

Pasqua in Calabria tra alimentazione gite fuori porta e fai da Te

Data: Invalid Date | Autore: Elisa Signoretti



CATANZARO, 28 MARZO 2013- In questi giorni la vasta rete di Campagna Amica-Coldiretti con le sue botteghe, i punti vendita aziendali e gli Agrimercato presenti in tutta la Calabria, registrano un buon gradimento da parte dei cittadini consumatori che acquistano prodotti del territorio a chilometri zero e prenotano per le festività pasquali in particolare prodotti ortofrutticoli, formaggi, salumi e il tradizionale agnello oltre quanto occorre per preparare dolci tipici in casa.

Attingendo dai ricettari della nonna programmano i pasti pasquali da trascorrere nella letizia familiare davanti ad un buon bicchiere di vino anch'esso testimone di cultura e tradizioni storiche. Più di 80 calabresi su 100 trascorreranno fino al giorno di Pasqua le festività in famiglia nelle case dove si registra un significativo ritorno ai fornelli con oltre 100mila calabresi che prepareranno da soli i dolci tipici delle feste. Questo è quanto stima la Coldiretti Calabria nel sottolineare il boom del fai da te casalingo che visti i tempi di crisi evita lo spreco e predilige mangiare con moderazione ma di qualità. Anche l'export agroalimentare calabrese, nazionale ed internazionale, segna un picco di ordinazioni e preferenze, in particolare verso i paesi dove ci sono forti presenze della comunità calabrese che non vogliono farsi mancare in questa occasione, i profumi ed i sapori della loro terra e che contagiano anche l'alimentazione ed il cibo di tanti amici.

Uomini e donne fanno a gara per proporre ricette della tradizione ma anche innovative aspettandosi i complimenti degli altri commensali. In questo periodo oltre ai tradizionali dolci in particolare la

“cuzzupa”, molti, memori dell'appartenenza al fu regno di Napoli, si dedicheranno alla preparazione della pastiera napoletana che batte la colomba ed è un capolavoro napoletano con ricotta, germe di grano e buccia di arancia. Gettonatissimo è anche il consumo di pesce ed anche qui - per Coldiretti Calabria - si preferisce il pesce azzurro che viene pescato nei nostri mari con un ottimo rapporto qualità-prezzo e proprietà nutrizionali.

Per il giorno di Pasquetta i calabresi ma anche i turisti che potranno godere del nostro clima affolleranno i boschi e le località d'arte, molti riproporranno succulenti arrosti alla brace e in tanti si recheranno negli agriturismi e ristoranti sempre all'insegna del “mangiare calabrese”, la maggioranza dei giovani preferirà le tiepide temperature delle località marine.

Il dott. Antonio Gradilone, presidente regionale della S.I.A.S. Calabria (Società Italiana Alimentazione e Sport), raccomanda fortemente di bere comunque con moderazione, fare una leggera attività fisica con passeggiate almeno di 40 minuti all'area aperta e di abbandonare, almeno per queste festività pasquali, gli stressanti ritmi della vita quotidiana. Mangiare sano, mantenersi attivi e rilassarsi – dichiara - non potrà che migliorare il nostro stato di salute. [MORE]

Articolo scaricato da www.infooggi.it

<https://www.infooggi.it/articolo/pasqua-in-calabria-tra-alimentazione-gite-fuori-porta-e-fai-da-te/39623>