVETERI
TEL . 06 99 444 201 - FAX 06 99 444 217 - info@cantinacerveteri.it

www.cantinacerveteri.it

Marchio registrato di proprietà esclusiva.
Vietata ogni riproduzione totale o parziale.

SUPPLEMENTO
SPECIALE NATALE DICEMBRE 2020

Settimanale indipendente

Registrato presso il Tribunale di Civitavecchia
n° 09/97 del 18/06/97

ISSN 2704-6664 - ROC 34126

Editore Universo Editoriale S.r.l.s.

www.edizioniuniverso.it

Direttore Editoriale: Cristiano Cimorelli
Direttore Responsabile: Graziarosa Villani
Editor: Miriam Alborghetti

Redattori:
Barbara Pignataro
Emanuele Rossi

L'Oroscopo di P'Astra

Responsabile scientifico:
Aldo Ercoli

Collaboratori:
Flavio Enei, Dario Gaggiottino,
Giovanni Zucconi, Barbara Civinini,
Emiliano Foglia, Angelo Alfani,
Antonio Calicchio, Lorenzo Mezzadri,
Flavia De Michetti, Christian Scala,
Alessia Moricci, Pamela Stracci.

Speciale Viaggi Adriano Botta

Speciale Cinema Michele Castiello

Videorticando Toni Moretti

Marketing Vito Michelangelo Lius

Fotografi e collaboratori
Paolo Gennari, Claudia Cavallo,
Biagio Tamarazzo, Vincenzo Quondam,
Andrea Fenili, Massimiliano Magro,
Marco Tanfi

Grafica
Isabel Maccari

Stampa:
Universo Editoriale S.r.l.s.

*Il nostro settimanale autonomo,
senza sovvenzioni, diffuso gratuitamente,
dà la possibilità a tutte le penne libere
ed indipendenti di poter contribuire,
in forma alternativa al dovere di informare
nel modo più trasparente, critico e
costruttivo possibile;
senza pressioni politiche ed economiche.
Molti di noi svolgono una professione
che permette di scrivere, a titolo di
volontariato gratuito, per libera scelta
e di offrire un'informazione diversa e,
a volte, graffiante, tesa a stimolare
lo spirito critico dei lettori.*

Redazione
Piazza Risorgimento, 4 - Cerveteri

Tel. 06 99 41 736
Cell.339 2864552

info@orticaweb.it
redazione@orticaweb.it
www.orticaweb.it

Chiuso in redazione il giorno 16/12/2020

Un Natale nel solco della tradizione



Il Natale, non mi stancherò mai di ripeterlo, oltre ad essere una ricorrenza spiritualmente significativa per i cristiani, è anche un evento con una valenza catartica potente che tocca le corde più profonde dell'animo umano, in grado di lenire paure ancestrali. È la festa della luce che vince le tenebre del lungo inverno che verrà. È la promessa, che nonostante il gelo, la terra riscaldata dai raggi del sole, tornerà a dare i suoi frutti. I banchetti natalizi sono simbolo di abbondanza, condivisione e di affetto reciproco. È l'esaltazione del concetto stesso di comunità. Il Natale è speranza e come tale riveste una funzione sociale altissima. Canti corali, decorazioni leggende e rappresentazioni sacre sono il frutto di tradizioni che si sono stratificate nel corso del tempo, tra queste il presepe è una delle manifestazioni più nobili ed unificanti della cultura italiana, celebrazione altissima della vita e al contempo un inno alla famiglia come luogo di amore e protezione nonché proiezione di un'aspirazione profonda di convivenza pacifica e solidale che accomuna tutti gli esseri umani.

Care lettrici e cari lettori, non sappiamo quanti di voi quest'anno riusciranno a trascorrere un Natale felice accanto ai propri cari, a causa delle misure restrittive che incidono pesantemente sulla vita sociale, affettiva ed economica di molti. Siamo certi però che per la maggioranza si tratterà di un Natale casalingo, privo di quegli eventi tradizionali, come il Presepe vivente ed i concerti, che rendono unica e per così dire "magica" questa festa. Anche gli incontri con amici e familiari saranno ridotti ai minimi termini. Quindi avremo tutti più tempo per stare con noi stessi, per leggere e stare accanto ai nostri bambini e con le persone con cui conviviamo. E nessuno potrà vietarci di fare l'albero e il presepe nelle nostre case, né impedirvi di cantare canzoni natalizie (anche se ci hanno provato).

Questo *Speciale Natale* è stato dunque concepito proprio come un "passatempo", leggero e profondo al contempo, raccogliendo antiche leggende, ricette culinarie tradizionali da tutto il mondo, racconti e giochi per bambini, molti dei quali accompagnati da disegni fatti a mano. Si tratta di un lavoro ideato e realizzato da Pamela Stracci - con la collaborazione di Ambra Frezza, Chiara Morelli e Moreno Stracci -, dedicato a tutte le famiglie e tutti i bambini e tutte le bambine del territorio che quest'anno si troveranno a trascorrere delle feste natalizie molto diverse dalle precedenti. Un lavoro che rappresenta in qualche modo un invito a immergersi nello spirito del Natale concedendosi una salutare pausa dalle preoccupazioni e dalla rabbia per le ennesime restrizioni vessatorie e mortificanti.

Auguriamo di cuore un sereno anno nuovo a tutti voi – lettori, collaboratori e sponsor – a cui rivolgiamo la nostra gratitudine per la fiducia con cui ci seguite e ci sostenete da oltre due decenni. A giugno 2021, L'Ortica del Venerdì, l'organo di informazione più longevo di Ladispoli e Cerveteri, festeggerà i suoi primi 24 anni: e questo lo dobbiamo a tutti voi.

Miriam Alborghetti



*Una luce
che non si spegnerà mai
la tradizione
del Ceppo Di Natale*

Una delle usanze natalizie più antiche è sicuramente quella del tronchetto di natale, dolce che tutti noi amiamo portare in tavola in onore di questa festa. Ma da dove nasce questa tradizione?

Innanzitutto, c'è da dire che inizialmente al tronchetto di Natale non era associato il dolce che conosciamo, ma ad un vero e proprio tronco di un legno che variava tra il frassino, il pino, la quercia o la betulla, a seconda delle culture.

Il giorno della vigilia di Natale il capofamiglia, dopo aver proposto un brindisi benaugurante, metteva nel camino questo tronco che veniva lasciato ardere fino all'Epifania, per dodici notti che simboleggiavano i dodici mesi del nuovo anno, rappresentando dunque una luce che sarebbe rimasta accesa per il tempo futuro. Una volta che il tronco aveva finito di bruciare, le sue ceneri venivano levate dal camino e conservate, in quanto ad esse si attribuivano poteri magici come quello di far prosperare il raccolto o di aumentare la fertilità e la salute. Parte di queste ceneri venivano conservate per ripetere il rito del tronco l'anno seguente.

Nella tradizione precristiana il ceppo veniva acceso in onore del "sole invitto" dove il pezzo di legno rappresentava, per Greci, Romani e Babilonesi, l'ardente combattimento e la vittoria del dio sole sui suoi nemici. Con l'avvento del Cristianesimo, il ceppo dà vita al fuoco che scalda Gesù bambino, e la fiamma rappresenta la salvezza che ci ha donato sacrificandosi per l'umanità.

In Italia, la tradizione si è diffusa in particolar modo in Lombardia e in Toscana.

Secondo la tradizione lombarda, il capofamiglia addobbava lo "Zocco" con una fascina di ginepro benedetto e delle monete e, dopo averlo sistemato nel camino ed aver intonato una preghiera alla Trinità, versava da un bicchiere un po' di vino sulle fiamme, e il rimanente era bevuto da tutti i membri della famiglia. Inoltre, in questa occasione si prendeva da tre pani una fetta, che sarebbe diventata un'utile cura per gli ammalati.



ASSOCIAZIONE **AMICI MIURA** CANTIERE NAUTICO E RIMESSAGGIO



**PER TUTTI GLI ASSOCIATI
SPAZIO RISERVATO PER RIMESSAGGIO**



VIA FURBARA SASSO, 84 - CERVETERI
INFO: 348.6584531
lombardimaurizio1@gmail.com

In Toscana il ceppo rappresentava la vita, la morte e la resurrezione. In particolare, in Val di Chiana la cerimonia era accompagnata dal canto dell'“Ave Maria del ceppo” e i bambini bendati dovevano colpire il “Ciocco” con delle tenaglie, per poi essere ricompensati con dei dolciumi. A Monteriggioni, alla cerimonia del ceppo, è stata aggiunta una lunga processione di fiaccole che ha luogo ancora oggi, con lo scopo di ricordare la luce della stella cometa che accompagnò i Magi alla capanna dove era nato Gesù.

In Europa il ceppo veniva addobbato con foglie, fiori, pane, vino o altri oggetti e la cerimonia prende nomi diversi a seconda del paese: ad esempio in Inghilterra la celebrazione era chiamata “Yule log”, in Francia “büche de Noël”, e in Germania “Christklotz”.

Oggi la cerimonia di bruciare il ceppo in sé è poco diffusa: il ricordo di questa tradizione dura nel tempo grazie al “tronchetto di Natale”, dolce natalizio nativo della Francia, che ricorda la forma del ceppo di Natale.

