

del popolo   
**la Voce**

[www.lavoce.hr](http://www.lavoce.hr)

# PASQUA

Anno XV / n.2 / sabato, 1° aprile 2023

*Il momento  
della rinascita*

**VERALDA**  
WINES FULL OF NATURE

*Buona  
Pasqua*



Veralda p.o. di Luciano Visintin  
Kršín 4, 52474 Brtonigla (Verteneglio) • +385 (0)52 774 111 • info@veralda.hr

[www.veralda.hr](http://www.veralda.hr)

# Pasqua, tutto quello che c'è da sapere

la Voce  
**PASQUA**  
Il momento  
della rinascita  
3 sabato  
1 aprile  
2023

Si celebra di domenica perché nei Vangeli viene riportato che il sepolcro vuoto di Gesù Cristo fu scoperto il giorno successivo al sabato, e la sua data cambia di anno in anno per via del fatto che da quasi 1700 anni viene osservata la domenica successiva al primo plenilunio dopo l'equinozio di primavera

un'usanza tipicamente pasquale: la quaresima, cioè il periodo di quaranta giorni prima della Pasqua nel quale i cristiani sono tenuti al "digiuno ecclesiastico". In questo periodo è vietato mangiare carne. In passato, e tuttora nelle chiese cristiane orientali, era vietato mangiare anche le uova. Era difficile però costringere le galline a non depositare uova, così i primi cristiani si trovavano con un surplus di uova che non potevano mangiare. Dalla necessità di farci qualcosa sarebbe nata la tradizione di bollirle fino a farle diventare dure come sassi, per poi dipingerle con colori sacri e simbolici.

Verso la fine dell'Ottocento, poi, i progressi tecnologici avevano oramai reso possibile unire la tradizione del cioccolato (introdotto in Europa da poco) a quello delle uova regalo pasquali. L'idea venne per la prima volta ai dirigenti della Cadbury, un'azienda dolciaria inglese che esiste tuttora, che nel 1875 creò il primo uovo di cioccolato pasquale vuoto con all'interno una sorpresa. Nel 1905 la Cadbury introdusse un'altra innovazione, le uova di cioccolato al latte (che era stato inventato una trentina di anni prima in Svizzera). Il nuovo prodotto fece un grandissimo successo di vendite, e in poco tempo si diffuse in tutto il mondo.

## I conigli

Oggi il coniglio è assieme all'uovo di cioccolato il simbolo più diffuso della Pasqua. Non è chiaro per quale motivo sia stato negli anni associato a una festività cristiana (nel Vangelo non c'è traccia di conigli, che non sono nemmeno stati adottati come simbolo dalle prime comunità cristiane). Piuttosto, sembra che il coniglio fosse considerato nell'antichità un simbolo di fertilità, e quindi legato all'arrivo della primavera e alle festività pagane ad essa collegate. Poiché Pasqua si festeggia tradizionalmente fra marzo e aprile, a un certo punto il coniglio è passato ad essere adottato anche come simbolo pasquale.

Il 9 aprile si festeggia la Pasqua, la più importante festa religiosa per i fedeli di religione cristiana. La Pasqua celebra la resurrezione di Gesù Cristo, sebbene negli anni l'occasione si sia trasformata in una giornata di festa e riposo anche per i non credenti. Ma se l'origine del Natale è piuttosto intuitiva – è la festa in cui si celebra la nascita di Gesù – l'origine della Pasqua è tuttora più incerta e discussa. La Pasqua si festeggia di domenica perché nei Vangeli viene riportato che il sepolcro vuoto di Gesù Cristo fu scoperto il giorno successivo al sabato, e la sua data cambia di anno in anno per via del fatto che da quasi 1700 anni viene osservata la domenica successiva al primo plenilunio dopo l'equinozio di primavera. Abbiamo messo insieme una piccola guida per fare quelli che la sanno lunga, e per rispondere ad alcune domande che si sono fatti tutti, almeno una volta: che ne è della diretta antenata della Pasqua, e cioè la Pasqua ebraica? E perché nel corso degli anni i suoi simboli più ricorrenti sono diventati i conigli e le uova di cioccolato?

## Le origini

Nei primi secoli molte comunità cristiane festeggiavano la Pasqua – cioè la resurrezione di Gesù – negli stessi giorni in cui veniva celebrata la Pesach, la cosiddetta "Pasqua ebraica". Nel Vangelo di Giovanni c'è scritto che la morte di Gesù avvenne il 14 di Nisan (il mese ebraico a cavallo fra marzo e aprile), il giorno in cui gli ebrei celebrano la liberazione dall'Egitto e che si festeggia durante il primo plenilunio dopo l'equinozio di primavera.

Per rimediare alla sovrapposizione e porre l'accento sulla resurrezione anziché sulla morte di Gesù, nel 325 d.C. si decise nel Concilio di Nicea (la prima assemblea al mondo delle varie comunità cristiane) di festeggiare la Pasqua nella domenica successiva al primo plenilunio dopo l'equinozio di primavera: in questo modo si sarebbe festeggiata in una data variabile ogni anno – compresa comunque fra il 22 marzo e il 25 aprile – in un periodo vicino ma in un giorno diverso dalla Pasqua ebraica. A volte capita comunque che Pasqua e Pesach si festeggino quasi nello stesso giorno: è il caso del 2015, in cui cadono rispettivamente il 5 e il 4 aprile. La celebrazione della Pesach ("passaggio", in ebraico), è prevista dalla stessa Bibbia nel

Libro dei Numeri ("E il primo mese, il quattordicesimo giorno del mese, sarà la Pasqua del Signore"). Tradizionalmente è il giorno in cui gli ebrei credono che sia avvenuta l'uccisione da parte di Dio di ogni primogenito egiziano durante il periodo di schiavitù degli ebrei in Egitto. Come raccontato nella Bibbia, in quel giorno gli ebrei avrebbero dipinto le porte delle proprie case con del sangue d'agnello per segnalare a Dio che in quella casa non c'erano primogeniti egiziani da uccidere: per questo si celebra il "passare oltre" di Dio nei confronti delle case degli ebrei (e per questo durante la cena si mangia anche una zampa di capretto). Per gli ebrei il Pesach è oggi un'occasione per celebrare la liberazione dalla schiavitù e in generale la resistenza sotto il dominio egiziano. Il momento più importante del Pesach è il seder, la prima delle due cene in cui si celebra il Pesach, fatto di riti e preghiere piuttosto rigide e complicate: fra le altre cose è prevista la lettura dello Haggadah, una raccolta di omelie rabbiniche sulla liberazione di cui esistono diverse edizioni (fra cui una recentissima curata dallo scrittore americano Jonathan Safran Foer). Nei sette giorni successivi al Pesach gli ebrei non possono inoltre mangiare cibi lievitati, in ricordo del fatto che gli ebrei abbandonarono l'Egitto così rapidamente da non poter far lievitare il pane da portare in viaggio.

Così come la Pasqua per i cristiani, negli anni il Pesach è diventata una festività osservata anche dagli ebrei non praticanti (o secolari): circa il 40 per cento degli ebrei secolari americani, per esempio,

festeggia il Pesach partecipando al seder.

## Chi la festeggia?

Poiché la credenza nella resurrezione di Gesù è alla base di tutte le confessioni cristiane, la Pasqua viene rispettata anche dai mormoni o dagli ortodossi, per esempio, sebbene con qualche variazione. Questi ultimi per esempio la festeggiano in una data diversa poiché seguono ancora il calendario giuliano, entrato in vigore nel 46 a.C. grazie a Giulio Cesare. Anche per gli ortodossi Pasqua cade la domenica che segue il giorno in cui si verifica la luna piena a partire dall'equinozio di primavera, che anche loro fissano il 21 marzo. Il guaio è che il 21 marzo giuliano non corrisponde a quello gregoriano (cioè il calendario in uso nell'Occidente), e quindi può capitare che gli ortodossi festeggino la Pasqua in una data diversa dai cattolici. Ogni Paese, inoltre, ha le proprie tradizioni per quanto riguarda i festeggiamenti: in Sud America vanno molto le piñata, contenitori colorati pieni di dolci che i bambini devono rompere con un bastone. In Scozia e in altri paesi del nord Europa, per esempio, vengono bruciati dei falò all'aperto su modello di alcuni antichi riti dei Sassoni. Uno dei festeggiamenti più noti al mondo è quello che si tiene ogni anno nel giorno di Pasquetta alla Casa Bianca: è l'Easter Egg Roll, la corsa con le uova (bollite e decorate) che i bambini fanno rotolare sul prato servendosi di una sorta di mestolo con un lungo manico. È una tradizione di Washington che esisteva già nell'Ottocento, ma che a un certo

punto fu messa a rischio da una legge del Congresso americano che nel 1876 vietò ai bambini di praticarla nei prati della Casa Bianca, poiché avrebbero rovinato l'erba del palazzo. Ancora nel 1878, un articolo del Washington Post metteva in guardia i bambini di Washington dal praticare l'Easter Egg Roll nei pressi della Casa Bianca. Nell'aprile del 1878, l'allora presidente Rutherford B. Hayes decise però di consentire che i bambini giocassero nei pressi della Casa Bianca, ignorando la legge del Congresso.

## È la festività più importante per i cattolici

In pratica, Pasqua è più importante del Natale perché i cristiani ritengono più importante la resurrezione di Gesù piuttosto che la sua nascita, festeggiata durante il Natale. La risurrezione di Gesù è infatti uno dei punti chiave della fede cristiana: per la Chiesa cattolica, per esempio, chi frequenta la messa ma ritiene che Gesù non sia risorto non può essere considerato un credente. Il successo "culturale" del Natale rispetto alla Pasqua è dato dal fatto che il primo ha avuto la fortuna di saldarsi a una ricorrenza pagana già esistente (cioè quella di dare regali ai bambini, attestata in Germania prima dell'introduzione del Cristianesimo e poi attribuita più avanti a San Nicola).

## Le uova di cioccolato

I primi cristiani, per ricordare il sangue di Gesù Cristo, durante la Pasqua usavano pitturare le uova di rosso e le decoravano con croci o altri simboli (una tradizione che dura ancora oggi nei paesi ortodossi e cristiano-orientali). La simbologia dell'uovo per i primi cristiani era abbastanza evidente: dall'uovo nasce la vita, che a sua volta veniva associata con la rinascita di Gesù e quindi con la Pasqua. Secondo alcuni studi la tradizione delle uova pasquali venne però rafforzata da



la Voce  
**PASQUA**

Anno XV / n.2 / sabato, 1 aprile 2023  
GLI SPECIALI DE "LA VOCE DEL POPOLO"  
a cura di Errol Superina

Edizione **TUTTO PASQUA 2023**

Direttore  
Errol Superina  
Caporedattore responsabile  
Christiana Babic  
Marketing  
Iva Superina (caposettore) e Monica Ivančić  
Collaboratori  
Damir Cesarec, Patrizia Chiepolo e Carla Rotta

Redattori esecutivi  
Virna Baraba e Mauro Bernes  
Redattori grafici  
Sanjin Mačar, Vanja Dubravčić  
e Borna Giljević  
Foto  
Roni Brnjalj, Shutterstock, Pixsell e archivio

la Voce  
**PASQUA**  
 Il momento  
 della rinascita  
 4 sabato,  
 1 aprile  
 2023

# IN CROAZIA Tradizione consolidata

futura suocera preparerà allora un impasto a forma di treccia in cui inserire un uovo sodo. Dato che le uova sode si conservano bene, potresti considerarle come un'aggiunta semplice e nutriente alla tua prossima lista di cibo da campeggio.

## Battaglia delle uova

Durante la colazione di Pasqua tutti si divertono con un gioco tradizionale e esilarante chiamato "tucanje jaja" (battaglia delle uova). Tu e il tuo avversario scegliete il vostro uovo migliore - ci sono alcune abilità coinvolte in questo gioco e i giocatori esperti conosceranno alcuni trucchi. Ognuno di voi tiene il proprio uovo verticalmente e l'uovo superiore batte leggermente l'uovo inferiore. L'uovo che si rompe perde, mentre quello che rimane intero vince. Il vincitore di solito sfida tutti gli altri giocatori intorno al tavolo. Un trucco segreto è usare un uovo di legno, così vinci sempre. Un'altra variante del gioco è picchiare qualcuno con l'uovo sulla fronte. Questo di solito è fatto tra fratelli e sorelle.

## Uova giganti

Nella città di Koprivnica, nella parte settentrionale della Croazia, le uova di Pasqua giganti vengono tradizionalmente esposte nell'ambito di una mostra all'aperto chiamata "Pisanica od srca" (Uovo di Pasqua dal cuore). Queste uova impressionanti sono alte più di 2 metri e larghe 1 metro, accuratamente dipinte da artisti come simbolo di amicizia e gioia della Pasqua. Inoltre, vengono anche dati in dono da esporre in tutto il mondo e papa Benedetto XVI ne ha ricevuto uno in Vaticano. Dipinte a mano, uova di Pasqua giganti circondate da un recinto si trovano anche di fronte alla Cattedrale di Zagabria.

## Il menu pasquale

Il Venerdì santo è il giorno della Quaresima, di solito riservato al pesce e ad altro cibo a basso contenuto di grassi. Il giorno seguente, i credenti vanno alla Santa Messa portando con sé cestini pieni di cibo da benedire e mangiare il mattino di Pasqua. La domenica di Pasqua è riservata a una festa che dura tutto il giorno, ricca di delizie preparate secondo la tradizione. Gli istriani godranno di "jajarice", in dialetto veneto dette titole o a Fiume siseri, trecce di pane con sopra un uovo colorato. Nella parte settentrionale dello Zagorje troverai il "vrtanji", un tipo di pane salato fatto con l'acqua rimasta dalla cottura del prosciutto di Pasqua. I "bagel" della Slavonia sono dei semplici panini fatti solo da tre ingredienti: uova, farina e un po' di sale. Gli ingredienti base in tutto il Paese sono: uova sode, prosciutto cotto, pane dolce chiamato pinza con un taglio a croce sulla superficie, cipollotti, ravanelli e rafano. Inoltre, si prepara una grande ciotola di insalata Olivier o come la chiamiamo in croato, l'insalata francese. Sebbene nessuno abbia fame a pranzo, a causa dell'abbondante colazione, ci sarà comunque una grande festa a base di carne, leggermente diversa da una regione all'altra.

In Croazia, la Pasqua è una festività molto importante e ci sono varie tradizioni relative a questo periodo dell'anno. Dalla tradizionale processione e Santa Messa all'enorme quantità di cibo delizioso. Tutto è dedicato a riunire la famiglia, celebrare la vita, l'amore e l'abbondanza e onorare la risurrezione di Gesù. Se vuoi saperne di più sulla Pasqua in Croazia, quali sono i giorni di chiusura, quali sono le festività e perché in Croazia si festeggia la Pasquetta, ecco la guida preparata di camping-simuni.hr su come apprezzare al meglio questo periodo dell'anno e cosa non perdere.

La decorazione delle uova di Pasqua è molto popolare in Croazia. Come per tutte le altre festività importanti, la ricca cultura di questo piccolo Paese fa sì che ci siano tradizioni diverse e uniche in Croazia. Le tradizioni pasquali variano da regione a regione, ma colorare le uova è comune in tutto il Paese. Tali uova sono conosciute in Croazia con il nome di "pisanica". Ci sono numerose tecniche diverse di colorare e decorare "pisanice" e oggi molte persone sceglieranno una soluzione rapida e acquisteranno semplicemente coloranti per uova già pronti e adesivi con motivi tradizionali pasquali come coniglietti pasquali, galline, fiori, croci e colombe.

## Decorazione delle uova

Il metodo tradizionale consiste nell'usare pigmenti naturali, di solito di verdure e altre piante, e decorare le uova con foglie e fiori appena raccolti. Ci sono molti colori tra cui scegliere, ma il colore più comune usato per decorare le uova è il rosso, dalla buccia di cipolla. Più bianco è l'uovo originale, più intenso sarà il colore finale, tuttavia, le uova bianche non sono molto comuni in Croazia.

Altri pigmenti naturali comuni sono: verde - diverse piante dai colori vivaci come spinaci e prezzemolo; marrone - caffè, gusci di noce, tè nero; giallo e arancione - carote, peperoncino in polvere, peperone rosso, zafferano, curcuma; blu - cavolo rosso, cipolle viola, uva nera, mirtilli; rosso e rosa - barbabietola, mirtilli rossi, melagrana, uva rossa.

Se vuoi provare a colorare e decorare le uova di Pasqua nel modo tradizionale croato, puoi farlo facilmente a casa. È molto economico e semplice da fare e i risultati sono bellissimi. Puoi semplicemente far bollire le uova con i pigmenti a tua scelta, ma puoi anche provare una versione leggermente più complicata per creare stampe di foglie e fiori sulle uova. Ciò che ti serve è: pigmento



a scelta, 10-12 uova, pentola ampia, foglie di fiori per decorare, calze di nylon, corda, aceto bianco, un po' di olio o grasso. Prendi una buona quantità di bucce di cipolla (o qualsiasi pigmento che ti piace), mettile in acqua fredda nella pentola e fai bollire le bucce mentre prepari le uova. Quindi, posiziona le tue decorazioni preferite, ad esempio foglie di prezzemolo o di tarassaco sulle uova, mettendo una foglia su

ogni uovo, inserendo l'uovo in una calza di nylon e fissando tutto con una corda. Rimuovi la pentola dal fuoco e lasciala raffreddare un po', aggiungi un cucchiaino di aceto e metti con cura ogni uovo nell'acqua. Fai bollire le uova a fuoco basso per circa mezz'ora. Lascia raffreddare completamente le uova nell'acqua pigmentata e infine strofinale con un po' di olio o pancetta per un aspetto più splendente. Tutto ciò che resta da fare è mettere le

tue bellissime uova in un cestino sull'erba o sul fieno e offrirle ad amici e familiari.

## Regalare le uova

Le famiglie di solito preparano una grande quantità di uova di Pasqua, sufficiente per tutti gli amici, i vicini e i parenti. È consuetudine scambiarsi le uova come simbolo d'amore e rispetto. A Ragusa (Dubrovnik), una ragazza fidanzata regalerà le uova al suo futuro marito e la sua



Le uova giganti di Koprivnica



Le intramontabili "makovnjača" e "orehnjača"



L'immane "pinza"



Le "jajarice" istriane



## Domenica delle Palme... con un ramoscello d'ulivo

Nel Cristianesimo, la Domenica delle Palme è la domenica che precede la Pasqua. In questo giorno si ricorda il trionfale ingresso a Gerusalemme di Gesù, in sella a un asino e osannato dalla folla che lo salutava agitando rami di palma; la gente, radunata dalle voci dell'arrivo di Gesù, stese a terra i mantelli, mentre altri tagliavano rami dagli alberi intorno, e agitandoli festosamente gli rendevano onore. Nell'attuale calendario liturgico del rito romano essa è detta anche domenica De Passione Domini (della Passione del Signore).

### Qual è il significato della palma?

La palma è simbolo di trionfo, acclamazione e regalità. Il suo significato è sinonimo di vittoria, rappresenta l'ascesa, la rinascita e la conquista dell'immortalità. Si tratta inoltre di un'allegoria dell'araba fenice, che risorge dalle sue ceneri, e dell'albero della vita, il simbolo dell'immortalità dell'anima.

Ma perché la Domenica delle Palme, che dà il via alla Settimana Santa, viene chiamata così se ai fedeli vengono distribuiti rami d'ulivo? La spiegazione è molto semplice. In molti Paesi dove si celebra la Pasqua non è presente l'albero della palma, mentre invece è molto diffuso l'ulivo. Ad avvalorare questa spiegazione basti pensare che nei Paesi nordici, dove non ci sono uliveti, al posto dell'ulivo si utilizzano foglie e fiori intrecciati.

### Il simbolo cristiano

Nella religione cristiana l'ulivo ha molte simbologie. La più antica è quella narrata nell'Antico Testamento: calmatosi il diluvio universale, una colomba portò a Noè un ramoscello d'ulivo, per annunciargli che la Terra e il cielo si erano riconciliati. Il ramoscello d'ulivo è dunque simbolo della rigenerazione perché, dopo la distruzione causata dal diluvio, la terra tornava a fiorire. Allo stesso tempo divenne anche simbolo di pace, perché attestava la fine del castigo e la riconciliazione di Dio con gli uomini.

Nel Nuovo Testamento ci sono molti episodi legati all'ulivo. Gesù fu ricevuto calorosamente dalla folla che agitava foglie di palma e ramoscelli d'ulivo. Nell'Orto degli Ulivi passò le ultime ore prima della Passione. La Domenica delle Palme l'ulivo rappresenta Cristo stesso che, con il suo sacrificio, diventa strumento di riconciliazione e di pace per l'umanità.

L'ulivo è considerato una pianta sacra anche per il suo frutto, le olive, dalle quali viene ricavato l'olio. L'olio d'oliva è il Crisma che viene utilizzato nelle liturgie cristiane (battesimo, cresima, estrema unzione) e anche nella consacrazione dei nuovi sacerdoti.

Donare un ramo d'ulivo è sempre un omaggio prezioso e gradito per manifestare i migliori auguri, ma è anche una bella pianta con la quale possiamo decorare la casa e la tavola nel periodo pasquale. Ed è tradizione che, il giorno di Pasqua, la tavola imbandita venga benedetta proprio con i ramoscelli d'ulivo. Inoltre potete appendere un rametto d'ulivo sopra l'uscio: sarà simbolo di pace e accoglienza per chi varcherà la soglia della vostra casa.

la Voce

PASQUA

Il momento  
della rinascita

5 sabato  
1 aprile  
2023



Restaurant  
since 1988

# Buona Pasqua

tel. +385 52 445 197

O. M. Tita 1a - 52450 Vrsar (Orsera)

info@restoran-trost.hr

Parcheggio assicurato

www.restoran-trost.hr

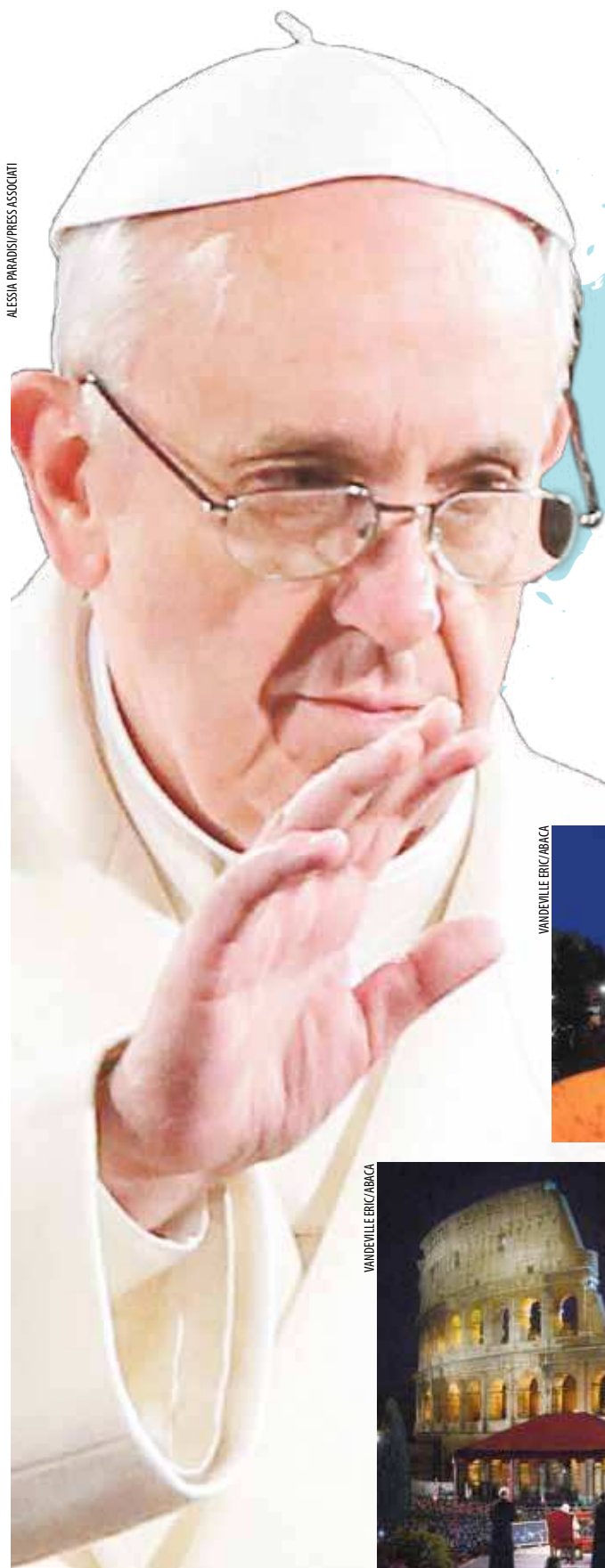




# Buona Pasqua

Sretan Uskrs / Vesele velikonočne praznike





IL PONTEFICE

# Settimana Santa senza il Papa?

la Voce  
**PASQUA**  
Il momento  
della rinascita  
7 sabato  
1 aprile  
2023

*Inizia domani con la processione e la messa della Domenica delle Palme in piazza San Pietro. Ma dopo il ricovero esiste la possibilità che Bergoglio debba rinunciare ai riti tradizionali*



VANDEVILLE/ERIC/ABACA



VANDEVILLE/ERIC/ABACA



ALESSIA PARADISI/PRESS ASSOCIATI

**I**l ricovero di Papa Francesco avvenuto mercoledì scorso a causa di un'infezione respiratoria, mette in serio rischio la presenza del Pontefice alle celebrazioni per Pasqua. La Settimana Santa concentra infatti alcune delle celebrazioni più rilevanti di tutto l'anno. Quando a Roma si riversano flussi di fedeli, e di turisti, per assistere ai momenti che scandiscono l'arrivo della Pasqua. E che, quest'anno, potrebbero assistere a una scena insolita. Al momento è difficile prevedere se per la prossima settimana Bergoglio sarà in grado di essere presente. Nel corso dell'anno passato, quando a causa del problema al ginocchio gli è stato consigliato di non sostenere lunghe cerimonie, il Papa era presente, ma ha lasciato presiedere il cardinale Giovanni Battista Re, decano del collegio cardinalizio. Potrebbe essere questa la soluzione per la Settimana santa.

Dopo la messa del crisma, il giovedì santo, 6 aprile, il Papa solitamente si reca in un carcere, o in un istituto di cura, per la messa "in coena Domini", con la tradizionale lavanda dei piedi. L'anno scorso andò all'istituto penitenziario di Civitavecchia. Il Venerdì Santo, dopo la messa che rievoca la passione del Signore, si svolge al Colosseo il tradizionale rito della Via Crucis. Non è ancora noto a chi, quest'anno, il Papa ha affidato le meditazioni. L'anno scorso Francesco volle, in una delle stazioni, una donna ucraina e una donna russa, due amiche, che

ressero insieme la croce. Scelta profetica, che non tutti gradirono. Sabato 8 aprile alle 19.30 inizia a San Pietro la cerimonia della veglia pasquale. Infine, la messa di Pasqua alle 10 di domenica, e poi, a mezzogiorno, la tradizionale benedizione "urbi et orbi", alla città e al mondo, occasione per passare in rassegna le tante aree di crisi, di guerra, di povertà, e formulare un augurio di pace a tutti i Paesi del mondo. La folla di fedeli, raccolta all'interno del colonnato di Piazza San Pietro, ascolta il Papa. Nella speranza che Francesco si rimetta.

## La passione di Gesù nell'anfiteatro

La Via Crucis ha un profondo legame con un luogo che si protende nel cuore di Roma. Questo luogo è il Colosseo, teatro nell'era dell'Impero Romano di spettacoli crudeli con bestie e gladiatori dove è stato versato il sangue dei primi martiri. La loro testimonianza si lega a quella di tanti cristiani che, in altri frangenti della storia e anche in questo nostro tempo, hanno dato la loro vita per Cristo. La passione di Gesù si rivive nel Colosseo a partire dal XVIII secolo. Nell'Anno Santo del 1750, indetto da Papa

Benedetto XIV, vengono erette in questo luogo 14 edicole e una grande croce. Ma la pratica della Via Crucis con 14 stazioni ebbe origine in Spagna almeno un secolo prima, portata poi in Italia dal francescano padre Salvatore da Cagliari, che fece erigere nel convento delle Croci di Firenze una Via Crucis. Ma fu fra Leonardo da Porto Maurizio a introdurre le meditazioni a ogni stazione. Per volontà di Papa Benedetto XIV, il 19 settembre del 1756 il monumentale anfiteatro viene consacrato alla memoria della

Passione di Cristo e dei martiri. Duecento anni dopo, nel 1959, Giovanni XXIII ripristina il rito della Via Crucis al Colosseo, poi ripreso da Paolo VI nel 1964 che al termine della Via Crucis si soffermò su due aspetti della "scena del mondo su cui si proietta la luce della Croce". Uno di questi aspetti "è la sofferenza umana". Alla luce della croce "il dolore (possiamo intendere ogni miseria, ogni povertà, ogni infermità e perfino ogni debolezza, cioè condizione della vita che sia deficiente e bisognosa di rimedio) appare stranamente assimilabile alla Passione di Cristo". "Un altro aspetto, riflesso dalla Croce di Cristo, sulla faccia della terra, è la pace".

La trasmissione in mondovisione della Via Crucis al Colosseo arrivò invece nel 1977, la prima a colori. Giovanni Paolo II affidò le meditazioni non solo a religiosi, ma anche a personalità della cultura e a laici. Al termine della Via Crucis del 28 marzo 1997 Papa Wojtyła ricorda che il Colosseo "è legato nella memoria popolare al martirio dei primi cristiani". Questo luogo della Roma antica è quindi "particolarmente adatto per rivivere, di anno in anno, la passione e la morte di Cristo". Nel giorno del Venerdì Santo del 2012 dopo aver rievocato, nella meditazione, nella preghiera e nel canto, il cammino di Gesù sulla via della croce, Benedetto XVI sottolineò che "l'esperienza della sofferenza segna l'umanità, segna anche la famiglia".

VANDEVILLE/ERIC/ABACA



la Voce  
**PASQUA**  
Il momento  
della rinascita  
8 sabato,  
1 aprile  
2023

di Damir Cesarec

Circa il 19% del PIL nazionale ricade sul turismo, il che colloca la Croazia ai vertici dell'Unione europea tra i Paesi più dipendenti dall'industria dei viaggi. Dati e statistiche indicano come il comparto si sia ripreso piuttosto in fretta dopo il biennio 20-21 vissuto in apnea a causa dell'emergenza sanitaria provocata dall'epidemia da Covid-19, tant'è che il 2022 ha quasi raggiunto i livelli pre-pandemia per quanto riguarda presenze e pernottamenti. Ma è la voce ricavi a far esultare gli operatori del settore essendo stata superata per la prima volta la soglia dei 13 miliardi di euro. Tra le Regioni che trainano il comparto c'è quella litoraneo-montana, che per presenze e pernottamenti è seconda soltanto alla vicina istriana e alla spalatino-dalmata.

L'inizio della stagione turistica in Croazia coincide con il ponte di Pasqua quando si registra il primo significativo flusso di arrivi. Per l'Ente del turismo del Quarnero, e la sua direttrice Irena Peršić Živadinov, un test molto indicativo per capire come andrà ad articolarsi la stagione turistica 2023.

**Partiamo dai numeri dello scorso anno: presenze e pernottamenti?**

“Il 2022 è stato un anno caratterizzato dall'incertezza legata alle ben note vicende geopolitiche, che possono avere un forte impatto sulla stagione turistica. Alla fine però l'abbiamo chiusa con ottimi risultati. Negli alloggi commerciali, quindi alberghi, campeggi e affittacamere privati, è stato registrato un aumento dell'1% rispetto al 2019, che fin qui era stato l'anno record. Stiamo parlando di 15,5 milioni di pernottamenti, ma se a ciò aggiungiamo pure gli alloggi privati, dunque le case vacanza, arriviamo a oltre 18 milioni di pernottamenti. Per quanto riguarda invece le presenze, queste sono state di poco superiori ai 3 milioni. C'è stato inoltre un incremento del 30% dei pernottamenti nelle strutture ricettive a cinque stelle. È evidente quindi che gli investimenti fatti in passato nell'elevazione degli standard di qualità stanno ora dando i loro frutti”.