Chiara Morelli



La casa
del Pane



Via Fiume, 67 Ladispoli - Tel. 06 9914 4577

L'ortica
DEL VENERDI
Speciale Natale



Buone Feste

NORCINERIA PRODUZIONE PROPRIA
CARNI UMBRO VITERBESI- MACELLERIA
GASTRONOMIA - PRONTI A CUOCERE

VIA SERGIO ANGELUCCI, 5 - CERENOVA

paolofranceseo@inwind.it - Tel/Fax 06 9904388

f Ferrri Carni



L'albero di Natale storia e significato

Cala la notte e le case si riempiono di suggestive lucine che illuminano tenuamente il meritato riposo delle famiglie. È questo il tempo dei bimbi che infilano i visini tra le fronde dell'albero di Natale e, ammalati dal suo sfavillare, sognano mondi fantastici e sperano nel tanto desiderato balocco. L'albero di Natale rappresenta quel legame profondo con la nostra infanzia, con un mondo fatto di gesti gentili e pensieri di serenità, tanto necessari in questo nostro tempo.

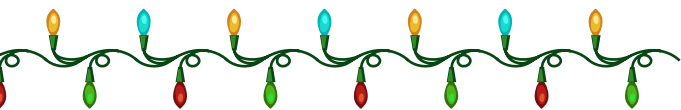
Qual è la sua storia? L'albero come simbolo di vita si perde nella notte dell'umanità: ritroviamo l'usanza di decorare alberi, rami o ghirlande già nell'antico Egitto e in Cina; i popoli pre-cristiani, come i Celti, riconoscevano la natura divina degli alberi e dedicavano loro molti culti; i testi sacri di tutte le religioni antiche riservano al mondo vegetale un'attenzione profondissima, e traggono da esso immagini e metafore con le quali spiegare l'esistenza umana.

Nel medioevo, tra le varie rappresentazioni teatrali sacre,



si metteva in scena il 24 dicembre il Gioco di Adamo ed Eva; la scenografia era di solito composta da uno o più alberi decorati con mele e ostie, e chiamati Alberi del Paradiso, a ricordo dell'abbondanza di frutti e sapienza nel Paradiso Terrestre, e la promessa infranta dai due progenitori dell'umanità.

Tra le tante tradizioni e i tanti paesi che si definiscono la patria del primo albero di Natale, può essere ricordata l'usanza iniziata nel 1441 in Livonia (oggi Estonia e Lettonia) di decorare con dolci un albero all'interno della



Casa delle teste nere (un ordine di mercanti) per la gioia dei suoi membri e dei loro bimbi. Questa tradizione fu ripresa in Germania e poi diffusa nel resto d'Europa e del mondo. Tra le tante storie, quasi sempre non confermabili da fonti certe, rimane assodato che la tradizione dell'albero di Natale si sia evoluta all'interno della cultura nordica.

In più di 500 anni di storia, quali sono i significati legati all'albero di Natale? Parliamo, innanzitutto della scelta dell'albero. L'abete è un albero sempreverde, rappresenta, dunque, il simbolo per eccellenza della vita eterna; l'abete ha forma piramidale e quindi indica l'aspirazione dell'uomo a congiungersi con la spiritualità. Il puntale che si è soliti porre in cima all'albero, rafforza l'idea di voler trascendere il mondo fisico per avvicinarsi alla divinità. Infine, secondo un'interpretazione più propriamente cristiana, i tre vertici del triangolo che vediamo se guardiamo l'albero indicano la trinità: Padre, Figlio e Spirito Santo.

Le lucine, che originariamente erano candele, rappresentano la vittoria della luce sulle tenebre e ricordano la rinascita della vita, che a partire dal solstizio d'inverno si avvia lentamente a rifiorire in primavera.

Le decorazioni, solitamente di forma sferica, ricordano l'antica usanza di appendere all'albero mele e frutta secca, da consumare durante le festività. Per altre tradizioni, il cibo servirebbe a rifocillare gli spiriti dei defunti, che durante i mesi invernali giungerebbero a visitare i propri cari. In questo senso, è buona cosa appendere all'albero anche dei campanelli: un'antichissima usanza vuole che i campanelli suonino qualora un nostro avo si avvicini all'albero. Nel caso sentiste il tintinnio d'un campanello, rivolgete ai vostri cari che non ci sono più un dolce pensiero di benvenuto e di pace.

Moreno Stracci



Via Nevada, 5 - 00055 Ladispoli (Rm) ☎ 06.9912500 - 347.5938218
✉ info@professiondance.it 🌐 www.professiondance.com
DONA IL TUO C.F. 05765331003 700 MQ DI AMBIENTI SANIFICATI

AGORA
SPAZIO PERFORMATIVO
NELLE LINEE OPENWARE
www.agora.it

MANDALA
DANCE
www.mandaladance.it

MATRIX

CORRISPONDENZE
ACS

DANCE
WEEK

Il Krampus, una tradizione delle Alpi



Per i bambini delle Alpi, la notte del 5 Dicembre rappresenta la notte più spaventosa dell'anno. Al tramonto, giunge San Nicola che li interroga per capire se durante l'anno si sono comportati bene, ed elargisce loro dolcetti. Il Santo è, tuttavia, accompagnato dai terribili Krampus, figure mostruose che puniscono i bambini cattivi e tentano di rapirli.

La tradizione dei Krampus (dal tedesco Kramp, artiglio) si perde nel folklore pre-cristiano, e le

leggende legate a questo mito sono numerose. Con l'avvento del Cristianesimo, i Krampus sono stati assimilati al demonio e sono entrati a far parte dell'eterna lotta tra il bene e il male. Una delle tante leggende narra che in un periodo di carestia, alcuni giovani si resero irriconoscibili travestendosi con pellicce e corna, e cominciarono a vagare tra i villaggi montani per terrorizzare gli abitanti e rubare loro le provviste. Un giorno, i giovani si accorsero, però, che tra di loro si nascondeva



un vero demone, riconoscibile dalle sue zampe a forma di zoccolo di capra. In paese, dunque, venne chiamato San Nicola che sconfisse ed esorcizzò il demone.

Dal quel giorno, ogni anno i giovani dei paesi di montagna si travestono da Krampus, non per rubare il cibo ma per spaventare i bambini cattivi e farli pentire; i Krampus sono, però, sempre accompagnati dal Santo, che ha sottomesso il demone e che testimonia, così, la vittoria di Dio sul male.

Oggi, la Krampusnacht (la notte dei Krampus) ha preso la forma di una sfilata in costume. Al tramonto, ragazzi e ragazze, sfilano per le strade cittadine, indossando abiti sporchi e consunti e maschere create da artigiani locali. Impugnano catene e fruste con le quali importunano gli spettatori, e riempiono la notte di tremendi suoni con campanacci e corni.

Tutti possono entrare a far parte di gruppi Krampus, è sufficiente rispettare le diverse e varie regole che ogni gruppo si dà. Tra tutte, una appare condivisa unitariamente: mai levarsi la maschera in pubblico. Chi si cela dietro la maschera? Una persona o un vero demone? Questo sembra chiedersi chi assiste alla sfilata, e la verità rimane celata nel buio che, misterioso, inghiotte le malvagie creature e le dissolve, come un brutto pensiero, nella notte.

Moreno Stracci



Cena della Vigilia 2020 Menù Asporto o Delivery

Antipasti

Ostriche Francesi	3pz
Carpaccio di Salmone Selvaggio Marinato agli Agrumi e Pepe Rosa	13
Tartare di Tonno Rosso Pachino e Basilico	13
Insalata di Mare	10
Soutè di Cozze	8
Broccoli Fritti in Pastella	7

Primi

Lasagna in Bianco ai Frutti di Mare	13
Spaghetti alle Vongole Veraci	13
Risotto alla Crema di Scampi	12

Secondi

Filetto di Scorfano in Crosta di Patate	18
Frittura Mista di Pesce -Calamari, Gamberi, Paranza e Alici	16
Frittura di Calamari e Gamberi	12

Contorni

Puntarelle alla Romana	5
Cicoria Ripassata o all'Agro	4
Patatine Fritte	4
Insalata Mista o Verde	4

Dolci

Tiramisù di Pandoro al Pistacchio	5
Panna Cotta	4
Brownie con Uvetta e Mandorle Caramellate	5


*Ampia scelta di Vini,
Bollicine e Distillati*

Solo su Prenotazione. Per info 06 99326148

CERVETERI

Via Furbara Sasso 83

 06 99326148

 Trattoria Casale Maremma



Un Natale particolare



È innegabile dire che il Natale del 2020 sarà un Natale particolare, forse più prezioso, più atteso, un momento di magia e disogno che tutti ci auguriamo, nel mezzo della battaglia alla quale la vita ci ha chiamati. In un'epoca, la nostra, caratterizzata, nei suoi aspetti più bui, dalla chimera della velocità, dalla denuncia della mancanza di tempo, dalla nostalgia per rapporti veri e duraturi, tutto ci sembra essere comunicabile e condivisibile ma ci lascia poi a mani vuote, quando nel silenzio benigno della nostra anima ci ritroviamo con noi stessi, stanchi, inappagati, smarriti, inquieti per un futuro che si mostra esitante. Certo, ci sono cose nella vita che sfuggono alla nostra volontà, che non si lasciano piegare, come la pandemia che stiamo subendo; è pur vero che noi siamo e diveniamo ciò che profondamente desideriamo. La vita è nelle nostre mani: c'è sempre modo di rallentare, di trovare tempo per le cose e le persone amate, di coltivare rapporti sereni e fruttuosi, di starcene con noi stessi a pensare, sognare e prenderci cura di quella scintilla di vita che ci anima. Allora non perdiamo l'occasione preziosissima che questo Natale, forse meno fastoso ma più vero, ci offre: se vi trovate a passare davanti a un presepe, o se ne avete allestito uno in casa, fermatevi un attimo davanti alla scena che, insuperabile, ci parla della vita, della luce che ognuno di noi porta dentro, dell'amore, quello vero, e portate al cuore

le parole di un poeta che, in modo straordinario, seppe parlare delle debolezze umane: Trilussa.