**In termini di ricavi, di quali cifre parliamo?**

“Non avendo un modello di calcolo per tale indice è difficile quantificarlo”.

**Qual è l'impatto del turismo sul PIL della Regione?**

“Incide per circa il 20%”.

**Non crede che siamo troppo dipendenti dal turismo e che un evento imprevedibile, come lo è stata la pandemia, possa avere un impatto devastante in termini economici?**

“È chiaro che un'economia in larga misura dipendente dal turismo presti il fianco a questo tipo di rischi. La verità è che il turismo è un settore altamente sensibile a diversi fattori. Lo abbiamo visto con la pandemia, con l'aggressione russa dell'Ucraina e più in generale dipende anche dalla situazione economica negli altri Paesi. Questi sono tutti elementi sui quali non possiamo influire. Finché le cose vanno bene uno non ci pensa, però sotto il profilo macroeconomico è ovvio che sarebbe necessaria una maggiore diversificazione tra le varie attività economiche”.

**Che cosa indicano le stime per il 2023?**

“Nel bimestre gennaio/febbraio abbiamo registrato un incremento del 40% di pernottamenti rispetto al 2019. Stiamo concentrando i nostri sforzi nel richiamare gli ospiti soprattutto nei periodi di bassa stagione. A tal proposito, negli ultimi dieci anni c'è stato un aumento di oltre il 100% in bassa stagione. Un altro aspetto molto significativo è che nonostante un generale rincaro dei prezzi, dovuto soprattutto agli investimenti fatti, il turista non bada a



Una comitiva di turisti ad Abbazia



Un giro in bicicletta per la riva di Lussinpiccolo



La spiaggia di Sabličevo a Pečine

**La direttrice dell'Ente per il turismo regionale sulle prospettive per quest'anno e i nuovi trend. «Oggi i viaggi sono più brevi ma più frequenti. Attività outdoor, gastronomia e wellness i nostri punti di forza»**

spese. C'è una forte domanda, ma la cosa fondamentale è che la qualità vada sempre di pari passo con il prezzo”.

**Oltre a sole e mare, quali sono gli altri punti di forza della nostra Regione?**

“Stiamo insistendo in particolare sull'ampliamento dell'offerta outdoor dato che in seguito alla pandemia è cresciuta in maniera esponenziale l'esigenza di svolgere attività all'aperto. Qui il nostro punto di forza sono gli oltre 5.000 chilometri di sentieri, sia per il trekking che da percorrere in bici. La gastronomia riveste un ruolo altrettanto importante. Alcuni dei migliori ristoranti del Paese si trovano proprio nel Quarnero. Puntiamo fortemente sulla cucina locale e infatti assieme a ristoratori e produttori vinicoli stiamo brandizzando numerosi prodotti del territorio. E poi c'è il turismo sanitario. Anche in questo caso lavoriamo in sinergia con le varie strutture proponendo una vasta offerta soprattutto di pacchetti benessere, sia in alta che in bassa stagione”.

**Che cosa cerca oggi un turista?**

“Di vivere un'esperienza. Perché in fondo il turismo è proprio questo, un'esperienza. È nostro compito pertanto offrirgli

qualcosa di diverso, che ricorderà a lungo, un qualcosa che non ha mai visto o provato prima. Nella creazione di offerte e prodotti partiamo proprio da questo presupposto”.

**Quanto spende mediamente un turista durante la sua vacanza nella nostra Regione?**

“In alta stagione 83 euro al giorno, in bassa oltre 120. I consumatori più 'generosi' sono quindi quelli che arrivano in bassa stagione”.

**Come e in quale misura sono cambiati i trend negli ultimi 20 anni?**

“Sono cambiati sensibilmente. Innanzitutto è finita l'epoca delle lunghe ferie, tant'è che oggi i viaggi sono più brevi ma in compenso più frequenti. Sono svariate le cose che possono richiamare un turista. Ad esempio, se organizzzi un grande evento legato al ciclismo sei sicuro di attrarre moltissimi appassionati che verranno a seguirlo o a parteciparvi. Altresì, se un ristorante entra in una prestigiosa guida ci saranno tanti amanti della cucina che vorranno provare le specialità locali, magari concedendosi un weekend gastronomico. Oggi il mercato è molto più circoscritto rispetto al passato

e tra l'altro anche noi lavoriamo più a stretto contatto con le riviste specializzate, che hanno un'alta tiratura. Ciò ci permette di conoscere nel dettaglio gli interessi e le esigenze degli ospiti e quindi di sapere esattamente che cosa offrirgli”.

**Anche i numeri di Fiume sono in costante crescita: da un anonimo luogo di transito oggi si sta trasformando in un centro sempre più inserito all'interno di quello che viene definito turismo urbano.**

“Sicuramente un evento come la Capitale europea della cultura, seppur condizionato dalla pandemia, ha dato un notevole contributo in termini di visibilità richiamando in città persone interessate alla sua storia, nonché al suo patrimonio culturale e industriale. Come spiegato poc'anzi, si tratta di soggiorni brevi, ma in compenso parliamo di un nuovo profilo di ospiti rispetto al passato. Naturalmente ciò ha contribuito anche ad aumentare il numero di strutture ricettive”.

**Una delle priorità è il passaggio dal turismo di massa a quello sostenibile: a che punto è questo processo?**

**IRENA PERŠIĆ ŽIVADINOV**

«Quarner  
esperien»





ZELINO FERNEC



Un gruppo di giovani a bordo di un traghetto della Jadrolinija



RONI BRVALJ

ro, magica  
za»

La direttrice dell'Ente turistico del Quarnero, Irena Peršić Živadinov



A disposizione degli interessati ci sono 5mila km di sentieri per il trekking o da percorrere in bici

GORAN ŽIVONIC

“In realtà il Quarnero non è mai stata una destinazione caratterizzata dal turismo di massa. E tale vuole rimanere. Ecco perché stiamo insistendo sull'aumento della qualità. Ma non è facile ed è una lotta continua perché i numeri sono in costante crescita e i flussi di turisti sempre più massicci. Basti pensare agli sterminati incolonnamenti che si formano d'estate lungo il ponte di Veglia. L'obiettivo è dunque aumentare la qualità e al tempo stesso abbassare la quantità. Per farlo è essenziale spalmare gli arrivi su tutti i 12 mesi dell'anno. Insistiamo in particolare su outdoor, gastronomia e benessere perché questo tipo di ospiti arriva proprio in bassa stagione. E direi che siamo sulla buona strada avendo aumentato di oltre il 100% in dieci anni i pernottamenti in bassa stagione”.

**Ogni anno la Croazia è costretta a fare i conti con una grave carenza di personale nel settore turistico: com'è invece messa la nostra Regione sotto questo punto di vista?**

“La mancanza di personale è una delle problematiche più impellenti e interessa tutto il Paese in maniera piuttosto uniforme. Parliamo tanto dell'aumento



GORAN ŽIVONIC

Il golf per il turismo è un asso nella manica

della qualità, ma per far passare una struttura ricettiva da tre a cinque stelle qualcuno questo lavoro lo deve pur fare. Avendo una maggiore tradizione nel settore del turismo rispetto ad altre parti del Paese possiamo contare su una scuola alberghiera e su una Facoltà dove formare il personale, ma ciò non è comunque sufficiente. Poi è chiaro che anche le condizioni di lavoro e gli stipendi devono essere adeguati. Inoltre, molti purtroppo si sono trasferiti all'estero ed è ora difficile convincerli a rientrare”.

**Due importanti assi nella manica sono i due golf resort che stanno nascendo a Punta Croce, nel sud dell'isola di Cherso, e a Bersezzo: una prima tempistica sulla loro apertura?**

“Di mezzo c'è la parte burocratica che presuppone una marea di autorizzazioni perciò è difficile parlare di tempistiche. Ovviamente questi progetti seguono la linea tracciata verso una clientela più facoltosa, però uno o due campi da soli non bastano in quanto gli amanti del golf vogliono provare più percorsi e di conseguenza sarebbe importante avere più campi nel raggio di un centinaio di chilometri”.

**In questo periodo l'Ente che dirige è impegnato nelle varie fiere del turismo in giro per l'Europa: qual è il contributo al turismo locale derivante dalla presenza a queste kermesse fieristiche?**

“Molti pensano che le fiere del turismo siano ormai anacronistiche, ma in realtà è l'esatto contrario. Oggi i visitatori arrivano in fiera superinformati e con domande e richieste molto precise. Sebbene tutti i materiali promozionali siano disponibili online, tanti preferiscono sfogliare fisicamente un depliant e parlare di persona con un operatore.

Nel corso delle fiere effettuiamo numerosi meeting con giornalisti e agenzie di viaggio, che poi vengono nel Quarnero per girare servizi e reportage facendo così promozione alla destinazione. Ogni anno ospitiamo qualcosa come 500 giornalisti. Altro aspetto da sottolineare è che vi prendiamo parte sempre assieme ai rappresentanti del tessuto imprenditoriale turistico, che poi sono quelli che decidono a quali fiere partecipare in base alle loro esigenze e necessità. Da un lato noi promuoviamo la destinazione, dall'altro loro stipulano accordi con i vari partner”.

# SANMAURO

## Buona Pasqua



San Mauro 157, 52462 Momjan (Momiano) • +385 (0)52 779 033 • info@sanmauro.hr

[www.sanmauro.hr](http://www.sanmauro.hr)

## Buona Pasqua!



## Eccellenti pietanze

A BASE DI  
**BACCALÀ  
NORVEGESE**

### BACCALÀ • IN BIANCO

Specialità tradizionale preparata con baccalà norvegese (*Gadus morhua*), spezie, aglio, sale e pepe.

### BACCALÀ • TARTUFINO

Deliziosa crema spalmabile preparata con baccalà norvegese (*Gadus morhua*) e tartufi neri.

### BACCALÀ • PIKANTINO

Squisita crema spalmabile preparata con baccalà norvegese (*Gadus morhua*), peperoncino e chili.

### BACCALÀ • OLIVETO

Gustosa crema spalmabile preparata con baccalà norvegese (*Gadus morhua*), olive verdi e olio d'oliva.

**A TAVOLA** Secondo la tradizione ci si astiene dal consumare la carne

# Menu del Venerdì Santo

## Parola d'ordine: sobrietà

di **Patrizia Chiepolo**

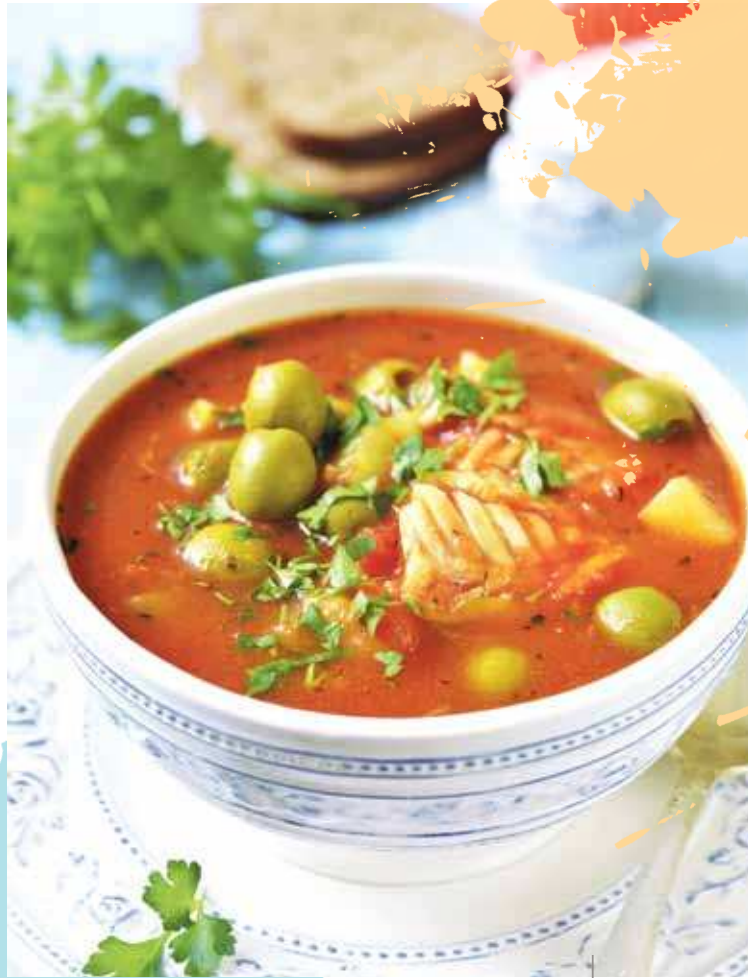
La Pasqua, a differenza del Natale, i cui preparativi durano per ben 4 settimane, ovvero tutto il periodo dell'Avvento, è una festività di breve durata la cui data cambia ogni anno. Ciò però non significa che sia meno importante anche dal punto di vista della gastronomia. E se per l'Avvento e il Natale la parola d'ordine è "abbuffarsi", con tutte le leccornie tipiche del periodo, per la Pasqua si rimane più leggeri, anche perché si esce dal periodo della Quaresima. Cosa offrire allora in tavola nei giorni che precedono il grande evento? Dopo una breve ricerca, abbiamo visto che soprattutto dalla tradizione popolare derivano molti piatti "del Venerdì Santo" di grandissimo interesse gastronomico, ottime da mangiare e con un consistente background storico-culturale. Si tratta naturalmente di piatti di magro, i più rigorosi dei quali escludono non solo la carne, come è naturale che sia, ma anche il pesce, il formaggio e le uova, piatti vegani che faranno felici coloro che osservano questa dieta. Per gli altri invece ci sono piatti più permissivi, che escludono la carne ma non il pesce. Ma attenzione, se si ha voglia di osservare la tradizione bisogna attenersi al precetto del pesce povero, quindi niente orate né gamberoni ma solo pesce azzurro povero (niente tonno e pesce spada) e baccalà, anche se visto il prezzo

l'agrodolce, i dolci al miele e l'uso di "acconciare" la pasta con l'uvetta, pinoli e mandorle. La leggenda racconta che nel tempo in cui in Sicilia era cominciata la conquista araba, durante una spedizione tra le montagne, il comandante Eufemio ordinò al suo cuoco di utilizzare l'abbondante finocchietto sparso tra le rocce, per preparare un pasto e rifocillare i soldati stanchi e affamati. Il cuoco, di cui non si conosce il nome, raccolse grandi mazzi di finocchietto, lo unì ad alcune sarde fresche che aveva gelosamente conservato, aggiunse quello che la sua fantasia di arabo gli ispirò, uva passa e pinoli, e creò così il primo esemplare di quel superbo piatto che noi oggi possiamo gustare, grazie agli Arabi e grazie ai siciliani.

### Ingredienti:

600 g bucatini  
500 g sarde fresche  
300 g finocchio selvatico  
2 cipolle  
3 acciughe salate  
50 g uva sultanina  
50 g pinoli  
1 bustina zafferano  
2 dl olio d'oliva extra vergine  
q.b. sale

Pulite i finocchi selvatici, eliminando gli steli duri, poi lessateli in abbondante acqua salata, scolateli, tritateli e tenete da parte l'acqua cottura. Pulite e diliscate le sarde eliminando la testa e la coda, quindi tagliatele a pezzi. Mettete ad ammorbidire l'uva sultanina in una tazza di acqua tiepida. Tagliate le cipolle



Baccalà con le patate

sarde per circa 5 minuti prima di portare in tavola.

### Baccalà con le patate

Il Baccalà lo si può cucinare in tante maniere, anche crudo con olio extravergine di qualità. Questa preparazione viene effettuata mettendo in pentola tutto a freddo. E l'intingolo che rimane alla fine è adatto al condimento di un bel piatto di spaghetti. La ricetta da il meglio di sé se lasciata riposare, i sapori saranno più piacevoli e intensi al palato.