*Ve ringrazio de core, brava gente,
pé 'sti presepi che me preparate,
ma che li fate a fa? Si poi v'odiate,
si de st'amore non capite gnente...
Pé st'amore sò nato e ce sò morto,
da secoli lo spargo dalla croce,
ma la parola mia pare 'na voce
sperduta ner deserto, senza ascolto.
La gente fa er presepe e nun me sente;
cerca sempre de fallo più sfarzoso,
però cià er core freddo e indifferente
e nun capisce che senza l'amore
è cianfrusaja che nun cià valore.*

Nella parte più intima del nostro essere, meditiamo tutti sulla nostra umanità, e senza dare spazio ai ripensamenti, chiamiamo quella persona che non sentiamo da tanto, rivolgiamo

un sorriso a chi ci passa accanto, chiediamo ai nostri cari *come stai?*, fermiamoci a guardare gli uccelli che giocano nel cielo, desideriamo di meno per noi stessi e più per il mondo, insomma, amiamo e riconosciamo alla vita il suo valore. Infine, troviamo il coraggio di portare tutto questo nella nostra vita quotidiana.

Buon Natale



Moreno Stracci

Infissi 2000

Di Villella Giuliano

FABBRICA DI INFISSI IN ALLUMINIO



VETRATE PANORAMICHE

CERTIFICAZIONE INFISSI PER DETRAZIONE FISCALE

FINESTRE IN PVC

LAVORAZIONI IN FERRO
(Persiane, Grate, Combinate Ecc.)

SERRATURE

**SERRAMENTI
IN PVC
ED ALLUMINIO
DI NOSTRA
PRODUZIONE.**

TENDE DA SOLE

ZANZARIERE DI OGNI TIPO

PORTE BLINDATE

**PREVENTIVI E SOPRALLUOGHI GRATUITI
INFISSI SU MISURA A PORTAR VIA**

Via della Piscina, 8 – Cerveteri (Loc. Due Casette)
Tel/Fax 06 99 02 751 - Cell. 339 61 84 947 - 329 78 70 446
www.infissi2000sas.it - villaggiuliano@tiscali.it

*La storia della nascita
di Gesù, il Re dei re
per i più piccoli*



Tutti sanno perché si festeggia il Natale ma forse i bimbi più piccini no. Raccontiamo allora questa storia incredibile di una festa che non è solo dolci e regali ma dopo oltre duemila anni ancora accompagna e scandisce le nostre vite. Il 25 dicembre si festeggia la nascita, il compleanno, di un bambino importante per i cristiani e per tutto il mondo: Gesù.

Tanto ma tanto tempo fa, in una terra che si affaccia sul mar Mediterraneo, la Palestina, viveva nella città di Nazareth una giovane e gentile ragazza di nome Maria. Questa splendida fanciulla era promessa sposa a Giuseppe, un falegname di talento e un uomo giusto, molto conosciuto in città. Un giorno, prima che i due andassero a vivere insieme e si sposassero secondo le usanze di quel tempo, l'angelo Gabriele fu mandato da Dio ad annunciare a Maria che sarebbe diventata madre di un bambino speciale.

Disse l'angelo: «Ti saluto o piena di grazia, il Signore è con te!».

Maria rimase sorpresa e spaventata ma l'angelo aggiunse: «Non temere, Maria, perché hai trovato grazia presso Dio. Concepirai un figlio, lo darai alla luce e lo chiamerai Gesù. Sarà grande e chiamato Figlio dell'Altissimo e il suo regno non avrà fine».

Allora la giovane fanciulla rimase molto stupita perché ancora non era sposata: come poteva rimanere incinta? Ma a Dio nulla è impossibile!

L'angelo allora apparve in sogno a Giuseppe dicendogli di non temere, di prendere Maria come sua sposa anche se incinta, perché quel bambino, Gesù, era il figlio di Dio e avrebbe salvato il suo popolo dai peccati. Il falegname fece come l'angelo disse e prese in sposa Maria.

Ora su richiesta dell'imperatore romano Cesare Augusto era stato ordinato il censimento in tutta la terra del regno e tutte le persone dovevano essere registrate. I due sposi, Maria e Giuseppe, partirono verso la città di Betlemme per registrarsi come era stato richiesto. Ma il viaggio era molto lungo e faticoso per Maria, ormai prossima alla maternità. Arrivati a Betlemme, con la sposina seduta sulla groppa di un asinello, Giuseppe cercò una locanda dove dormire ma la città era

life
brain
Eccellenza per
la tua salute



Laboratorio Analisi Salus Ladispoli

*"Alla serenità nulla contribuisce meno
della ricchezza e nulla più della salute"*

A. Schopenhauer

*Auguri di Buone Feste
dal Laboratorio Analisi Salus Ladispoli!*



SCANSIONA
IL QR CODE E
GUARDA IL VIDEO
CON I NOSTRI
AUGURI!

Laboratorio Analisi Salus Ladispoli

Via Ancona, 94
00055 Ladispoli


06 83780971

www.lifebrain.it



CONSEGNA A DOMICILIO TUTTI I GIORNI
DALLE 17 ALLE 22

VIA GLASGOW, 58 LADISPOLI TEL. 06.99144828

 UN PEZZO DI RUSTICA

piena di persone accorse sempre per il censimento e non c'era neanche un posto per passare la notte. Maria stava per partorire e un uomo che aveva visto la disperazione della coppia, li aiutò e gli trovò un umile riparo: una stalla scavata dentro una grotta fuori città. A notte fonda, nel silenzio di questa stalla riscaldata solo dal fiato dell'asinello di Giuseppe e di un bue che già si trovava nella capanna, nacque il bambino Gesù. In quell'ora fredda e buia, la notte venne illuminata dal sorriso di quel bambino unico e speciale perché era il figlio di Dio e la speranza degli uomini! Maria lo baciò sulla fronte, lo fasciò con una copertina bianca e lo pose dentro un letto di paglia profumata ricavata nella mangiatoia degli animali.

Ad un certo punto, da fuori la capanna, si vide una luce fortissima accompagnata da una musica celestiale: erano gli angeli che scendevano dal cielo e cantavano contenti tutti in coro per la nascita di Gesù seguendo la scia della brillante stella cometa. Tutti i pastori che dormivano nelle vicinanze si svegliarono e pieni di gioia e di stupore seguirono quelle voci soavi, portando pane, latte, formaggio, frutta, bevande e i poveri doni che avevano, per ammirare il bambinello. Anche gli animali sia domestici che selvatici accorsero per vedere il miracolo. Tutti insieme!

Dopo alcuni giorni, seguendo la scia della stella cometa, anche tre Re vennero a visitare e adorare il bambino Santo: erano i re "Magi", i re sapienti, Gaspere, Melchiorre e Baldassare. Questi re venuti da lontano in groppa a dei cammelli, seguiti da una lunga carovana di servitori e di doni, avevano studiato le carte e le profezie e capito che sarebbe nato in quel periodo un bambino speciale. Si erano messi così subito in viaggio per onorarlo. Quando trovarono la misera stalla con dentro Gesù, Giuseppe e Maria capirono subito che quella era proprio la Sacra Famiglia voluta da Dio e che quel bambino così piccolino e dolce in realtà sarebbe diventato il più grande dei re, il re dei re, disceso dal cielo per portare a tutti gli uomini il più grande messaggio di pace e di amore.

Pamela Stracci

PNEUS CAR di Giacobbe **CENTRO REVISIONI**

CARROZZERIA - SOSTITUZIONE BOMBOLE GPL - SOCCORSO STRADALE H24

SOSTITUIRE LA BOMBOLA GPL
**NON È PIU
UN PROBLEMA**

CHIAMA PER UN PREVENTIVO



AZZERA OGNI RISCHIO >>>
DI CONTAMINAZIONE

**SANIFICA
LA TUA AUTO**

**CHIAMACI
AL 06.99551289**



ORARIO APERTURA: LUN - VEN 08:30/13:00 - 15:00/19:00 | SABATO 08:30/13:00 - 15:00/17:30

CERVETERI (RM) VIA FONTANA MORELLA, 66/B - TEL./FAX 06/99551289

MOBILE 339.3687944



SOCCORSO STRADALE H24



Il pettirosso e Gesù Bambino



Questa è la storia, una leggenda popolare, di come un piccolo uccellino tutto marrone, per un atto di infinito amore, si guadagnò il suo bel petto rosso sfavillante.

Nella stalla di Betlemme, dove dormivano Gesù, Giuseppe e Maria, il fuoco si stava spegnendo. La notte era fredda ma i due sposi erano così stanchi da non avere la forza di alzarsi per ravvivare il fuoco. Fu così che dopo poco la fiamma si spense e rimase solo un po' di brace e qualche tizzone annerito. Ma in quella grotta c'era anche un altro ospite: un uccellino piccolo piccolo e tutto marrone. Aveva assistito alla nascita di Gesù e non voleva più staccarsi da quel bel bambino. Il gelo calò nella stalla e, senza più il calore del fuoco, il bue e l'asinello da soli non riuscivano a scaldare adeguatamente la grotta

e iniziava a fare freddo: povero bambino Gesù, poveri genitori! Allora l'uccellino si avvicinò alla brace e cominciò a sbattere le ali per far ravvivare il fuoco. Mentre la fiamma si accendeva piano piano e schizzavano le scintille, il petto del piccolo animale diventò rosso per il calore ardente, ma lui rimase a battere le ali anche se le sue piume si stavano bruciando. Quando la fiamma riprese, l'uccellino traballante si pose sulla mangiatoia dove si trovava Gesù, per vedere se stava bene. Il bambino, al tepore del calore, lo guardò sorridente e in segno di ringraziamento gli toccò le piume del petto bruciate che divennero subito gonfie, soffici e di colore rosso, in ricordo del sacrificio d'amore compiuto dall'uccellino. E così ecco il pettirosso!

Pamela Stracci





**Farmacia
Cavallini Maria Teresa**

Omeopatia - Erboristeria - Veterinaria - Sanitaria



Buone Feste



Via Vivaldi, 37 - Valcanneto/Cerveteri (Rm) - Tel./Fax 06.99206361

email: farmacavallini@gmail.com  Farmacia Cavallini Dott.ssa Maria Teresa

Orari d'apertura dal lunedì al sabato 8:30/13:00 - 16:00/19:30 - Aperta tutte le domeniche dalle 9:00 alle 13:00

La Befana Birichina



“Bambine siete pronte? Sta per arrivare!” esclamò la mamma scendendo di corsa le scale che portavano al terrazzo.

“Mamma, l’hai vista?” dissero in coro le due figliette.

“Sì che l’ho vista! Sta per scendere sulla nostra casa! Il tavolino con i regalini per la Befana è pronto?”

“Sì, è tutto pronto!” rispose Alice. “Il mandarino eccolo, il bicchiere d’acqua è pieno e c’è pure la paglia per il somarello!”

“Bene bambine!” rispose la mamma “Mentre papà mette un bel ciocco di legna nella stufa non vi resta che andare alla finestra.” Le due

sorelline si avvicinarono alla finestra con i nasini appiccicati al vetro e iniziarono a cantare una filastrocca.

“Befana Befanella, tira giù una caramellaaa!
Befana Befanella sei la vecchietta più bellaaa!”
In men che non si dica, dal terrazzo della casa cominciò a scendere una pioggia di caramelle che battendo sui vetri della finestra faceva un fracasso simile ad una mitraglietta impazzita, e dalle scale del terrazzo si udì un sonoro rumore di passi: Stomp! Stomp! Stomp!

Eccola, era lei, la vecchina che nelle fredde notti d’inverno andava in giro per le case a portare doni ai bimbi: la BEFANA! Avvolta in uno scialle mezzo tarlato, la befana entrò in casa, posò per terra un sacco pieno di pacchetti, bevve un sorso d’acqua e si mise in tasca il mandarino e una manciata di paglia per l’asinello. Il cuore delle bambine batteva a mille, un po’ per l’emozione e un po’ per la paura. Perché la Befana, con il suo viso tinto di carbone, quei vestiti logori e quei guanti neri mezzi bucati un po’ di paura la metteva!

La Befana stava per andare via quando si girò verso una delle due bambine dicendo:” Quanto

sei bella con quegli occhi nerI! Però mi hanno riferito che sei un po’ monella. Come ti chiami?” E la bimba con le gambe che le tremavano sussurrò: “Mi chiamo Alice.”

“Alice, io avrei bisogno di un’aiutante da portare con me sulla mia nuvoletta. Vuoi venire?” continuò la Befana tirando la bimba per un braccio. “No grazie, sto bene a casa mia!” rispose Alice implorando con gli occhi la mamma di toglierla da quella situazione imbarazzante.

La Befana insistette ancora tirando e ritirando la bimba per il braccio ma Alice con tutta la forza che aveva in corpo si attaccò allo stipite di una porta tenendosi ben salda per non essere trascinata via. La Befana senza mollare la presa disse: “Bambina mia, io me ne vado però promettimi di essere più buona d’ora in avanti!” “Sì signora Befana, glielo prometto, farò come dice lei, senz’altro Befanina! Ha ragione signora Befanella!” balbettò la bimba con un fil di voce. La Befana, con un sorrisetto ammiccante, guardò la mamma, le strizzò un occhio e contenta e soddisfatta riprese il suo viaggio tra le stelle!

Fiaba inedita di Ambra Frezza



IL NUMERO

1

DEL RISPARMIO



Per la casa e la



ANGUILLARA SABAZIA
VIA GIOLITI, 3

BRACCIANO
VIA ARTURO PERUGINO

IL NUMERO **1** DEL RISPARMIO IL NUMERO **1** DEL RISPARMIO

MAGAZZINI
ury's
1 DEL RISPARMIO



famiglia

- DETERSIVI
- PROFUMERIA
- CASALINGHI
- GIOCATTOLI
- ELETTRODOMESTICI
- CARTOLERIA



INI

CERVETERI
LARGO ALMUNECAR, 20

LADISPOLI
VIA GLASGOW, 60

IL NUMERO 1 DEL RISPARMIO IL NUMERO 1 DEL RISPARMIO

*San Nicola,
la vera storia
di Babbo Natale*



Forse non tutti sanno che Babbo Natale è esistito davvero e si chiamava San Nicola! Ma come si è trasformato nel panciuto vecchietto barbuto, vestito di rosso che porta i doni ai bambini buoni di tutto il mondo nella notte di Natale?

San Nicola nacque nel 270 e fu il vescovo di Myra una città della Licia oggi l'odierna Turchia. Nicola sin da piccolissimo, narra la tradizione, dimostrava già chiari segni di santità. Ma due fatti furono fondamentali nella vita del Santo. Quando ancora non era vescovo, conobbe una ricca famiglia caduta in disgrazia. Il padre disperato pensò di vendere le tre figlie, in età da marito perché, senza soldi e senza dote, queste ragazze erano state emarginate dalla società per la loro estrema povertà. Il padre era molto rattristato per questa amara decisione. Nicola, che aveva ricevuto una cospicua eredità alla morte dei genitori, sentendo quello che stava per accadere in quella famiglia disgraziata, decise di intervenire senza pensarci un momento ma con discrezione: la beneficenza si fa senza dirlo! Una notte Nicola raccolse in una sfera una gran quantità di denaro, senza soppesarla, la gettò nella casa da una finestra socchiusa e di corsa tornò nella sua abitazione senza farsi vedere. L'indomani il padre si svegliò e trovò questo dono inaspettato: non stava nella pelle dalla gioia perché con quella cifra poteva risollevar la famiglia e riscattare la dote di una delle figlie per farla sposare senza disonore. L'uomo ringraziò Dio di quel regalo. Nicola si recò nella casa a tarda notte per altre due volte lasciando scivolare il gruzzolo giù dalla stessa finestra. Il padre quasi morì dalla gioia di poter salvare, con quei soldi, le altre sue due figlie che così potevano sposarsi e vivere una vita dignitosa e felice. Ringraziò e lodò Dio a perdifiato e poi lo pregò di fargli conoscere il nome del pio

benefattore così che potesse ringraziarlo. Dio esaudì la sua richiesta! L'uomo sentì un rumore e corse fuori dalla casa. Vide Nicola intento a scappare e lo fermò per rendergli grazie. Nicola imbarazzato ma contento della felicità altrui, si fece promettere dall'uomo di non rivelare chi fosse stato ad aiutarlo se non dopo la sua morte. E l'uomo così fece.

Un'altra storia triste narra che tra bambini di notte bussarono ad una locanda perché non sapevano dove passare la notte. Il locandiere e sua moglie li accolsero volentieri. Questa benevolenza non era però sincera. Infatti l'oste malvagio e la sua perfida moglie, siccome avevano finito la carne nella dispensa, uccisero e misero sotto sale i tre fanciulli per venderne la carne ai clienti inconsapevoli della locanda. Ad un certo punto Nicola, ormai Vescovo, entra nella locanda e chiede un piatto di carne intuendo che c'era qualche cosa che non andava. L'oste, insospettito, si rifiutò di dargli il cibo richiesto e allora il Santo si recò dentro la dispensa dove trovò i corpi dei ragazzi infilati in dei barili. San Nicola risuscitò i tre fanciulli, e da allora è il protettore dei bambini ai quali porta ogni anno i più bei doni. Nelle Alpi e nel nord Europa San Nicola sconfigge i demoni cattivi, i Krampus, che vogliono fare del male ai ragazzi.