### Ingredienti:

1500 gr baccalà  
1500 gr patate  
300 gr pomodorini  
4 - 5 cipolle fresche  
sedano  
olive  
capperi  
peperoncino  
olio d'oliva extra vergine  
1/2 bicchiere vino bianco  
1/2 bicchiere acqua

In una pentola a fondo largo, tagliare a rondelle le patate.

Togliete la pelle al baccalà e disponetelo a pezzi sopra al primo strato di patate. Assaggiate a crudo il baccalà e se risulta giustamente salato non aggiungete sale alla preparazione. Tagliate a metà i pomodorini e inseriteli in pentola insieme ad una costa di sedano e le cipolle precedentemente sminuzzate. A questo punto potete aggiungere anche un peperoncino, capperi e olive. Successivamente potete anche aggiungere un ulteriore strato di patate. Bagnate il tutto con 1/2 bicchiere di vino bianco e 1/2 bicchiere di acqua e 2-3 cucchiaini di olio extravergine di oliva. Iniziate la cottura dapprima a fiamma viva e quando inizia il bollore continuate a fuoco lento coprendo con un coperchio. Ogni tanto muovete la pentola prendendola per i manici per evitare che si attacchi. Quando sono cotte le patate e l'intingolo è un po' ristretto, spegnete e lasciate riposare.



I quaresimali

di quest'ultimo potremmo dire sia tutt'altro che povero. Comunque sia, il pranzo o la cena del Venerdì Santo devono essere sobri, con dolci semplici e senza l'antipasto. In seguito vi proponiamo alcune ricette per le quali sono state presentate anche le origini o le leggende che le caratterizzano.

### Pasta con le sarde

Riconoscere le origini di ciò che oggi giunge sulle nostre tavole, talvolta è difficile, perché troppe sono le eredità lasciate da ogni cultura. Ma se parliamo di Pasta con le Sarde, piatto caratteristico del palermitano, l'impronta araba è evidente. Derivano, infatti, dagli Arabi le tecniche di pesca delle tonnare,

a fettine sottili e mettetele a rosolare in un capace tegame di coccio con l'olio extravergine d'oliva. Lavate e diliscate le acciughe, fatele sciogliere nel soffritto stemperandole con una forchetta, quindi aggiungete le sarde e fate rosolare per 5 minuti. Aggiungete i finocchi selvatici tritati, salate e lasciate cuocere a fiamma bassa ancora per 10 minuti. Unite a questo punto anche l'uva sultanina ben scolata, i pinoli e lo zafferano, dopo averlo sciolto in un mestolino di acqua. Portate a bollore l'acqua dei finocchi, unitevi i bucatini e lessateli. Scolateli piuttosto al dente e versateli direttamente nel tegame di coccio. Mescolate accuratamente e a lungo, poi lasciate riposare la pasta con le



Pasta con le sarde

### I quaresimali

Durante la Quaresima, i 40 giorni che precedono la Pasqua, la tradizione cattolica è piuttosto ferrea in materia di alimentazione: carne, uova e burro sono assolutamente banditi da qualsiasi piatto e ricetta. Tuttavia, si sa, per ogni regola c'è un'eccezione. E in questo caso, lo strappo alla regola è confermato da una tradizione culinaria particolarmente diffusa nella pasticceria italiana: i cosiddetti "quaresimali". Questi biscotti, diffusi in ogni regione d'Italia con delle varianti, sono infatti la dolce risposta alle rigide norme del periodo quaresimale. In seguito possiamo scoprire l'origine di questi dolcetti e la ricetta per prepararli a casa. Diffusi soprattutto tra Firenze e Prato, questi dolcetti a base di cacao e farina vengono realizzati nel periodo della Quaresima, ovvero dal mercoledì delle Ceneri fino al Giovedì Santo. Molte sono le storie legate alla loro origine: una delle più famose, attribuisce l'invenzione dei quaresimali a delle monache di un convento tra Firenze e Prato durante il XIX secolo. La scelta di realizzarli a forma di lettera dell'alfabeto sarebbe stato un modo per onorare le parole del Vangelo (che in greco significa appunto "buona novella", "lieta notizia"). Sebbene la paternità di questi dolci venga attribuita anche ad una fabbrica dolciaria di Firenze dei primi del '900, l'origine religiosa spiegherebbe in realtà la ricetta stessa. I quaresimali infatti non contengono burro, poiché i grassi animali erano vietati durante la Quaresima, in rispetto dei giorni di digiuno che Gesù osservò nel deserto. Si crede addirittura che i quaresimali fossero un modo escogitato dalle monache per non rinunciare ai dolci in periodo di Quaresima. Quel che è certo è che questi biscotti non contengono né burro né grassi di origine animale, vietati durante il periodo di Quaresima, in rispetto dei giorni di digiuno che Gesù osservò nel deserto. È per questa ragione che, nel totale rispetto delle norme cattoliche, non possono essere considerati un vero peccato di gola. Inoltre, l'assenza di grassi li rende perfetti anche per chi voglia concedersi qualcosa di dolce, senza però esagerare.

### Ingredienti:

200 g di zucchero semolato  
200 g di farina  
50 g di pasta di nocciole o nocciole tritate  
3 albumi  
5 g di cannella in polvere  
50 g di cacao amaro

Montate a neve ben ferma gli albumi e incorporate lo zucchero e la pasta di nocciole (oppure le nocciole tritate). Mescolate la farina e il cacao a parte. Aggiungete all'impasto di farina e cacao appena creato il primo composto di albumi, zucchero e pasta di nocciole. Ponete il composto in una sac à poche e disegnate le lettere dell'alfabeto su una teglia da forno: non preoccupatevi se le forme non sono perfette, il bello di questi biscotti è proprio questo! Lasciate riposare le letterine appena create per circa un'ora. Cuocete in forno a 150 °C per 10 minuti.



ENTE PER IL TURISMO DELLA REGIONE DEL  
**QUARNARO**  
*La diversità è bella*



S. Tariba

# Buona Pasqua



F. Džanić



N. Crnić



M. Kromčević



R. Gropižić



I. Trivaš



ENTE PER IL TURISMO DELLA REGIONE DEL QUARNARO  
HR-51410 OPATIJA, NIKOLE TESLE 2  
T +385 (0)51 623 333, 272 988  
E KVARNER@KVARNER.HR  
[WWW.KVARNER.HR](http://WWW.KVARNER.HR)

**CROAZIA**  
*Piena di vita*



L'arcivescovo di Fiume mons. Mate Uzinić durante la messa del Mercoledì delle Ceneri

GORAN NOVAK/PIXSELL

durava cinque settimane complete (5x7=35 giorni) e si concludeva il giovedì della settimana santa (con l'ultima domenica di Quaresima e altre quattro ferie, cioè altri cinque giorni), per un totale di quaranta giorni esatti. Alla fine del V secolo l'inizio venne anticipato al mercoledì precedente la prima domenica (altri quattro giorni), e furono inclusi il Venerdì santo e il Sabato santo nel computo della Quaresima, arrivando così in tutto a quarantasei giorni. Poiché le sei domeniche di Quaresima non sono giorni di digiuno, in tutto il tempo di Quaresima rimangono quaranta giorni esatti di digiuno ecclesiastico prima della Pasqua.

Con il Codice delle Rubriche del Breviario e del Messale Romano del 1960 papa Giovanni XXIII distinse, dentro del "tempo quaresimale" (tempus quadragesimale), il "Tempo di Quaresima", che comincia con il Mercoledì delle Ceneri, dal successivo "Tempo della Passione", che comincia con i Vespri della I Domenica della Passione (ossia V Domenica di Quaresima). Aggiunge che la settimana che comincia con la II Domenica della Passione è chiamata Settimana santa e che gli ultimi tre giorni (interi) di questa settimana sono designati come Triduo Sacro.

Paolo VI, con il motu proprio "Mysterii Paschalis" del 14 febbraio 1969, decretò che "il Tempo di Quaresima decorre dal Mercoledì delle Ceneri fino alla Messa "Cena del Signore" esclusa". Si distingue il Triduo pasquale, che ha inizio dalla Messa "Cena del Signore", ha il suo fulcro nella Veglia pasquale e termina con i Vespri della domenica di Risurrezione".

Per questo la Quaresima dura dal Mercoledì delle Ceneri fino al Giovedì santo, per un totale di quarantaquattro giorni.

Nel determinare la durata della Quaresima ha un ruolo centrale il numero quaranta, che ricorre frequentemente nelle Scritture. In

particolare, nel Nuovo Testamento: i quaranta giorni che Gesù passò digiunando nel deserto; i quaranta giorni in cui Gesù ammaestrò i suoi discepoli tra la resurrezione e l'Ascensione. Ancora più numerosi i riferimenti nell'Antico Testamento: i 40 giorni del diluvio universale; i 40 giorni passati da Mosè sul monte Sinai; i 40 giorni che impiegarono gli esploratori ebrei per esplorare la terra in cui sarebbero entrati; i 40 giorni di cammino del profeta Elia per giungere al monte Oreb; i 40 giorni di tempo che, nella predicazione di Giona, Dio dà a Ninive prima di distruggerla; i 40 anni trascorsi da Israele nel deserto.

#### Il viola è il colore liturgico

Nelle messe della Quaresima, e fino alla Veglia pasquale, non si canta l'Alleluia, non si recita il Gloria, eccetto nelle feste e nelle solennità, e si usa il colore viola per i paramenti liturgici (fatta eccezione per le feste e le solennità, in cui si usa il colore proprio, cioè il bianco, salvo che vi siano feste o solennità locali di martiri); per la quarta Domenica si può scegliere il rosa; la Domenica delle palme ha come colore liturgico il rosso; nella mattina del Giovedì Santo si celebra la messa del crisma, caratterizzata dal colore bianco. È proibito ornare gli altari con fiori, eccetto che nelle feste, nelle solennità e nella domenica Laetare. In quaresima (e dal Gloria della Messa in Cena Domini escluso fino al Gloria della Veglia pasquale escluso) il suono dell'organo e degli altri strumenti musicali è consentito solo per accompagnare il canto.

#### Digiuno, elemosina e preghiera

Il digiuno, l'elemosina e la preghiera sono le pratiche con le quali ci si prepara alla Pasqua.

Il digiuno ecclesiastico e l'astinenza dalle carni due volte l'anno sono previste dal Codice di Diritto canonico: il Mercoledì delle Ceneri e il Venerdì Santo. Per gli altri venerdì



di Quaresima è previsto un solo pasto e l'astinenza dalle carni. Secondo l'Antico Testamento, l'astinenza dalle carni rappresenta una rinuncia simbolica a un piacere perché questa un tempo rappresentava un lusso.

Dalle disposizioni della Conferenza episcopale, l'astinenza dalle carni si dovrebbe praticare tutti venerdì dell'anno già dal compimento dei 14 anni. Ma è la stessa Conferenza episcopale ad ammettere la sostituzione dell'astinenza con una diversa forma di penitenza in tutti i venerdì dell'anno, rendendola obbligatoria solo in Quaresima.

La pratica della carità o dell'elemosina, invece, si accompagna al digiuno così da liberarsi dall'avidità e dall'egoismo, riconoscendo il prossimo come fratello e sorella. La terza pratica legata alla Quaresima è relativa alla preghiera, che sorretta dal digiuno e dalla carità riesce ad arrivare a Dio con più slancio. Sant'Agostino definisce, infatti, il digiuno e l'elemosina come "le due ali della preghiera".

Il periodo della Quaresima è molto "serioso". I fedeli fanno i conti con i loro peccati ed esercitano penitenza, rinunciando a qualche piacere. Pertanto due dei simboli più utilizzati durante il periodo pasquale sono la croce e la corona di spine.

## Quaresima Un cammino di preparazione



La Quaresima è il periodo di tempo di 40 giorni (dal lat. quadragesima dies, "quarantesimo giorno") che nel rito cattolico romano va dal Mercoledì delle Ceneri al Giovedì santo, caratterizzato da pratiche di penitenza (digiuni) e di asceti in preparazione della Pasqua. Ricorda i quaranta giorni trascorsi da Gesù

nel deserto dopo il suo battesimo nel Giordano e prima del suo ministero pubblico. È anche il periodo in cui catecumeni vivono l'ultima preparazione al loro battesimo.

#### Il significato

Alla fine del V secolo, e ancora oggi nel rito ambrosiano, la quaresima iniziava di domenica (1° giorno),



**PAR**  
UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES  
VELEUČILIŠTE

# Buona Pasqua



## CORSO DI LAUREA DUALE IN MANAGEMENT

- Management aziendale
- Management nel settore della gastronomia e della ristorazione
- Management finanziario
- Management delle piccole e medie imprese
- Management dello sport

Veleučilište PAR

Trg Riječke rezolucije 4, Rijeka (Fiume)  
Tel: +385(0)51 327-037  
E-mail: upisi@par.hr

www.par.hr

laVoce  
**PASQUA**  
Il momento  
della rinascita  
14 sabato,  
1 aprile  
2023

# Uova dal guscio colorato

## Da cosa dipende e quali sono

**D**a cosa dipende il colore del guscio delle uova e perché varia: ecco una semplice spiegazione per soddisfare la vostra curiosità. Non tutto lo sanno, perché magari abituati ad acquistare uova di gallina solo al supermercato, e magari sempre della stessa marca. Perciò, tante persone potrebbero pensare che esistano soltanto le classiche uova di colore marrone chiaro, tendente al rosa.

Ma queste sono soprattutto le uova da allevamenti industriali, prodotte in quantità enormi per soddisfare la richiesta di consumo. In tutto questo, almeno, speriamo che il consumatore acquisti soltanto uova da allevamenti da terra, prodotte nel rispetto dell'animale, e non quelle da allevamento intensivo in gabbia, che andrebbero evitate come la peste.

Al massimo, al supermercato si possono trovare confezioni contenenti uova bianche. Queste sono deposte da galline ovaiole rustiche e sono assolutamente di alta qualità. Molto più rare, invece, sono uova di altri colori, ma in giro se ne trovano tantissimi, dal marrone scuro, al verde, dall'azzurro al rosso, dal rosa scuro al grigio. Come mai?

Dipende dalla razza allevata ma non solo. Esistono razze avicole che depongono uova di varie colorazioni, ma sono rare da trovare perché non troppo commercializzate. Le acquistano soprattutto gli intenditori, gli amanti dell'avicoltura, magari disposti a spendere qualche centesimo in più per puntare su una qualità elevatissima. Ma i motivi della particolare pigmentazione delle uova sono molteplici, e non dipende solo dalla razza che le ha deposte. Secondo quanto si legge, il colore può essere dato dall'alimentazione che riceve la gallina. Questo, però, è un falso mito. L'alimentazione non incide sul colore dell'uovo, almeno non del guscio, mentre influenza la colorazione del tuorlo. Il colore del guscio è influenzato dalla razza della gallina e dalla genetica dell'esemplare. Il colore del guscio dipende perciò dal liquido lubrificante dell'ovidotto.

Questo liquido serve per una comoda e facile deposizione dell'uovo da parte della gallina. Questa sostanza lubrificante, però, varia in base alla razza. Ma questo liquido colora solo la parte esterna dell'uovo, perciò ogni uovo, dentro, presenta il classico colore bianco. Tranne un'eccezione, la varietà blu di Araucana. In questo caso, questa razza di galline genera uova colorate



differentemente, partendo dalla genesi, e non colorandolo solo alla fine, durante l'espulsione. Nel caso dell'Araucana, non solo il guscio è blu, anche l'interno. La sostanza che dona il colore al guscio dell'uovo è la protoporfirina IX, mentre il

pigmento che dà il colore verde e azzurro è la biliverdina. Le uova totalmente bianche, invece, sono il frutto di galline che non possiedono la protoporfirina IX, perché dotate di un gene inibitore. Perciò, le uova sono prive di pigmento.

Le uova bianche non sono solo prerogativa di alcune razze di galline, ma possono avvenire anche in razze più comuni, dipende dalla presenza di questo gene, dall'età e dallo stato di salute dell'animale stesso.