San Nicola diventa venerato così sia nella chiesa cattolica che in quella ortodossa e in altre confessioni cristiane ma è solo nel 1931 con il lancio pubblicitario di una famosa bevanda a base di cola che il Santo perderà l'aspetto del vescovo e diventerà popolare e conosciuto in tutto il mondo con il nome di Babbo Natale, il paffuto omone che corre in cielo su una grande slitta piena di regali, trainata da simpatiche renne, con la sua classica risata "oh oh oh!".

Pamela Stracci

new Cafe Millenium

Viale Fregene Cerenova (Adiacente Poste)
Tel. 06 99 02 887

Tabaccheria CATALDI

BIGLIETTI GOTRAL - BIRG - ABBONAMENTI MENSILI

Sisal, TIV, WIND, SKY, and other logos.



*Curiosità:
tradizioni
di Natale
nel mondo*



In Germania, Polonia e Ukraina, trovare un ragno o una ragnatela sull'albero di Natale è segno di buona fortuna. Una leggenda racconta che un ragno tessé una coperta per il Bambino Gesù.

Perché non aggiungere un piccolo ragno o una ragnatela alle vostre decorazioni natalizie?



L'agrifoglio è simbolo della Passione di Cristo. Le foglie spinose rappresentano le spine della Corona, le bacche rosse il sangue. Per questo, spesso l'agrifoglio viene usato per creare le ghirlande da appendere fuori dal portone di casa. In qualche modo, la famiglia che vi abita, conferma così la sua appartenenza alla famiglia cristiana.



In Norvegia, è usanza nascondere nel luogo più sicuro della casa le scope, la notte della vigilia di Natale. Secondo la tradizione, in quella notte streghe e spiriti maligni vagano per le città rubando le scope per volare via.



In Colombia il Natale si apre con il Día de las Velitas (il giorno delle candeline): il 7 Dicembre alle ore 7 del pomeriggio, la gente mette candele accese alle finestre, nei giardini o sui balconi, per onorare la Vergine Maria e l'Immacolata concezione.



BEN DI BIO

vasta gamma di PRODOTTI BIOLOGICI



ALIMENTI FRESCI E CONFEZIONATI
PRODOTTI A KM 0



PANE FRESCO BIO



PRODOTTI PER L'INFANZIA

DETERSIVI ALLA SPINA

100%
ECO



ECODETERGENZA E COSMESI

PER TUTTA LA FAMIGLIA

Via Ancona 170 – Ladispoli (RM)
Tel. 06.99222248 – Cell. 347.5215221
www.bendibio.net - bendibioladispoli@gmail.com
Facebook e Instagram Ben di Bio



La Tua Sorgente
d'Acqua Pura
Trattata e Gassata



SISTEMI PER USO
domestico

OSMOSI NATURALE
MACCHINA SOTTOZOCOLO

EROGATORE D'ACQUA OSMOTIZZATA
LISCIA E FRIZZANTE A TEMPERATURA AMBIENTE



SISTEMI **professionali**

SOLUZIONI SU MISURA PER LA TUA ATTIVITÀ
RISTORANTI, BAR, UFFICI
SODASTREAM RICARICABILE



Bombola:

Sodastream 450 gr (vuota per pieno) €11.90

Sodastream 450 gr (senza vuota) €21.90

Usa e Getta 600 gr €15

Ricaricabile 2 kg (vuota per pieno) €20

Ricaricabile 4 kg (vuota per pieno) €25



Tutte le bombole
trattano anidride
carbonica
alimentare
CO2 E290

È POSSIBILE RICHIEDERE IL SERVIZIO A DOMICILIO

FILTRI, RICAMBI, ASSISTENZA SU TUTTE LE MARCHE

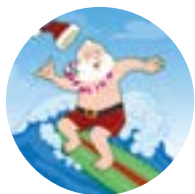
Riparazioni in sede su impianti di tutte le marche,
si eseguono sopralluoghi e preventivi
senza impegno e/o obbligo d'acquisto.

LADISPOLI, VIA LIVORNO 27/D
www.globalwatersolution.it

☎ 339.3904634 - 349.5275373

✉ info@globalwatersolution.it

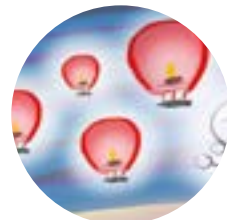
📍 Global Water Solution di Daniele Posa



In Florida, la mattina della Vigilia di Natale migliaia di persone si riuniscono a Cocoa Beach per ammirare le centinaia di surfisti vestiti da Babbo Natale, i Surfing Santas, che cavalcano le onde dell'oceano Atlantico.



Nelle Filippine, la sera del Sabato che precede la vigilia di Natale nella città di San Fernando si festeggia il festival Ligligan Parul Sampernandu. Il cielo si riempie di giganti lanterne, larghe fino a sei metri. Tradizionalmente, partecipano al festival 11 villaggi e la competizione crea nel buio della sera spettacolari giochi di luci caleidoscopiche.



In Islanda esistono tredici babbi Natale! Gli jólasveinar, ossia gli amici del Natale. Ogni anno, tra il 12 e il 24 Dicembre, queste creature scendono dalle montagne e vagano per le strade dei paesi, per la gioia o il timore dei bambini. Ogni notte i bimbi lasciano fuori dalla porta le loro scarpe; se son stati buoni le troveranno colme di dolcetti, altrimenti vi troveranno una bella patata marcita.



L'usanza dei regali di Natale ha origine dalla tradizione dell'Antica Roma di scambiarsi doni augurali durante i Saturnalia, ossia le festività comprese tra il 17 e il 23



Dicembre. Questi doni erano chiamati Strenae, oggi strenne. Il nome deriva da Strenia, dea dell'anno nuovo e della buona sorte. Secondo Varrone, l'usanza di scambiarsi doni fu iniziata dal re sabino Tazio, che per primo colse il ramoscello di un albero da frutto che cresceva nel bosco sacro dedicato alla dea, lungo la via Sacra a Roma.

Moreno Stracci

APERTI TUTTI I GIORNI



FARMACIA Dott. Luigi Demichelis DAL 1934



Con te dal 1934
ogni volta che vuoi
noi ci siamo!



La farmacia
del dott. Demichelis
è rinomata per la continua
innovazione dei prodotti
e dei servizi.



Prodotti per la prima infanzia,
omeopatici, dietetici, fitoterapici,
dermocosmetici,
integratori alimentari,
laboratorio galenico,
medicinali e articoli veterinari.



SERVIZIO FARMARECUP GRATUITO
PER LA PRENOTAZIONE DI VISITE SPECIALISTICHE,
ESAMI DIAGNOSTICI ED ESAMI DI LABORATORIO

RECARSI IN FARMACIA MUNITI DI IMPEGNATIVA
E TESSERA SANITARIA
DAL LUN AL VEN ORARIO 07-20
QUANDO LA FARMACIA È DI TURNO ANCHE LA DOMENICA

Via Ancona, 76 - Ladispoli
tel. 06 99 477 46 - fax 06 99 470 85 - www.farmaciademichelis.com

Dolci natalizi dal mondo



Lussekatter (paste lievitate allo zafferano)



Svezia



INGREDIENTI

50 gr di lievito di birra fresco, 500 gr di latte, 1 gr di zafferano, 130 gr di zucchero semolato, 1 uovo, 200 gr di burro a temperatura ambiente, 800-900 gr di farina 00, 40-60 acini di uva sultanina, 1-2 uova per glassare, un pizzico di sale.

PROCEDIMENTO

In una ciotola capiente, sciogli il lievito nel latte appena tiepido, aggiungi lo zafferano, lo zucchero, il latte, il burro e un uovo.

Mescola bene e poi inizia ad aggiungere la farina un po' alla volta. Quando hai aggiunto circa la metà della farina, metti un pizzico di sale. Continua ad aggiungere la farina e, quando l'impasto risulta abbastanza duro, adagialo su una spianatoia e continua a impastare e aggiungere farina finché il composto sarà diventato sodo e non appiccicoso. Continua ad impastare per una decina di minuti, piegando e ripiegando l'impasto su stesso.

Dividi l'impasto in 20-30 parti uguali. Con le mani, forma dei cordoncini di pasta lunghi circa 25 cm e poi arrotola le due estremità in direzione opposta, formando una S. Adagia i panini su una teglia rivestita di carta forno e lasciali lievitare in luogo tiepido per circa 2 ore.

Scalda il forno a 220° (statico) – 200° (ventilato). Spennella i panini con l'uovo sbattuto insieme a qualche cucchiaino d'acqua, e posiziona un acino di uva sultanina al centro dei due riccioli della S. Inforna per circa 10 minuti (finché i panini non saranno ben dorati). Per sicurezza, dopo 10 minuti sforna un panino, controlla che sia cotto all'interno e aggiusta il tempo di cottura.





**PROFESSIONALITÀ, CORTESIA, ESPERIENZA
AL SERVIZIO DELLA VOSTRA SALUTE**

*a Natale, la Salute
il regalo più bello*

SALUS A.R.

Centro Medico Radiologico
BIOMEDICA

MANT MED

IRMED

GIFA

Alabiso
MEDICINA E LABORATORI
Lab

NUOVA APERTURA

SALUS MEDICAL CENTER
LADISPOLI
VIA ANCONA 94

IRMED CENTRO FISIOTERAPICO
LADISPOLI
PIAZZA I. ODESCALCHI 4

GIFA - POLIAMBULATORIO
CERVETERI
VIA E. SALOMONE 18

☎
06.9949944

🌐
www.grupposalus.net



Makowiec (rotolo di pasta lievitata farcito con semi di papaveri)



INGREDIENTI

Per la pasta: 300 gr di farina 0, 25 gr di lievito di birra fresco, 50 gr di zucchero semolato, 160 gr di latte tiepido, 2 cucchiaini di olio di semi, 1 uovo, un pizzico di sale.

Per il ripieno: 150 gr di semi di papavero, 80 grammi di acqua bollente, 20 mandorle tostate e tritate, 100 gr di zucchero semolato, la buccia di mezzo limone e mezzo arancio.

Per la glassa: 1 uovo e 1 cucchiaino di acqua.

PROCEDIMENTO

Per la pasta: in una cioltola, sciogli il lievito nel latte tiepido, aggiungi lo zucchero, l'uovo, e l'olio.

Aggiungi metà della farina. Quando sarà ben assorbita, trasferisci l'impasto sulla spianatoia, aggiungi il sale e il resto della farina. Lavora l'impasto per circa dieci minuti, piegandolo più volte su se stesso. Forma un panetto e lascialo riposare per 15 minuti.

Per il ripieno: macina i semi di papavero con un macinino per caffè o spezie, aggiungi l'acqua bollente, mescola e lascia che l'acqua sia assorbita.

Aggiungi le mandorle tritate, lo zucchero e la buccia degli agrumi, e mescola bene.

Una volta che la pasta ha riposato, stendila con il mattarello sulla spianatoia finché non raggiunge la dimensione di 30x40 cm circa. Distribuisci il ripieno uniformemente, lasciando liberi un paio di centimetri dal bordo. Arrotola la pasta su stessa, sigilla bene i bordi e trasferisci su una teglia. Copri e fai lievitare in luogo caldo per circa un'ora e mezza.

Porta il forno statico a 180 gradi. Sbatti un uovo con un cucchiaino d'acqua e spennella il pane, e cuocilo per 35 minuti. Se si scurisce troppo durante la cottura, coprilo con un foglio di alluminio.



La TRIACA
ERBORISTERIA

VIA BARI, 39
00055 LADISPOLI - TEL/FAX 06 9911137

FITOCOSMETICA
FIORI DI BACH
CAMELLE SENZA ZUCCHERO
ALIMENTAZIONE NATURALE
LAMPADINE DI CRISTALLI DI SALE
PRODOTTI SPARGIRICI

VASTA SCELTA DI: INFUSI DI FRUTTA,
TISANIERE E DIFFUSORI PER L'AMBIENTE

L'ortica
DEL VENERDI
Speciale Natale





NUOVO PUNTO VENDITA ILLUMINAZIONE - ILLUMINOTECNICA



E.D.A. SRL
ILLUMINAZIONE

Via Anzio, 10/D - 00055 Ladispoli (RM) | Tel. 06 95587587 | E-mail: info@edalluminazione.it
www.edalluminazione.it - IG: [eda_illuminazione](https://www.instagram.com/eda_illuminazione)



Lebkuchen (biscotti al miele speziati)

 Germania

INGREDIENTI

100 gr di burro, 250 gr di miele, 90 gr di zucchero semolato, 90 gr di zucchero di canna, 300 gr di farina 00, 300 gr di farina integrale, 25 gr di mandorle tostate e tritate, 25 gr di nocciole tostate e tritate, 1 cucchiaino di cacao in polvere, 2 uova, 8 gr di ammoniaca per dolci, 2 gr di bicarbonato di sodio, 50 ml di liquore Kirsch o altro liquore secco (acquavita, grappa), 2 cucchiaini di acqua, 15 grammi totali di spezie (cannella, noce moscata, chiodi di garofano, zenzero in polvere e anice stellata, alle quali puoi aggiungere semi di cardamomo e coriandolo, come vuole la tradizione, e un pizzico di pepe).

PROCEDIMENTO

Metti il burro, il miele, lo zucchero semolato e lo zucchero di canna in un pentolino e scalda il tutto a fuoco basso finché non sarà ben disciolto. Lascia raffreddare.

In una ciotola capiente, metti le due farine, le spezie, il cacao le mandorle e le nocciole. Aggiungi il composto di burro e miele e mescola con un mestolo.

Aggiungi le uova leggermente sbattute e mescola. Aggiungi il bicarbonato e l'ammoniaca sciolti in due cucchiaini d'acqua e il liquore. Continua a impastare con le mani per qualche minuto, fino a ottenere una massa soda e ancora leggermente appiccicosa.

Spolvera di farina una spianatoia. Stendi l'impasto a mezzo centimetro e con degli stampini forma i biscotti. Cuoci in forno statico preriscaldato a 170° per circa 15 minuti.

Una volta freddi, i biscotti possono essere glassati (50 gr di zucchero al velo sciolto in 4 cucchiaini di latte) o ricoperti di cioccolato fuso e lasciati asciugare.



Truchas (ravioli ripieni di patata dolce)

 Canarie

INGREDIENTI

Per la pasta: 300 gr di farina 00, 150 gr di acqua molto calda, 30 gr di olio di semi, un pizzico di sale.

Per il ripieno: 2 kg di patate dolci, 100 gr di mandorle tritate, 1 bicchiere di latte, 2 bicchieri di acqua, 1 bicchiere di zucchero semolato, 2 cucchiaini di semi di anice, 1 cucchiaino di cannella, 50 gr di uva sultanina.

Per la cottura: 1 litro di olio di semi, zucchero semolato



PROCEDIMENTO

Per la pasta: In una ciotola, metti la farina, il sale e l'olio. Mescola e poi impasta con l'acqua fino ad ottenere una massa soda, che lavorerai per qualche minuto. Se dovesse risultare troppo dura, aggiungi



uno o due cucchiari di acqua fredda. Avvolgi la pasta nella pellicola e lasciala riposare.

Per il ripieno: metti a bollire le patate sbucciate e tagliate in pezzi grossi in abbondante acqua per circa 30-40 minuti. Una volta che le patate risulteranno morbide, scolale e passale allo schiacciapatate. Lasciale intiepidire in una terrina. Nel frattempo metti l'acqua, lo zucchero e l'anice in un pentolino e lascia cuocere a fuoco basso, finché lo sciroppo non comincerà a diventare ambrato. Togli dal fuoco.

Riprendi la terrina con le patate schiacciate e inizia ad aggiungere gli altri ingredienti: il latte, lo sciroppo di zucchero, la cannella, le mandorle e l'uva sultanina. Mescola bene finché non otterrai un impasto dalla consistenza del purè.

Con il mattarello o con la macchina, stendi la pasta in sfoglie sottili un millimetro. Con un coppapasta tondo da 10 cm, forma dei dischi. Riempi ogni disco con un cucchiaino di ripieno, chiudi a mezzaluna e sigilla i bordi con una forchetta.



Friggi i ravioli in abbondante olio di semi finché non assumono un bel colore dorato. Ancora caldi, passali nello zucchero semolato.



SU WWW.EDIZIONIUNIVERSO.IT

Calo del desiderio? Aumento di peso? Osteoporosi?

Un medico e una naturopata insieme sfidano le false credenze su questi argomenti.

Una guida illuminante per donne di ogni età in cerca di salute, equilibrio ormonale, bellezza, longevità, sessualità soddisfacente.

di **Monica Bertoletti**
e **Roberta Raffelli**





Keke Fa'i - Torta di Banane e Cocco delle Isole

(senza zuccheri, senza cereali e senza latticini)



Samoa

La Keke Fa'i è una torta tradizionale delle Isole Samoa, preparata con banane e cocco.

Nei giorni di festa i samoani preparano l'Umu, una specie di forno costruito sul terreno circondato da rocce, quando le rocce sono abbastanza calde vengono accatastate attorno al cibo che viene avvolto in foglie di banano oppure in fogli di alluminio, altre foglie di banano vengono poi sistemate sul forno per sigillare il calore e cuocere il cibo. Qui vi suggeriamo una versione speciale riformulata da Armonia Paleo con farina di cocco, senza cereali e senza latticini.

INGREDIENTI

per 8-10 porzioni: 250 gr di polpa di banane mature (circa 2 banane); 2 uova; 40 gr di olio di cocco vergine; 3 cucchiaini di miele di acacia biologico; 100 gr di farina di cocco; 30 gr di cocco grattugiato; 120 ml di latte di cocco; 1 pizzico di sale cristallino dell'Himalaya; ½ cucchiaino di bicarbonato di sodio; 1 cucchiaino di vaniglia in polvere;

Per la Glassa al Cioccolato: 50 gr di cioccolato fondente al 85% di cacao; 10 gr (1 cucchiaino allo stato liquido) di olio di cocco vergine

Per la Decorazione: rondelle di banana

PROCEDIMENTO

Tagliare a fette le banane, inserirle in un robot da cucina con le uova, l'olio di cocco fuso, il miele, la farina di cocco, il cocco grattugiato, il latte di cocco, il bicarbonato di sodio, la vaniglia in polvere e il sale. Attivare le lame per qualche minuto fino ad ottenere un composto ben amalgamato.