### Il tuorlo

I pigmenti che colorano un tuorlo, che variano dal giallo pallido all'arancione molto acceso, si chiamano xantofille (della famiglia dei carotenoidi) e svolgono un'importante funzione antiossidante. Dal momento che gli animali non riescono a sintetizzare i carotenoidi, queste sostanze vengono assunte attraverso i mangimi: da ciò ne consegue che il colore di un tuorlo è determinato esclusivamente da ciò che mangia l'animale. Il mais, ad esempio, contiene luteina e zeaxantina che donano un colore giallo, l'erba contiene xantofille, ed infatti l'erba medica, che ne è particolarmente ricca, viene spesso impiegata come mangime con un buon potere pigmentante. Questi prodotti possono essere somministrati attraverso i mangimi naturali, mentre per ottenere un colore arancione si deve ricorrere alle xantofille rosse (non presenti nei mangimi naturali) e in questo caso si possono utilizzare anche gli estratti di paprika o di cantaxantina, sostanza presente in alcune alghe.

## Tecnologia moderna al Centro Thalasso Wellness

L'OFFERTA "MED CONTOUR -20%" È VALIDA FINO AL 30 APRILE 2023



Thalasso Wellness Centar Opatija  
Medical Spa



Thalassotherapia  
Opatija

### Med Contour MULTIPOWER

è il dispositivo più efficace per i trattamenti non invasivi di viso e corpo

#### I VANTAGGI del trattamento Med Contour MULTIPOWER:

- Efficace, indolore e sicuro
- Risultati visibili SUBITO dopo il primo trattamento
- La perdita di volume è misurata in centimetri
- Totalmente sicuro
- Non richiede preparativi particolari e dopo il trattamento potete ritornare alle vostre attività abituali
- Tutti i trattamenti non chirurgici più richiesti di rimodellamento del viso e del corpo vengono eseguiti con un unico dispositivo

- In media sono necessari cinque trattamenti, che vengono eseguiti ogni sette-dieci giorni
- Per mantenere i risultati, il cliente riceve una dieta raccomandata
- Possibile pagamento rateale!

#### TRATTAMENTI DEL CORPO

Med Contour addome/gambe

133 € / 1.002,09 kn

Med Contour addome e gambe

240 € / 1.808,28 kn

#### MINI REGIONI

(mani/braccia/ginocchia)

Med Contour mini regioni

80 € / 602,76 kn

#### TRATTAMENTI DEL VISO

(Face Lifting non chirurgico)

Med Visage

120 € / 904,14 kn

-20%



Info reception: +385 51 202 855 | e-mail: recepcija-wellness@tto.hr

[www.thalassotherapia-opatija.hr](http://www.thalassotherapia-opatija.hr)

I prezzi sono espressi in euro e kuna, IVA inclusa. Tasso di conversione ufficiale: 1 € = 7.53450 kn

# UNA LUSSINO DA VIVERE!

## IL POTERE CURATIVO DELLA NATURA

Un microclima mite, più di 1.018 specie vegetali (di cui addirittura 239 piante officinali), più di 250 km di sentieri, mare di ottima qualità, aria di prima qualità, più di 260 giorni di sole all'anno e un'atmosfera piacevole sono solo alcuni dei vantaggi grazie ai quali l'isola di Lussino, in Croazia, è oggi un noto centro di aromaterapia che vi incoraggia a respirare a pieni polmoni, ma anche una destinazione moderna piena di vitalità, salute e benessere totale.

Già nel 19° secolo Lussino fu proclamata, con decreto del Ministero della Salute della monarchia austro-ungarica, una stazione climatica e di cura. Anche oggi è il luogo perfetto per raggiungere il miglior equilibrio di mente e corpo!

Sia che si tratti di una vacanza attiva o curativa, Lussino offre diverse possibilità.

## WELLNESS & WELLBEING

Le terapie curative e i trattamenti wellness e spa si ispirano alla flora dell'isola della vitalità, e molti di essi vengono eseguiti all'aria aperta con l'utilizzo di preparati della linea lussignana di cosmetici naturali. Recuperate il corpo e la mente soggiornando in una pineta secolare, "ricaricate le vostre batterie" e assorbite tutta l'energia che l'isola vi offre.

Al Vitality Hotel Punta di Lussingrande sono diversi i contenuti a vostra disposizione: attività sportive varie, programmi fitness di gruppo, trattamenti spa selezionati, consulenza professionale o programmi creati appositamente per voi e adeguati ai vostri desideri e necessità.

## OUTDOOR & VACANZE ATTIVE

Lussino è il luogo ideale per le attività sportive e ricreative all'aria aperta durante tutto l'anno. Numerose passeggiate e punti panoramici vi inviteranno a fare una camminata in natura alla ricerca del miglior punto di osservazione per ammirare albe e tramonti spettacolari, ma anche per escursioni o arrampicate sportive, giri in bicicletta...

Inoltre, oltre alle numerose passeggiate e sentieri escursionistici, è possibile giocare a tennis durante tutto l'anno su 26 campi in terra

battuta all'aperto. Durante le vostre passeggiate per i sentieri lussignani, forse verrete tentati di provare le aree fitness all'aperto.

Aprile a Lussino è del segno del ciclismo e degli eventi all'aperto. Non perdetevi, pertanto, la tappa lussignana dell'IXS European Downhill Cup 2023, che si tiene per la sedicesima volta. Si tratta della competizione più importante dopo la Coppa del Mondo, che Lussino ha ospitato nel 2018. Seguirà una gara di mountain bike unica nel mondo, che si svolge su quattro isole: Arbe, Veglia, Cherso e Lussino - la MTB race 4 Isole.

## GASTRONOMIA

Se volete vivere una storia gastronomica speciale, l'occasione giusta è il 15° Festival della cucina lussignana, dedicato alle peculiarità dell'isola di Lussino: la flora ricca e diversificata, i piatti dei capitani lussignani e l'antica cucina dell'Apoxýomenos. La festa della cucina lussignana fa parte già da 15 anni dell'offerta locale. Il festival inizia con la presentazione di tutti i partecipanti, che sulla piazza di Lussinpiccolo esibiranno le specialità preparate con ingredienti e spezie tipici del luogo. Prenotate il vostro posto e godetevi i menu della cucina tradizionale lussignana. Affrontate questa esperienza gastronomica che vi farà rivivere una parte della storia di Lussino. Per i palati più raffinati, c'è la possibilità di esplorare il resto dell'offerta gastronomica dei ristoranti locali.

## CULTURA E ATTRAZIONI

Dopo un riposo attivo e di relax, andiamo alla scoperta dell'altro lato della destinazione. Per gli amanti della cultura e dell'arte, il Museo di Lussino e il Museo dell'Apoxýomenos tengono aperte le proprie porte. Inoltre, non perdetevi le mostre allestite presso la Biblioteca civica e la Galleria Fritzy. Quest'anno il cinema di Lussingrande e il cinema V. Nazor di Lussinpiccolo hanno preparato per gli amanti del teatro numerose sorprese sceniche.

Da non dimenticare l'Istituto Blue World di Lussingrande, che si occupa della ricerca e della tutela degli organismi marini e del mare. Adottate un delfino e aiutate a preservare questi meravigliosi abitanti di Lussino. Conoscete tutti gli aspetti della flora e della fauna dell'isola facendovi accompagnare da una guida professionale nel Giardino aromatico, dove i visitatori avranno modo di conoscere la ricca flora dell'isola, le proprietà curative delle piante e acquistare un souvenir originale.

#visitlostinj

LOST IN  
*beauty*

LOŠINJ  
ISLAND OF VITALITY

la Voce  
**PASQUA**  
 Il momento  
 della rinascita  
 16 sabato,  
 1 aprile  
 2023

### Quiche lorraine pasqualina

#### Ingredienti per 8 persone

Pasta brisé 1 foglio  
 Panna fresca 200 g  
 Prosciutto cotto 100 g  
 Uova 8  
 Grana grattugiato 50 g  
 Erbette fresche 1 mazzo  
 Sale quanto basta



**Preparazione.** versate la panna in una ciotola e insaporitela con un pizzico di sale. Amalgamate quattro uova, il grana, il prosciutto cotto e le erbette tagliati a julienne. Foderate uno stampo da crostata, compresi i bordi, con la pasta brisée. Versate dentro il composto e infornate a 200 °C per 20 minuti. Mentre la quiche cuoce, rassodate le uova rimanenti, ponendole in un pentolino abbondantemente coperte di acqua fredda e contando otto minuti dal bollore. Appena cotte, trasferitele in una ciotola con acqua e ghiaccio per raffreddarle velocemente, sgusciatele e tagliatele a metà. Usatele per guarnire la quiche, dopo sfornata.

### Frittata di pasta vegan

La frittata di pasta vegan è un gustoso e veloce piatto unico preparato con una pastella a base di farina di ceci e curcuma, al posto delle uova. Se avete pasta avanzata ben condita, la frittata di pasta senza uova può essere un ottimo modo per riciclarla. Potreste non avere in casa le uova o semplicemente preferire la versione vegan della frittata, questa ricetta sarà comunque facile e saporita, buonissima con ogni tipo di pasta avanzata. La pastella di ceci creerà una crosticina dorata e croccante sulla frittata, mentre la curcuma contribuirà a conferire al piatto il colore giallo intenso. Servite tiepida o a temperatura ambiente.

#### Ingredienti per persona:

Farina (di ceci) 150 g  
 Acqua 300 g  
 Pasta (condita) 200 g  
 Sale quanto basta  
 Pepe quanto basta  
 Curcuma 1 cucchiaino  
 Olio extravergine di oliva quanto basta

**Preparazione.** Preparate la pastella: in una terrina amalgamate con una frusta la farina insieme a sale, pepe e curcuma. Aggiungete acqua mescolando gradualmente. Mescolate fino a ottenere una pastella liscia e omogenea. Unite la pasta avanzata nella pastella e amalgamate. Scaldare un filo d'olio su una padella antiaderente, versatevi il composto di pasta e cuocete la frittata da entrambi i lati per qualche minuto fino a quando non è dorata. Servite tiepida o a temperatura ambiente.



### Pasta fredda pomodorini e mozzarella

La pasta fredda pomodorini e mozzarella è un primo piatto da portare in tavola nelle soleggiate giornate primaverili e estive. Nella versione che vi proponiamo abbiamo scelto di utilizzare le penne e di condirle con pomodori secchi, mozzarella di bufala, prezzemolo e olive verdi. Se preferite potete sostituire le penne con altri formati di pasta, si consiglia comunque di prediligere la pasta corta, che mantiene meglio la cottura. Inoltre considerando che in primavera e in estate è possibile trovare succosi pomodori freschi, potete sostituire quelli secchi con pomodori pachino o datterini. Preparate la pasta con anticipo ma aggiungete la mozzarella di bufala poco prima di portare in tavola, questo tipo di latticino infatti mal sopporta la conservazione in frigo, è consigliabile infatti lasciare la mozzarella nel liquido di conservazione ben coperto in un luogo fresco.

#### Ingredienti per 4 persone

Pasta (penne) 320 g  
 Pomodori secchi 100 g  
 Mozzarella di bufala 100 g  
 Prezzemolo ½ ciuffo  
 Olive verdi quanto basta  
 Olio extravergine di oliva quanto basta  
 Sale quanto basta  
 Pepe quanto basta

**Preparazione:** cuocete la pasta in abbondante acqua salata. Scolatela al dente e versatela in un recipiente. Conditela con 2 cucchiaini d'olio e lasciatela raffreddare completamente. Private i pomodori secchi dell'olio di conservazione. Mondate il prezzemolo, lavatelo, asciugatelo e tritatelo. Sgocciolate le olive. In una ciotola capiente versate i pomodori, il prezzemolo e le olive. Aggiungete alcuni cucchiaini d'olio, regolate di sale e pepe e mescolate. Versate la pasta ormai fredda nella ciotola con il condimento, aggiungete altro olio se necessario. Tagliate la mozzarella grossolanamente, unitela alla pasta e mescolate fino ad amalgamare tutti gli ingredienti.

### Insalata di ceci e tonno

L'insalata di ceci e tonno è un secondo piatto molto gustoso, nutriente e facilissimo da preparare. Scegliete di prepararla quando avete a disposizione ceci lessati e conditeli con tonno sott'olio, mais, olive, pomodori secchi, gherigli di noci ed erba cipollina. Se utilizzate i ceci già lessati o precotti occorreranno pochissimi minuti per preparare questa ricetta. Se non avete in casa tutti gli ingredienti ricordate che la ricetta si presta a molte varianti: potete prepararla con i fagioli borlotti o sostituire il tonno con dei filetti di sgombero al naturale, potete arricchire l'insalata di ceci e tonno con dei pomodorini freschi e qualche cucchiaino di pesto al basilico o di erba cipollina e noci. Potete preparare in anticipo l'insalata di ceci e tonno, conservarla in frigorifero e tirarla fuori pochi minuti prima del servizio.



#### Ingredienti per 4 persone

Ceci (lessi) 300 g  
 Mais 200 g  
 Tonno sott'olio 200 g  
 Olive 100 g  
 Noci gherigli 40 g  
 Pomodori secchi 30 g  
 Erba cipollina quanto basta  
 Olio extravergine di oliva quanto basta  
 Sale quanto basta

**Preparazione.** Denocciate le olive e tagliatele a rondelle. Tagliate finemente l'erba cipollina. Eliminate l'olio dal tonno e il liquido di conservazione dal mais. Sciacquate i ceci sotto l'acqua corrente, scolateli e trasferiteli in una ciotola capiente, aggiungete il tonno e il mais. Spezzate le noci con le mani e dividete a metà i pomodori secchi. Unite tutti gli ingredienti ai ceci, condite con olio evo e sale e servite.

### Polpette fritte

Le polpette fritte sono un piatto goloso e semplice da realizzare. Un piatto della cucina popolare, tradizionalmente servito in condimenti densi e saporiti a base di sughi, brodi e soffritti: le polpette di carne rientrano tra quelle ricette che lungi dal deludere le aspettative più intransigenti. Se fritte, poi, possono trasformarsi da rassicurante comfort food a sfizioso appetizer per aperitivi, brunch o pasti veloci e all'aperto. Ma non finisce qui, perché tra i vantaggi del preparare questa ghiotta variante c'è anche il fatto – non meno importante – che vi consentirà di riutilizzare gli avanzati di carne: basterà passarli al mixer e unirli al restante macinato.



Per il resto, vi serviranno davvero pochi ingredienti per realizzare le polpette fritte: uova, parmigiano, pangrattato ed erbe aromatiche per rendere le vostre polpette ancora più fresche e profumate. Una volta che avrete ottenuto un composto omogeneo e compatto basterà tuffarle nell'olio bollente e il gioco è fatto. Porterete in tavola un piatto estremamente versatile e personalizzabile, potendo essere abbinato con verdure – sia crude che cotte – salse di accompagnamento – come yogurt, pomodoro o soia – o ancora, affiancarsi ad un semplicissimo riso bianco.

#### Ingredienti per 6 persone

Macinato di carne 500 g  
 Prezzemolo quanto basta  
 Timo quanto basta  
 Origano quanto basta  
 Aglio 1 spicchio  
 Uova 2  
 Pangrattato quanto basta  
 Parmigiano quanto basta  
 Olio di semi quanto basta  
 Sale quanto basta  
 Pepe quanto basta

**Preparazione.** Lavate il prezzemolo, l'origano, il timo e tritateli finemente insieme allo spicchio di aglio sbucciato. In una ciotola aggiungete la carne macinata, le erbe aromatiche, le uova sbattute, il parmigiano e 3 cucchiaini di pangrattato. Amalgamate in modo da creare un composto omogeneo, quindi, regolate di sale e di pepe.

Formate le polpette: prelevate una piccola porzione di impasto, modellatelo tra le mani e passatele leggermente nel pangrattato. Tuffatele nell'olio bollente e giratele per pochi minuti in modo che si dorino da tutti i lati. Scolatele con l'aiuto di una schiumarola e adagiatele su un foglio di carta assorbente così da eliminare l'olio in eccesso.