Versare il composto in uno stampo rotondo in silicone (diametro 20 cm) unto con olio di cocco oppure foderato con carta da forno senza ftalati e cuocere in forno preriscaldato a 170°C in modalità statica per 1 ora, regolandovi con il vostro forno e facendo la prova dello stecchino a cottura ultimata.

Lasciare raffreddare completamente. Preparare la glassa al cioccolato: tritare il cioccolato e far fondere a bagnomaria con l'olio di cocco. Versare la glassa di cioccolato sulla torta, decorare con alcune rondelle di banana e mettere in frigorifero a rassodare. Affettare e servire.

(fonte: armoniapaleo.it)



Dottoressa Anna Maria Rita Masin
Psicologa - Psicoterapeuta Cell. 338/3440405
www.psicoterapeutamasin.it

Cerveteri - via Prato del Cavaliere, 5 - Ladispoli - via Ladislao Odescalchi, 27
Roma - via dei Camillis, 8 (metro Cornelia)

Malva pudding (dolce con salsa calda al burro)



INGREDIENTI

Per il dolce: 130 gr di zucchero semolato, 150 gr di farina 00, 2 uova, 80 gr di latte, 2 cucchiaini di burro, 1 cucchiaino di confettura di albicocche, 1 cucchiaino di bicarbonato, 1 cucchiaino di lievito per dolci, 1 cucchiaino di aceto bianco, un pizzico di sale.

Per la salsa: 100 gr di burro, 100 gr di zucchero di canna, 80 gr di latte.

PROCEDIMENTO

Con delle fruste elettriche, monta le uova con lo zucchero finché il composto sarà ben gonfio e color giallo pallido. Aggiungi il burro fuso, la confettura di albicocche, il latte e l'aceto, e mescola bene.

In un'altra ciotola, setaccia la farina, il sale, il bicarbonato e il lievito.

Sempre usando le fruste, incorpora la farina setacciata al composto liquido, fino ad ottenere una pastella liscia e omogenea.

Imburra una pirofila e versaci il composto. Cuoci in forno statico per 35-40 minuti a 180°.

10 minuti prima di sfornare il pudding, sciogli in un pentolino il burro con lo zucchero. Quando comincia a sobbollire, aggiungi il latte e lascia cuocere per 1 minuto.

Sforna il pudding e, usando una forchetta o un stecchino, pratica dei buchetti arrivando fino in fondo.

Versa sul pudding appena sfornato, la salsa di burro calda e lascia riposare affinché venga assorbita.

Puoi servire il dolce accompagnato con del gelato alla vaniglia.



TIEFFE

La qualità del prodotto

MADE IN ITALY

SCONTO IMMEDIATO IN FATTURA



PRODUZIONE INFISSI LAVORAZIONI IN FERRO

PORTE BLINDATE / PORTE IN LEGNO
INFISSI IN ALLUMINO / INFISSI IN PVC
ZANZARIERE / TENDE DA SOLE

CANCELLI / GRATE
RINGHIERE / PERSIANE BLINDATE

www.tieffeinfissi.com

VIA S. ZOPPO, 14 00062 BRACCIANO (RM)

TEL: 06 9987021 - FAX: 06 99809343

Email: info@tieffeinfissi.com



L'angolo dei giochi di Natale

Puoi aiutare il topo a
raggiungere la stella
attraverso l'albero
di Natale?



AMBULATORIO VETERINARIO

Dir. Sanitario

Dott. De Angelis Pio

Cerveteri (Rm)

Via Soprani Fratelli, 50

Tel./Fax 06 9943155 - Cell. 360 240002

L'ortica
DEL VENERDI
Speciale Natale



CENTRO OCULISTICO
GAROFALO

Un bel gioco di enigmistica per bambini a tema natalizio. E' un crucipuzzle che contiene diverse parole legate al Natale. Dovrete trovare tutte le parole elencate a destra dello schema. Le parole possono trovarsi in tutte le direzioni anche da destra verso sinistra, in diagonale e anche dal basso verso l'alto ma sempre in linea retta. Una volta trovate tutte le parole, le lettere rimaste scoperte vi riveleranno la frase misteriosa.



ALBERO	PALLINE
AUGURI	PANDORO
BABBO	PANETTONE
CAMINO	PRESEPE
DECORAZIONI	REGALI
DESIDERI	RENNE
JINGLE BELLS	SLITTA
MAGIA	VACANZE
NEVE	VISCHIO



- VISITA OCULISTICA COMPLETA**
- CHIRURGIA DELLA MIOPIA CON LASER AD ECCIMERI**
- TERAPIA LASER DELLA RETINA**
- CHIRURGIA AMBULATORIALE DELLA CATARATTA**
- DIAGNOSI PRECOCE GLAUCOMA**
- CURVA TONOMETRICA - PACHIMETRIA**
- TOPOGRAFIA CORNEALE - CAMPO VISIVO**
- DIAGNOSI PRECOCE MACULOPATIE**
- FOTO FONDO OCULARE - OCT - RETINOGRAFIA**
- VISITA ORTOTTICA E STUDIO DELLA MOTILITÀ OCULARE**

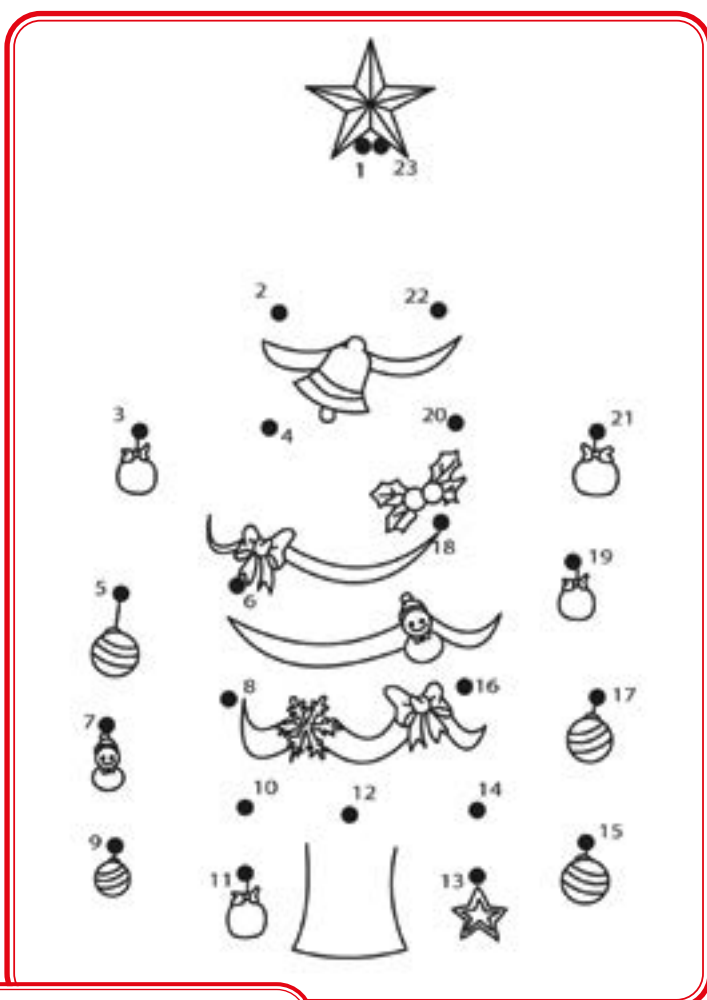
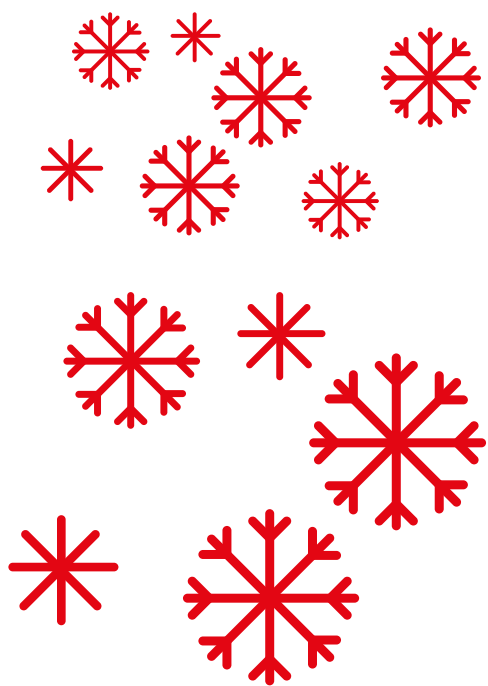
PER APPUNTAMENTO: 329.4586661 - Ladispoli Via Berna 6/A
338/3996983- Roma Via Merulana 88