# PICNIC DI PASQUA

## Dieci idee da portare

Una tradizione irrinunciabile che mette d'accordo grandi e piccoli. È sempre bello trascorrere questa giornata all'aria aperta con familiari e amici, immersi in una natura che ha finalmente ritrovato tutto il suo splendore, ci sono pietanze ideali per il cestino da picnic alla giusta distanza da casa e guidati da 4 desideri universali: rilassarsi, divertirsi, bere e mangiare cose semplici ma

Salatele e servitele subito ancora calde. Per rendere le vostre polpette ancora più morbide e saporite potete aggiungere all'impasto della mollica di pane bagnata nel latte e della salsiccia macinata.

### Cornetti rustici

I cornetti rustici sono dei morbidi cornetti realizzati con pasta brioche. Questo impasto lievitato è molto versatile, il suo sapore neutro lo rende perfetto per essere utilizzato sia in versione dolce che in quella salata. In questo caso utilizzate la brioche per creare cornetti rustici, nella variante salata, con il lievito madre liquido e con una percentuale di farina integrale per accentuare la ruvidezza dei cornetti. Sono ottimi finger food sfiziosi per aperitivi e buffet, arricchiti con le più svariate farciture, dalla classica burro e alici, al pomodoro, prosciutto crudo e rucola, con formaggio spalmabile e crudo. I cornetti rustici sono semplicissimi e veloci da preparare, tanto da poter essere assemblati anche all'ultimo momento accompagnati da un bicchiere di bollicine. Provate anche la nostra ricetta cornettini salati.

#### Ingredienti per persona

Farina 300 g  
 Farina integrale 100 g  
 Latte 200 g  
 Zucchero 40 g  
 Lievito madre liquido 100 g  
 Burro 95 g  
 Uova 1  
 Sale 7 g  
 Tuorlo 1  
 Latte 1 cucchiaino







# NIC QUETTA e di piatti nel cestino

**buone. Nel cestino bisogna mettere pietanze rigorosamente fatte in casa, altrimenti il gusto si perde. Non cedete alla tentazione di comprare piatti pronti, cibi confezionati e simili. E non fate l'errore di pensare che il "lo faccio da solo" richieda chissà quanto tempo. Ecco 10 proposte che si concretizzano facilmente, rapidamente e sono garanzia di una soddisfazione collettiva**



**Preparazione.** Versate nella ciotola dell'impastatrice, le farine, il latte, lo zucchero, il lievito madre liquido, l'uovo intero e iniziate a impastare. Quando l'impasto è ben incordato aggiungete il burro e il sale, lavorate fino a quando l'impasto è liscio e omogeneo. Riponetelo in un contenitore leggermente imburato e lasciatelo lievitare per circa 2 ore poi riponetelo in frigo a 4°C per tutta la notte. Al mattino seguente estraete l'impasto dal frigo e mettetelo a lievitare a 26°C-28°C e fate raddoppiare di volume, ci vorranno 4-5 ore (dipende anche dalla forza del vostro lievito). Ribaltate l'impasto su un piano di lavoro, tagliatelo a metà e stendetelo a forma di rettangolo ad uno spessore di circa 5 mm. Ricavate dei triangoli con misure 7x14. Arrotolate partendo dalla base fino ad arrivare alla punta, che deve finire sotto. Poneteli a lievitare in una teglia rivestita da carta forno per 3-4 h o comunque fino al loro raddoppio. Spennellateli con 1 tuorlo e 1 cucchiaino di latte. Cospargetene alcuni con semi di sesamo e altri con semi di papavero. Cuocete in forno, a 200°C per 20/25 minuti lasciando dorare la superficie. Servite freddi.

## Frittelle di cipolla

Le frittelle di cipolla sono un piatto molto comune il tutto il bacino del Mediterraneo, in Grecia si chiamano kremidotiganites. Il gusto pungente della verdura è rinfrescato da un'abbondante dose di menta fresca tritata finemente. Vengono preparate con la cipolla rossa, dolce e succosa, tritata finissima: potete scegliere di realizzare il trito al coltello, con una mandolina o utilizzare più facilmente un mixer. Tritare le cipolle con il mixer pur abbreviando il tempo fa sì che la verdura rilasci un molta dell'acqua di vegetazione. La pastella va frita in olio a cucchiaiate, in modo che si formino frittelle sottili, irregolari e croccanti, simili a piccoli pancakes. Le frittelle di cipolla spesso vengono servite nelle taverne greche con ouzo e feta, come aperitivo.

### Ingredienti per 4 persone

Cipolle 300 g  
Semola di grano duro 170 g  
Acqua 120 ml  
Menta 3 rametti  
Olio di semi quanto basta  
Sale quanto basta

**Preparazione.** Preparate le cipolle: cominciate con l'affettarle sottili a coltello e continuate poi tritandole finemente con una mezzaluna o con un mixer. Sminuzzate anche la menta. Preparate una pastella con la farina e l'acqua, salatela e aggiungete la menta e le cipolle. In una casseruola portate a temperatura l'olio, aiutandovi con un cucchiaino bagnato con acqua friggete poche frittelle per volta. Abbiate cura di non far diminuire la temperatura dell'olio. Servite caldissime e salate solo prima di portare in tavola.

## Chips di patate

Le chips di patate, o più comunemente patatine fritte tagliate in sfoglie, siamo abituati a comprarle prevalentemente nei supermercati. Averne in casa una busta da sgranocchiare in caso di necessità rientra tra le priorità della vita domestica: che sia per un aperitivo, uno snack dopocena o un raptus di fame improvvisa, alzi la mano chi non ha mai provato quella sensazione di inesauribile piacere nell'affondare la mano nel sacchetto di patatine e raccogliere fino all'ultima briciola. Sarà il sale o forse la dolcezza delle patate, fatto sta che non si riesce a resistere: una patatina tira l'altra. Trovare il modo di preparare le chips di patate in casa e scoprire quanto può essere facile e veloce può nuocere gravemente alla linea. Occorrono soltanto tre ingredienti: patate, sale e olio. L'unico accorgimento da seguire è quello di scegliere la varietà di patate a pasta bianca (leggermente farinose) che, contenendo poca acqua, non risulteranno gommoso dopo la cottura.



### Ingredienti per 8 persone

Patate a pasta bianca 6  
Olio di semi quanto basta  
Sale quanto basta

**Preparazione.** Lavate le patate, asciugatele e, senza sbucciarle, tagliatele molto finemente con l'aiuto di una mandolina. Asciugate le fettine di patate con della carta assorbente. Versate abbondante olio di semi di arachidi in una padella e, non appena raggiunge la temperatura massima di 160°C, iniziate ad immergere le fette di patate poche per volta. Non appena cominciano a dorarsi toglietele rapidamente dall'olio con una schiumarola e adagiatele su un foglio di carta assorbente. Disponete le chips di patate ben distanziate tra loro, in modo che l'olio in eccesso venga assorbito dalla carta e salatele. Servite le chips ancora calde.

## Amaretti al cocco

Gli amaretti al cocco sono piccoli dolci ideali da gustare a colazione o a merenda, insieme ad una tazza di buon tè. Prepararli è molto semplice e non richiede un lungo impegno. Piccoli e profumati dolcetti al cocco perfettamente bilanciati nel sapore, queste palline si realizzano in meno di 30 minuti, compresa la cottura. Ottimi da gustare a fine pasto insieme al caffè o sul divano alla sera, davanti alla TV, si prestano ad essere racchiusi in appositi sacchetti ed essere regalati ad amici e parenti. Gli amaretti morbidi al cocco sono piacevoli al palato per via della loro consistenza che, a differenza del solito, non è croccante, bensì umida e scioglievole. Una volta pronti per andare in forno, possono essere decorati ponendo sulla superficie le mandorle intere. In questo caso, però, dovrete fare attenzione a non farle scurire troppo. Tante sono le modifiche da poter apportare alla ricetta, prima fra tutte l'aggiunta di poco liquore all'amaretto per accentuare, se lo amate, il sapore di mandorla.



la Voce

PASQUA

Il momento  
della rinascita

17 sabato  
1 aprile  
2023

### Ingredienti per 4 persone

Albume 2  
Zucchero semolato 100 g  
Farina di cocco 60 g  
Farina di mandorle o mandorle intere 140 g  
Limone non trattato 1  
Sale 1 pizzico

**Preparazione.** Se non utilizzate la farina ma le mandorle intere, trasferitele all'interno di un mixer e tritate a lungo, e a più riprese, fino ad ottenere una polvere finissima ed omogenea. Raccogliete in una ciotola abbastanza capiente lo zucchero semolato, la farina di cocco, gli albumi, la scorza di limone grattugiata, il pizzico di sale e la farina di mandorle appena ottenuta. Mescolate bene dapprima con l'aiuto di un cucchiaino, poi con le mani, fino ad ottenere un impasto sodo, omogeneo e modellabile. Fatelo riposare in frigo per 30 minuti circa, opportunamente coperto con della pellicola trasparente. Trascorso tale lasso di tempo, riprendete la ciotola contenente l'impasto dal frigo e create delle palline della grandezza di una noce. Trasferitele, appiattendole leggermente con il palmo della mano, su una teglia rivestita di carta forno, le une distanziate dalle altre. Fate cuocere gli amaretti al cocco in forno già caldo a 180°C per circa 12 minuti o comunque fino a doratura. Una volta cotti, tirate la teglia fuori dal forno e fateli raffreddare completamente prima di prelevarli e trasferirli in un vassoio.

## Bomboloni vegani

I bomboloni vegani sono dolci semplici da preparare e adatti a tutti. Il bombolone, tipico della tradizione toscana, è un dolce di pasta morbida ricoperta di zucchero, fatta lievitare e poi frita. È simile nell'aspetto alle frittelle tonde, ma è più gonfio e più morbido. Non va confuso con il krapfen, dolce austriaco nato intorno al 1600, che ha una preparazione diversa. I bomboloni vegani sono adatti sia come dolce da servire a fine pasto che come gustoso spuntino a metà giornata.



### Ingredienti per 5 persone

Farina 00 500 g  
Zucchero 60 g  
Margarina 70 g  
Limone non trattato 1  
Acqua 100 ml  
Lievito di birra 25 g  
Sale 4 g  
Zucchero a velo 50 g  
Olio di semi di arachidi 1 l

**Preparazione.** Sbriciolate il lievito in mezzo bicchiere di acqua tiepida, aggiungete un cucchiaino di zucchero e lasciate agire per qualche minuto. Setacciate la farina in una ciotola, versate il lievito disciolto, aggiungete il sale, il restante zucchero e la margarina. Iniziate a impastare. Grattugiate sull'impasto la scorza del limone. Continuate a impastare il tutto, fino a ottenere un panetto elastico e consistente. Coprite l'impasto con un canovaccio e lasciate lievitare, in un luogo tiepido, per due ore fino a che non sarà quasi raddoppiato. Terminata la lievitazione, mettete il panetto sulla spianatoia infarinata e iniziate ad appiattirlo con i polpastrelli. Infarinare ancora e stendete sul piano di lavoro l'impasto, con il mattarello, fino a raggiungere uno spessore di almeno 1,5 centimetri. Con un coppapasta, ricavate dei dischi di circa 7 cm. Provate a fare i cerchi il più possibile vicini l'uno all'altro. Unite i ritagli di pasta avanzati, impastateli e stendete nuovamente la pasta, appena ottenuta, con il mattarello. Servendovi del coppapasta, create altri cerchi e lasciateli da parte, poiché dovranno essere fritti per ultimi. Sistemate i dischi su una spianatoia infarinata e lasciateli lievitare per un'altra ora. Coprite con un canovaccio. Terminata la seconda lievitazione, versate l'olio di arachidi in una padella e mettetela sul fuoco. Appena l'olio avrà preso calore, lasciate scivolare all'interno della padella il primo disco di pasta. Se il bombolone si gonfia immediatamente e si gira da solo, potete iniziare la frittura anche degli altri. Mettete a friggerne pochi per volta nella padella e, appena saranno cotti e dorati, raccoglieteli con una ramina e un mandolino. Lasciateli sgocciolare su un foglio di carta assorbente. Dopo aver fatto sgocciolare bene dall'olio i bomboloni, passate alla decorazione finale. Servendovi di un setaccio, spolverizzate i bomboloni con lo zucchero a velo.

la Voce  
**PASQUA**  
*Il momento  
della rinascita*  
18 sabato,  
1 aprile  
2023

Dal libro di Bruno Tardivelli «Fiume la città smarrita»

# Quando portavamo le pinze dal Kadosa

**P**ubblichiamo qui di seguito un capitolo tratto dal libro intitolato «Fiume la città smarrita» di Bruno Tardivelli, già nostro collaboratore della rubrica Esuli & Rimasti. Visto che ci apprestiamo a celebrare la Pasqua, abbiamo scelto per voi il capitolo dal titolo «Quando portavamo le pinze dal Kadosa». Buona lettura!

A Fiume, in Braida, nei anni prima de la guera, tra el Viale delle Camicie Nere che la mia mama e la mia zia Francesca ciamava sempre col nome ungherese del tempo de la Defonta, el Corso Deak, e la Via Parini, xe una strada per metà drita e per metà in riva (in salita), xe la Via Alessandro Volta.

In quella strada, subito dopo el canton col Viale, oltre el negozio de calze e altre robe de dona era una grande pistoria (panetteria), i paroni era i Kadosa, lui, con adosso un traverson bianco, era sempre indafarà tra banco e el forno, la sua moglie sentava in cassa, i era ebrei, ma molti lavoranti no, cussi i pòdeva tegnir aperta la pistoria anca de sabato.

I era benestanti, bona gente che dava el pan anche a puff, (a credito) scrivendo el prezzo sul libretto della cliente che poi gaveria pagà el conto quando el mari gaveria ciapà la settimana, se ghe restava qualche soldo, altrimenti la gaveria dà un aconto e fato un altro puff, tanto la

signora Kadosa era bona e la ghe dava sempre el toco de pan a tuti i bisognosi.

Noi in quella botega compravamo el pan pompadur che era meo de le struze, i kifeli per la marena e le kaiserize de magnar taiade a metà onte col butiro e col salame del Kong che tuti ciamava el Simiot perché proprio un bel omo non era, e gaveva la botega de salumeria davanti el mercato, vicin la becaria (macelleria) del Rafic'.

Sti Kadosa, poi, i xe sparidi da la sera a la mattina, qualchedun dixeve che i era scampadi e qualche altro che i li gaveva impachetadi perché i era gente cativa, falsa, ebrei, spioni dei inglesi, ma a noi ne pareva floce (menzogne) perché mai se gaveva sentido che i se intrigava con la politica per tuta la Braida. Anzi, lori era tanto rispetosi che i gaveva messo ben in vista sopra la Cassa anche la fotografia del Re e quella del Duce ma, povereti, non ghe ga valso niente.

La cucagna però era già finida da qualche tempo, dopo che i Kadosa era sparidi, el forno xe diventà una bacolera, se trovava solo con le tessere struze de pan nero o giallo o cenerin e i dixeve che i ghe impastava drento quel che ghe capitava: polenta, fasoi mazinadi, farina de orzo e de bisi, ma anche segadura e cenere, perché de drio nel forno nisun vedeva quel che i combinava.

Là, ai bei tempi, la mia mama portava rostir le pinze che la fazeva in casa el Venerdì Santo, assieme a la zia Francesca.

Quando era ora de far sto lavoro in casa nostra, già de mattina bonora era un gran nervosismo, non le doveva dimenticar gnente: la farina de prima qualità, ovi, i rossi da una parte, e guai se i era poco rossi, mi-siadi col zucaro e i bianchi montadi a neve, el lievito squaiado nel late tiepido, con un poco de farina, el sal, el rum le scorze de limon gratade e cossa so mi cossa altro ancora.

Noi muli dall'altra parte del tavolo volevimo veder tuto, ma ziti per non insempiarle, cucì e boni, e no tociar el dito nel impasto per gustar se el era bon che la zia ne gaveria dà una papina con la man infarinada.

Poi sto impasto el doveva riposar soto una tovaia bianca e una pognava (coperta di lana), come un piccio che se mete a dormir.

Intanto poco per volta el cominciava a levarse (lievitare).

Poi prima de mezzogiorno, lore de novo le ghe dava una misiada, le gustava se el era abbastanza dolce e anche noi potevimo allora pizigar la pasta per assagiarla e dir el nostro parer.

La mama taiava allora el impasto in quatro tochi, perché la gaveva la dose per quatro pinze, mi dovevo scriver con la matita copiativa in quatro tochetini de carta el nostro



Pinze pronte per essere infornate

cognome e tacarghelo sopra ogni pinza con una cola de acqua e farina.

Le pinze vegniva ben sistemade sopra la tavola de impastar, a due a due, la mama ghe fazeva el segno de la croce, sopra ogniduna la le copriva con la tovaia e la pognava (coperta) che non le prendessi fredo e la zia Fani la se meteva la tavola con le pinze su la testa e, con noi tre, chi davanti e chi de drio, via con passo svelto le portavamo dal Kadosa per rostirle come se deve.

Là già trovavamo un sacco de done e omini ognidun con le sue pinze

da rostir e la confusion era grande. Bisognava far presto perché dopo una certa ora le pinze non vegniva più acetate.

El Kadosa tuto sudado con i sui lavoranti, tuti dei tochi de mati in canotiera, perché nel forno iera un gran caldo, con le traverse bianche ma miga tanto nete i quantava con quele manazze ste nostre pinze che la mia mama gaveva tratà con tanta delicatezza e i le burava sopra un tavolazzo dove le gaveria continuà a levarse; prima de informarle, i le gaveria onte per farle diventar lustre con un pinel tociado in un scio che contegniva tanti ovi sbatuti.

DELIKATESE DELIKATESE DELIKATESE

**VENDORAMA**  
*Delikatese*

Attimi di gustoso piacere

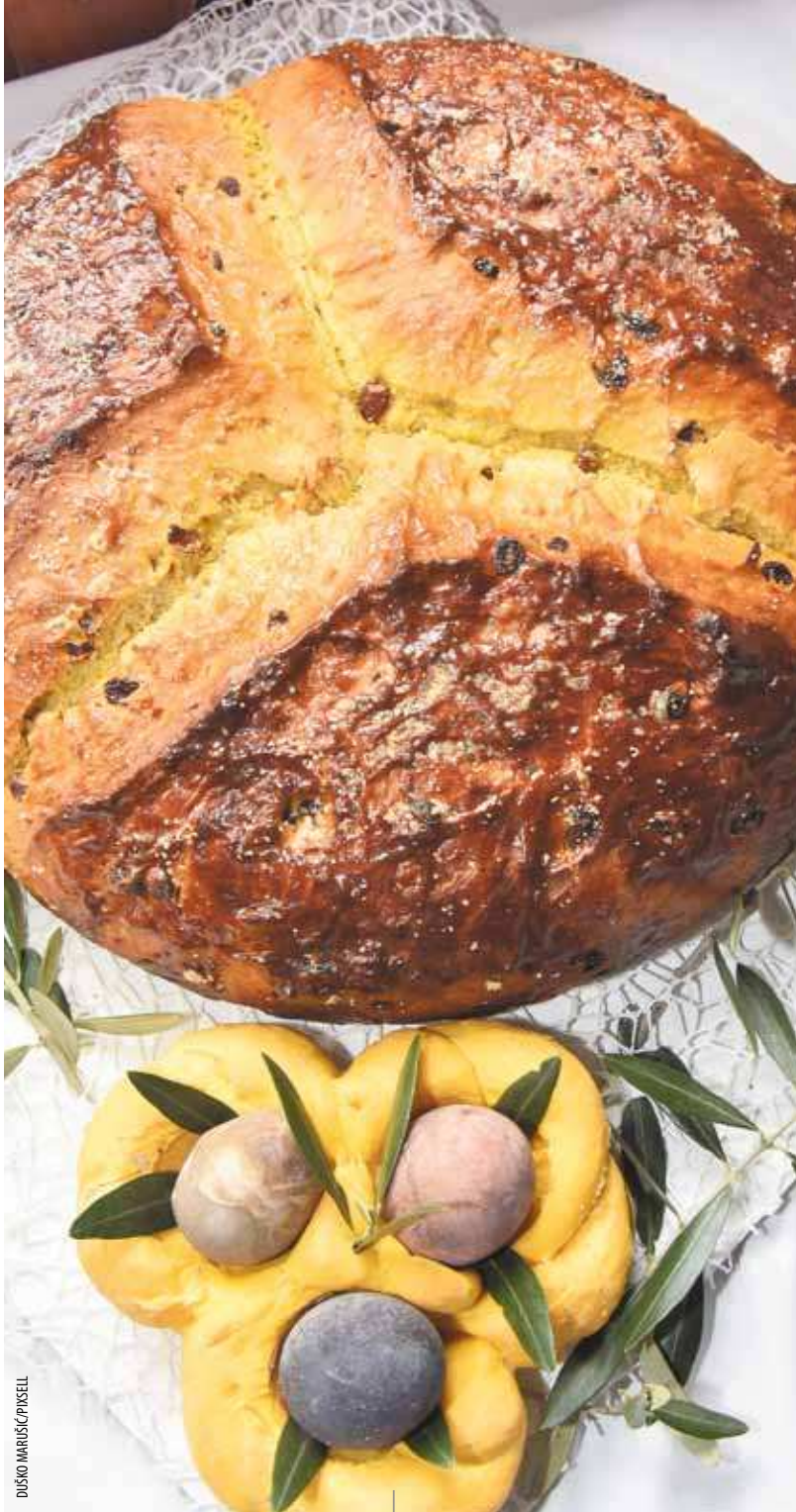
Nel nostro negozio, in centro a Fiume, troverete soltanto le migliori mortadelle, i migliori formaggi e pasta italiani, vini italiani e istriani. Potrete deliziarvi con un buon caffè, sfiziosi cioccolatini e tante altre prelibatezze da gustare in famiglia o da regalare.

Vi aspettiamo!

**Buona Pasqua**  
da Vendorama Delikatese

📍 Bačvarska 1A, 51000 Rijeka (Fiume)

la Voce  
**PASQUA**  
*Il momento  
della rinascita*  
19 sabato  
1 aprile  
2023



DUSKO MARUSIC/PIXSELL



DUSKO JARANJAZ/PIXSELL

bon profumo e vegniva voia de magnarle subito, ma non se podeva tocarle, saria sta un peccato, dixeva la mia mama.

Anzi i giorni prima era de far el digiuno come dixeva i preti, per far la penitenza e alora trovavimo per pranzo pasta con le sardele salade che proprio non me andava.

Bisognava spetar la Santa Pasqua, alora la mama e la zia le saria andade de matina bonora a farle benedir a la prima Messa in Mlaca da Don Gabre, assieme ai ovi duri che gavevimo pitura el giorno prima, al luk e al persuto che la mama gaveva cusina involtizzato in un tavaiol.

Poi finalmente vegniva el gran momento de gustar ste pinze benedete che le era bone, bone per incominciar a festegiar la Santa Pasqua de Gesu Risorto.

El mio papa le tociava nel Malvasia che la teta Tonza ne gaveva portà da l'Istria con la formajela de capra e la rakija (acquavite) che la mama tegniva come medicina, ma el mio papa ghe domandava un bicerin anca quando el stava ben.

Noi mularia, ciapavimo ognidun un siser benedetto con l'ovo pitura de rosso, ma quel se lo magnavimo poco per volta dopo el Lunedì dell'Angelo quando le pinze era sparide.

Poi xe vegnuda la guera e per 10 anni noi de Fiume ste delicatezze non le gavemo più viste, fin che non semo vegnudi in Italia.

nostre per farse una pinza per lori. Parlavimo de ste benedete pinze come se le saria stade dele picie creature vive.

Insoma, sto tormento durava fin a quando non vegniva l'ora de andar-sele a cior verso sera.

Noi, tuti tre fradei con la zia Francesca arivavimo dal Kadosa, con borse e grandi tavaioli per involtizar le nostre pinze con la speranza che non ghe saria successo qualcosa de imprevisto. In te la pistoria era una gran confusion, un mucio de gente, ognidun zigava el suo cognome per gaver le sue pinze e el Kadosa tuto sudà e roso come un peveron che zigava: "Boni, Boni, gente cara, che ve fazemo contenti tuti", intanto i lavoranti coreva avanti e indrio a zercar le pinze stivade in ordine alfabetico dei clienti.

E là davanti el banco era tuto un babezzo e una critica su ste pinze, chi zigava che non ghe pareva le sue, chi guardava i bilietti col nome, se era la sua caligrafia e el Kadosa che ghe la dava de intender a tute le done che per forza le pinze pareva cambiade: i le gaveva portade crude e adeso le era rostide.

Come Dio vol finalmente portavimo ste nostre pinze a casa, le aveva un

Per ogni pinza bisognava pagar in anticipo e darghe de gionta ancora un ovo per ongerla, ma chissà quante pinze lui ongeva con un ovo solo! Cussì era la tarifa de tuti i pistori, per imbroiarne a oci aperti. Tornavimo a casa tuti impensieridi per le nostre pinze. Chissà come le saria riuside, chissà se i ne le gaveria brusà o consegnade meze crude, chissà se ghe saria cascà el bilietin col nostro nome e i ne gaveria rifila qualche pinza più cativa de altri, e poi i contava che quei smafari de lavoranti rubava un pugno de pasta de le pinze più bone, come le

La pinza non può mancare in tavola il giorno di Pasqua



**Šušlavci**

[www.dimljenariba.com](http://www.dimljenariba.com)





**IMPERIAL SPIRITS**  
FESTIVAL

# IMPERIAL SPIRITS FESTIVAL

1° FESTIVAL DEI COCKTAIL IN CROAZIA

**26. & 27.05.2023**

📍 **HOTEL KVARNER, ABBAZIA**

POWERED BY



**LIBURNIA**  
HOTELS & VILLAS

IN COLLABORAZIONE CON

**LIQUID  
MARKET**  
THE COCKTAIL FESTIVAL

[WWW.IMPERIAL-SPIRITS.COM](http://WWW.IMPERIAL-SPIRITS.COM)





LIBURNIA  
HOTELS & VILLAS

[www.liburnia.hr](http://www.liburnia.hr)

# Pasqua sulla Riviera abbaziana



I raggi di sole primaverili ci annunciano il risveglio dal torpore invernale e il luogo migliore è in riva al mare. La primavera è il momento ideale per una vacanza rinvigorente e la Riviera abbaziana rappresenta lo scenario perfetto per provare un'esperienza del genere. Il periodo della primavera è ricco di eventi sportivi, di intrattenimento e gastronomici. I parchi meravigliosi e il bellissimo Lungomare sono pieni di angoli nascosti che aspettano di essere scoperti!

Trascorrete in pieno relax le vacanze pasquali sulla Riviera abbaziana, godetevi il tepore del sole mentre passeggiate in riva al mare. Se siete amanti della natura, vi proponiamo una vacanza attiva con camminate nordiche attraverso la storia di quest'area e scoprite i più pittoreschi sentieri escursionistici. Se volete scoprire l'unicità del Monte Maggiore, che dista soltanto mezz'ora dalla Riviera, lo potrete fare percorrendo gli affascinanti sentieri di montagna, per poi assaggiare, nei momenti di riposo, le prelibatezze gastronomiche locali a base di asparagi selvatici, i messaggeri della primavera.

Mentre state andando alla scoperta della Riviera abbaziana, apprezzate la comodità garantita da Liburnia

Hotels & Villas, che ha preparato per voi programmi e pacchetti accattivanti.

Godetevi le linee moderne dell'Hotel Ambassador\*\*\*\*\* di Abbazia, l'ambiente idilliaco dell'Hotel Excelsior\*\*\*\* di Laurana, oppure i family hotel Icići\*\*\*\* a Icići e Marina\*\*\*\* a Draga di Moschiena. Trascorrete momenti indimenticabili con le delizie culinarie e workshop di circostanza. Assaggiate la ricca colazione pasquale preparata con ingredienti tradizionali e poi il pranzo pasquale con 3 o 4 portate. Il divertimento è garantito per tutta la famiglia grazie ai laboratori creativi di origami, oppure per decorare le uova di Pasqua e giochi vari, come ad esempio la ricerca delle uova. Gli amanti del benessere avranno a disposizione una piscina coperta con acqua di mare riscaldata e una riccamente attrezzata area SPA con tanto di saune.

Le offerte speciali sulla Riviera abbaziana garantiscono una vacanza piena di contenuti nei Liburnia Hotels & Villas. Pianificate la vostra vacanza dei sogni e prenotate già oggi! Per maggiori informazioni sulle offerte e sui contenuti degli alberghi visitate il sito [www.liburnia.hr](http://www.liburnia.hr), oppure chiamate il centro prenotazioni dei Liburnia Hotels & Villas al numero di telefono +385 51 710 444.

la Voce  
**PASQUA**  
Il momento  
della rinascita  
sabato, 1 aprile  
2023

“Natale con i tuoi, Pasqua con chi vuoi”. Ammettetelo, quante volte avete sentito, e probabilmente anche pronunciato, questo modo di dire in occasione della festa dicembrina oppure in concomitanza con la più grande festa cristiana? I modi di dire legati alle festività sono molto diffusi, e visto che tra poco arriverà la Pasqua abbiamo scelto di proporvi i proverbi legati ai periodi quaresimale e pasquale. Andiamo a scoprirli insieme! Iniziamo con i modi di dire legati alla Quaresima. Di una cosa lunga e molesta o anche di una persona lenta, che impiega troppo tempo nel fare qualcosa, oppure molto alta e magra, diciamo che è “lungo come una Quaresima”, riferendosi al periodo che precede la Pasqua e che impone rinunce e fioretti. È ormai raro, invece, il proverbio “Quando il padre fa Carnevale, ai figlioli tocca far Quaresima” (se il padre è sprecone, la famiglia ne patisce), e il modo proverbiale “Carnevale o Quaresima, per me è la medesima”, detto da chi non ha mai tempo e modo di divertirsi, sicché per lui, o per lei, tutti i giorni sono uguali (o anche da chi non vuol riconoscere la Quaresima come periodo penitenziale). Si dice invece “Ha sciupato tutto e adesso fa Quaresima” di cui ha sperperato tutti i suoi beni e ricchezze vivendo attualmente in povertà. E arriviamo ai proverbi legati alla Pasqua. Di chi manifesta una grande felicità si dice che è “felice come una Pasqua”. La Pasqua, come si sa, celebra la resurrezione di Gesù Cristo, che grazie al suo sacrificio ha redento l’umanità dal peccato di Adamo. Attesa per 40 giorni di Quaresima con digiuni, fioretti e via crucis, la Pasqua è la più felice delle feste. Sono altrettanto noti i detti “Pasqua tanto desiata in un giorno è già passata”. La Pasqua è la festa più attesa (più desiata - desiderata) e più gioiosa dell’anno, e come ogni cosa felice trascorre con eccessiva rapidità. Si dice anche “chi vuol far Pasqua deve far Quaresima” (ovvero chi vuole far festa deve lavorare, darsi da fare; chi vuole raggiungere un fine deve faticare, soffrire); “Pasqua venga alta o venga bassa, la vien con la foglia o con la frasca (si fa riferimento al fatto che la Pasqua, alta o bassa che cada, di sicuro avverrà in un periodo in cui le piante avranno già ripreso a essere rigogliose); “alta o bassa è freddo fino a Pasqua” (questo modo di dire costituisce un’alternativa al precedente: è da Pasqua in poi che siamo soliti calcolare l’effettivo arrivo della stagione calda).