giocchino.garofalo@uniroma1.it Centro Oculistico Garofalo

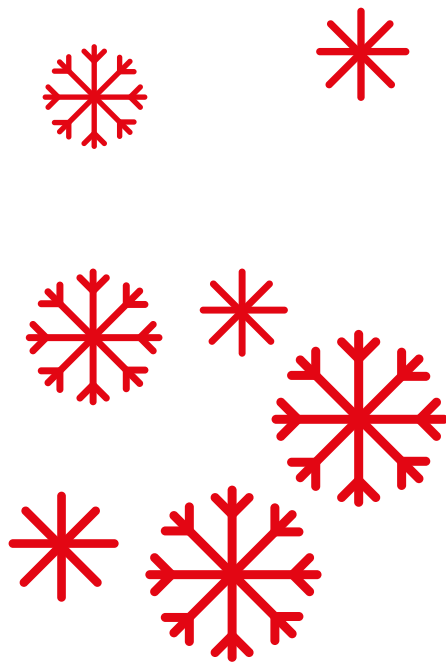
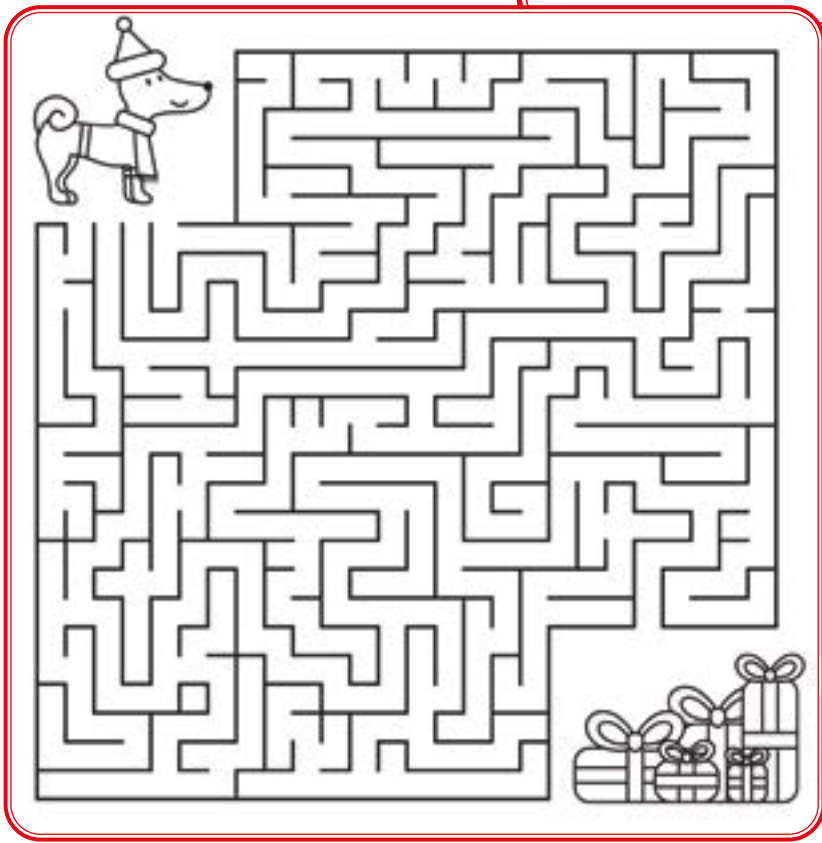
www.gioacchino-garofalo.docvadis.it



Unisci i puntini



Aiuta Pluto a raggiungere i suoi regali



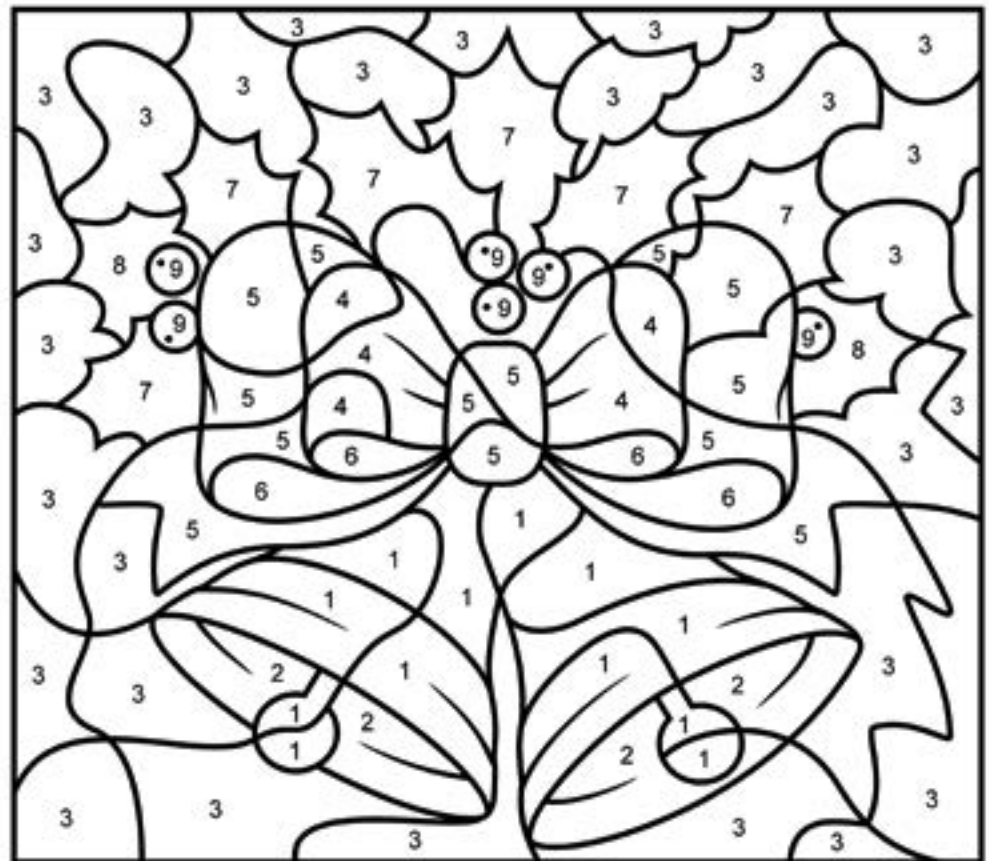


Dottor Riccardo Coco
Psicologo - Psicoterapeuta
Psicoterapie individuali, di coppia e familiari
www.riccardococo.net

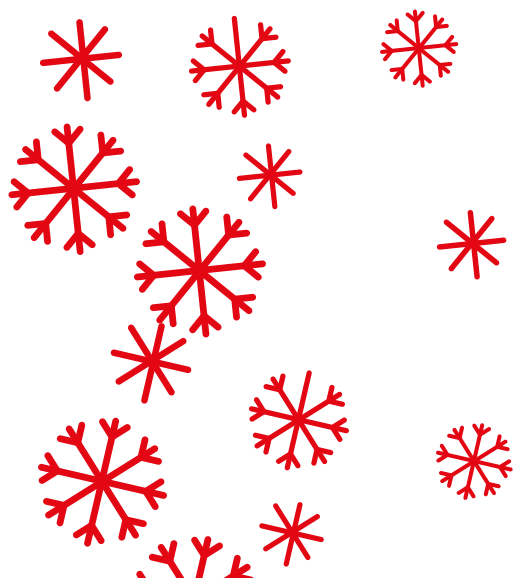
RICEVE PER APPUNTAMENTO
Cell. 3384970924 - Studio professionale: via Livorno 63, Ladispoli



COLORA GLI SPAZI E COMPLETA IL DISEGNO



Trova le 5
differenze



METALVETRO

di Luigi Bonifazi

Infissi in PVC



SCHÜCO 100%

Infissi in Alluminio • Grate e Persiane blindate
Ringhiere e Cancelli • Avvolgibili
Tende da Sole e Cristal
Zanzariere la "Palagina", Italiane al 100%
Vetreteria e Cornici
Vetrare in cristallo a pacchetto
Box doccia su misura

Ladispoli - Via Venezia, 5/A

Tel. 06 99222243

bonifazi4@libero.it - 338.8943790



SERVIZI ATTIVI IN **SICUREZZA**

- > EMOCROMO
- > EMOGLOBINA GLICOSILATA
- > INR
- > HDL/LDL/TRIGLICERIDI/GLICEMIA
- > AST/GOT/ALT/GPT/GGT/CREATININA
- > URINE
- > ANALISI GENETICA DELLA FLORA BATTERICA INTESTINALE BIOMAPLAN

- > HOLTER PRESSORIO
- > HOLTER CARDIACO
- > ECG ADULTI E BAMBINI
VALIDO ANCHE PER ATTIVITÀ SPORTIVA
- > CONTROLLO NEI IN TELEDERMOSCOPIA
- > BIOTRICOTEST
- > MISURAZIONE PRESSIONE
- > NOLEGGIO
AEREOSOL-TIRALATTE-BILANCIA PESA NEONATI-STAMPELLE

È ATTIVO IL SERVIZIO **GRATUITO** DI RITIRO RICETTE E CONSEGNE DOMICILIARI (NON SOLO FARMACI).

NUMERO ABILITATO AL SERVIZIO (ANCHE WHATSAPP) 320.4049960

VIA PELAGALLI 81 - CERVETERI (RM) TEL: 06 99551302 - FAX: 06 99551302

farma.pratocavallieri@tiscali.it - www.farmaciapratocavallieri.it

Farmacia PratoCavallieri Dr.ssa T. Morabito



Alessandra

Antonio

Annalisa

Caterina

Delia

Francesca

Luigi

Luisa

Laura

Lucia

Maria Teresa e Pino

Natalia



Buon Natale

*Buon
Natale*



OTTICAGRILLI

LADISPOLI
PIAZZA MARESCOTTI N°7
TEL 0689520322

LADISPOLI
VIALE ITALIA, 135
TEL 069911152

CERENOVA
LARGO TUSCOLO, 1
TEL 069904740

 otticagrilli.com   OTTICAGRILLI