## La Domenica della Resurrezione (e non solo) nei modi di dire



“A Natale mezzo pane, a Pasqua mezzo vino” è un proverbio antico che fa parte del mondo contadino, con significato e origini particolari. Fa riferimento alla necessità di prepararsi ad affrontare particolari momenti dell’anno. Significa infatti che il contadino dovrebbe assicurarsi di avere in casa a Natale la metà del pane per poterlo consumare insieme agli altri, mentre a Pasqua dovrebbe avere a disposizione mezzo vino. Si rifà dunque all’economia rurale e alle usanze dei contadini. Il pane e il vino servivano infatti per celebrare le festività natalizie e quelle pasquali. Si sente dire anche

“Carnevale al sole, Pasqua molle”. Il detto si riferisce alla previsione che si basa sull’esperienza secolare del popolo, il quale ha notato che, se l’inverno è asciutto e sereno, probabilmente nel periodo pasquale poverà a dirotto e viceversa. Tanto per restare in tema meteorologico possiamo ricordare il detto “Se piove su l’olivo, no piove sui ovi” (Se piove la Domenica delle Palme, non piove la domenica di Pasqua) e “A Natale sul balcone, a Pasqua col tizzone” il che significa che se fa caldo durante le festività natalizie, allora si avrà una Pasqua fredda (e viceversa). C’è poi “l’olivo benedetto vuol trovar pulito

e netto”: è un proverbio popolare che associa un evento religioso, come la festività della Pasqua, ad un’abitudine rurale, come quella delle pulizie di Pasqua.

### I simboli della Pasqua nei proverbi

L’uovo è il simbolo per eccellenza della Pasqua. Vediamo pertanto i modi di dire sulle uova nella tradizione popolare: “meglio un uovo oggi che una gallina domani”, ovvero meglio un vantaggio sicuro e immediato, anche se modesto, che la prospettiva di un guadagno maggiore, ma incerto; “la prima gallina che canta ha fatto l’uovo”, il che significa che chi si scusa senza richiesta è il colpevole; “rompere le uova nel paniere”, ossia mandare all’aria i progetti altrui; “cercare il pelo nell’uovo”, quando qualcuno è molto pignolo. E ancora “trovare la gallina dalle uova d’oro” è un’espressione utilizzata in riferimento ad una persona, a un’attività oppure a una condizione che si rivela essere estremamente redditizia. La croce è pure uno dei simboli della festività pasquale. Ed ecco alcuni modi di dire: “portare la propria croce”, è da intendersi come capacità di sopportare e accettare i momenti dolorosi della vita, proprio come Cristo

ha accettato e sopportato la dura prova del martirio in croce senza cedimenti, pur nella sofferenza. Collegato all’episodio della salita di Gesù al Calvario carico della croce è anche il detto “la sua vita è un calvario”, così come “stare in croce”, “che crocel”. Sono tutte espressioni che sottolineano la gravità di una situazione particolarmente penosa. “La croce che ci si fa da soli è la più pesante” indica che quando siamo noi stessi a commettere delle azioni di cui poi ci pentiamo e che ci si ritorcono contro, dovremmo imparare a sopportarne le conseguenze. “Gettare la croce addosso a qualcuno”, invece, significa addossare ad un’altra persona la responsabilità di un fatto per biasimarla, proprio come è stato fatto con Gesù, quando è stato condannato alla croce e a portarla sul cammino verso il Golgota. Anche nel caso dell’espressione “essere la croce di qualcuno” si fa riferimento al peso sopportato da Gesù lungo il tragitto. Essere la croce di qualcuno vuole dire essere un peso insopportabile, ma da sopportare ugualmente.



# Il riutilizzo degli incarti delle uova al cioccolato



**S**e si hanno dei bambini, è facile che a Pasqua la casa si riempia di uova regalate da amici e parenti. Per i più piccoli l'unica preoccupazione sarà quella di scartarle una dopo l'altra mentre noi staremo a pensare come riutilizzare il cioccolato. Ma ci avete mai pensato al riciclaggio della carta delle uova? Sarà un'attività divertente da fare con i più piccoli oppure da soli. Molto colorata, la carta argentata delle uova di Pasqua, a causa della sua composizione mista, il più delle volte non è riciclabile. Può avere però una seconda vita e un nuovo uso grazie al riciclo creativo. Ecco alcune idee!



## Collage

Potete divertirvi a ritagliare le raffigurazioni stampate sulla carta delle uova (se ci sono, ad esempio, dei fiori o dei coniglietti) oppure delle forme a piacere se la carta è tinta unita (come un cerchio che ricordi il sole se il colore è giallo) e poi fare un collage su un foglio bianco incollando le figure e dando vita a un vostro personale disegno.

## Aquiloni e girandole

Colorata e leggera, la carta delle uova è perfetta per realizzare aquiloni e girandole: vi serviranno anche delle bacchette di legno o di plastica (potete usare matite o cannuce), del filo di nylon, delle puntine, forbici, colla, scotch e poi, naturalmente, il vento!

## Coprilibri e segnalibri

Un'altra idea è quella di riutilizzare la carta delle uova di Pasqua per ricoprire libri e quaderni di scuola (ma anche i ricettari di cucina che possono sporcarsi

facilmente) così da preservare intatte le copertine. Potete anche rivestire un piccolo cartoncino rettangolare e dar vita a uno scintillante segnalibro, per grandi e piccini!

## Fodera per cassetti

Riutilizzate l'incarto delle uova di Pasqua per rivestire i cassetti in cui riporre maglioni e vestiti: un modo per decorare l'interno dei mobili, soprattutto se vecchi, ed evitare che si rovinino se nuovi. Stessa cosa per i muri di casa: provate a decorarli con la tecnica del decoupage utilizzando proprio l'incarto delle uova di Pasqua.

## Cura del giardino e delle piante

Riutilizzate l'incarto delle uova per foderare i vasi delle piante: darete un tocco di colore al giardino o al balcone e non solo. La carta delle uova di Pasqua può trasformarsi anche in un utile spaventapasseri: tagliate l'incarto a strisciole da posizionare accanto alle piantine da custodire. Come riutilizzare invece la base e la capsula delle uova di Pasqua? Potete realizzare un mini terrario. Vi basterà forare la base di plastica, riempirla di terra ed ecco che diventerà un simpatico vasetto per piante. Per creare una porta candeletta dovrete riempire la base con cera profumata ed avrete ottenuto tantissime candele decorative. La base dell'uovo al cioccolato

può diventare anche un mini organizer da scrivania: potrete mettere al suo interno tutti i piccoli oggetti che di solito avete sparsi sulla scrivania, avrete tutto in ordine e sotto controllo. Si può creare anche un organizer da cucito. Anche in questo caso è ottimo per contenere spilli, aghi e ditali. Che ne dite di un contenitore per la plastilina? Per realizzarlo andrete ad utilizzare le capsule dove di solito è contenuta la sorpresa. Mettete le vostre palline di plastilina al suo interno, vi aiuterà a mantenerla sempre fresca senza farla seccare. Ed infine ecco un'idea per un porta orecchini: mettete tutti i vostri orecchini nelle capsule, chiudetele e non ne perderete più.



# BUONA PASQUA!

CANTINA DEGRASSI  
Via delle Cantine 3,  
Bassania  
52475 Salvore



DEGRASSI

www.degrassi.hr  
info@degrassi.hr  
+385 (0)52 759 250

Bašanija - Podrumarska 3, Savudrija



**NEW  
2023**

# Heritage hotel Stypia **★★★★**

 Crikvenica, Croazia

## **Festeggiate la Pasqua con stile!**


Visitate il nostro nuovo Heritage hotel Stypia rinnovato di recente, protetto come monumento culturale, a pochi passi dal centro città e vicinissimo al mare e alla bellissima spiaggia.


Immergetevi nell'atmosfera pasquale godendo le tradizionali specialità locali e scoprendo le numerose bellezze naturali e culturali.

Prenotate il vostro soggiorno presso il nostro hotel e create dei ricordi che vi accompagneranno per tutta la vita.



 Heritage Hotel Stypia

 stypia\_crikvenica

 [www.jadran-crikvenica.hr](http://www.jadran-crikvenica.hr)



**L**a Pasqua, come il Natale, è un giorno in cui famiglie e amici si ritrovano per festeggiare insieme, tipicamente con pranzi abbondanti, tavole ben imbandite e case decorate a tema. Un'occasione di questo tipo, però, si trasforma molto spesso in aumento concreto dei rifiuti prodotti. Non deve per forza essere così: come ricorda il WWF, infatti, è possibile organizzare una Pasqua "verde", per alleggerire il nostro impatto sul Pianeta in occasione di questa festa. Vediamo dunque i 7 consigli del World Wildlife Fund per una Pasqua sostenibile.

#### Decorazioni fatte in casa

Spesso, in occasione delle feste, ci si lascia prendere la mano, acquistando decorazioni di ogni tipo per abbellire la sala da pranzo. È però possibile fare altrettanto senza portare in casa tanta plastica e altri adornamenti che si trasformeranno in rifiuti. Ecco allora che si può optare per decorazioni più semplici, genuine e rispettose dell'ambiente, a partire dalle uova colorate in casa con coloranti naturali: paprika per l'arancione, la curcuma per il giallo, le rape rosse per il fuxia, il caffè per il marrone, il vino rosso per il viola e gli spinaci per il verde. Il giorno dopo - o la sera - sarà possibile utilizzare quelle stesse uova per preparare una delle tante ricette tradizionali, con altri ingredienti locali.

#### Prodotti di stagione e a chilometro zero

E proprio dei prodotti da portare in tavola parla il secondo consiglio del WWF per una Pasqua sostenibile. È bene infatti optare per dei prodotti locali e di stagione, senza andare a contribuire all'impatto importante derivante dall'uso di prodotti di altre stagioni o che provengono da lontano. Durante il periodo



# I 7 consigli del WWF per una festa sostenibile



pasquale, per esempio, si dovrebbero prediligere asparagi, fave e agretti.

#### Una spesa consapevole

Il primo passo della spesa consapevole è senz'altro quello di acquistare prodotti a chilometro zero e di stagione. Ma non è tutto qui: è bene acquistare solo il necessario, utilizzando una lista

precisa per ridurre al minimo gli sprechi nonché i viaggi dovuti a dimenticanze; è poi bene scegliere prodotti con scadenze lontane e preferibilmente sfusi, e in ogni caso con imballaggi leggeri.

#### L'uovo di Pasqua: meglio bio

Per una Pasqua sostenibile è bene fare attenzione nella scelta dell'uovo di cioccolato. Meglio optare per dei prodotti che non siano fatti a partire da piantagioni di cacao che incentivano pratiche di deforestazione. Se possibile, meglio acquistare delle uova di Pasqua con delle certificazioni bio, o certificazioni di altra tipologia (per esempio Fairtrade).

#### Il cibo avanzato non si butta

Non è per nulla raro, in occasione del pranzo pasquale, avere degli avanzi. Questi non vanno assolutamente buttati, e anzi vanno gestiti nel modo corretto, pianificando per bene il loro utilizzo. Alcuni potranno essere messi nel frigo per essere consumati il giorno dopo, altri dovranno invece essere congelati, usando non sacchetti, ma contenitori riutilizzabili nel tempo. Chi non ha

più spazio nel freezer può darsi alla creatività, riutilizzando gli avanzi per creare nuove ricette, dalle torte salate in poi.

#### Fare attenzione alle etichette

Sempre controllare la scadenza dei prodotti alimentari, per evitare sprechi, assicurandosi di comprenderle bene. Va sottolineato che l'affermazione "consumare entro" indica una data piuttosto esatta oltre la quale non spingersi, laddove invece "da consumare preferibilmente entro" indica il giorno oltre il quale quel prodotto potrebbe essere non più ottimale, ma comunque consumabile. Anche la conservazione corretta, ovviamente, ha un ruolo importante.

#### La differenziata nel modo corretto

Infine, l'ultimo consiglio per una Pasqua sostenibile è relativo ai rifiuti. Alla fine del pranzo, è bene dedicare infatti attenzione alla raccolta differenziata. Pensiamo per esempio alla classica colomba: la scatola esterna va nella carta, il sacchetto di plastica negli imballaggi, e lo stampo di cottura, in presenza di residui, può andare se compostabile nell'organico, se non compostabile nell'indifferenziato.



POREČ-ISTRA-CROATIA

# Baredine

## JAMA-GROTTA

Buona Pasqua!

### Grotta di Baredine

La grotta di Baredine è un monumento della natura situato nei pressi di Parenzo, aperto ai visitatori dal 1995.

Accompagnati dalla nostra guida, che allo stesso tempo ne è anche il "curatore", potrete visitare cinque sale decorate da ricchi depositi calcarei, per scendere poi fino al lago sotterraneo a una profondità di 60 metri. Un altro aspetto interessante di quest'impresa avventurosa è l'impatto con la fauna sotterranea. Avrete modo di vedere il proteo (lat. *Proteus anguinus*), specie endemica, essendo il suo areale ristretto al sottosuolo delle zone carsiche.




www.baredine.com




TRAKTOR STORY

CROATIA - ISTRIA - CROAZIA - AUSTRIA

pavlomir.hr

VINSKA KUĆA

# Pavlo mir



Il vigneto ha bisogno di un servo,  
il vino di un padrone...

## Buona Pasqua

Vinska kuća Pavlo mir / Pavlo mir 2, Novi Vinodolski



tradizione dal 1950  
**KALMAR**  
Implant Dentistry

## CLINICA DENTISTICA ALL'AVANGUARDIA – TUTTI I SERVIZI IN UN UNICO POSTO

Il dott. Daniel Kalmar, proseguendo la tradizione di famiglia, ha riunito un team di professionisti di altissimo livello, tra stomatologi, tecnici di laboratorio e personale di supporto, operanti in un edificio moderno nell'ambito del quale ci sono 14 studi dentistici, un laboratorio odontotecnico e un centro diagnostico.

Tre generazioni di stomatologi della famiglia Kalmar hanno curato con successo più di 50.000 pazienti presso la Kalmar Implant Dentistry.

Al centro dentistico Kalmar tutto è subordinato alle necessità dei pazienti. Un personale estremamente gentile farà in modo che vi sentiate sicuri e a vostro agio in tutte le fasi del trattamento, come lo dimostra la **certificazione ISO 9001**, una norma internazionale che attesta la qualità dell'azienda. Inoltre, siamo una clinica certificata per l'inserimento di impianti dentali della svizzera **Straumann**, azienda leader del settore.

Siamo titolari di numerosi premi internazionali che ai pazienti della clinica Kalmar garantiscono l'eccellenza nella fornitura di servizi odontoiatrici. Le piattaforme digitali per la valutazione della qualità dei servizi ci hanno proclamato quale migliore clinica dentistica in Croazia e tra le migliori 10 al mondo.

Per rendere il vostro soggiorno quanto più piacevole, nell'ambito della clinica Kalmar si trova un **bar/ristorante di tipo italiano "La forchetta"**, con una vista incantevole su uno dei golfi più belli dell'Adriatico.

Ai nostri pazienti offriamo il trasporto organizzato gratuito in occasione della prima visita, parcheggio gratuito per coloro che vengono con un mezzo di trasporto autonomo e aiuto nell'organizzazione dell'alloggio.

Rivolgetevi a noi con fiducia e unitevi alle migliaia di pazienti soddisfatti del nostro servizio odontoiatrico presso il centro Kalmar Implant Dentistry.

### PERCHÉ KALMAR?

- 1 Il nostro laboratorio odontotecnico è attrezzato con la più moderna **tecnologia CAD/CAM** (Computer-Aided Design/Computer-Aided Manufacturing) dell'azienda tedesca **Sirona**, che ci consente di produrre manufatti estremamente precisi, di estetica e qualità superiori.
- 2 Utilizziamo materiali di alta qualità della **Ivoclar Vivadent**, azienda leader sul mercato nel campo della ceramica, con i quali realizziamo corone dentali dei più alti standard estetici.
- 3 Grazie ai migliori sistemi di implantologia dentale, gli impianti **Straumann**, che garantiscono durata e affidabilità, otteniamo ottimi risultati in tutti gli interventi pianificati. La loro forma e il materiale utilizzato stimolano l'osso ad adattarsi all'impianto, il che contribuisce in maniera determinante al successo dell'intervento.
- 4 Nei casi in cui non è possibile l'inserimento di impianti dentali o di innesti ossei, utilizziamo gli impianti zigomatici **Zygoma**. Grazie all'inserimento degli impianti Zygoma, ai pazienti può venir inserito un dispositivo protesico quando ciò non è possibile utilizzando i metodi più semplici e consueti.
- 5 Siamo una **clinica dentistica riconosciuta a livello internazionale** con una tradizione familiare lunga più di 70 anni. Le numerose generazioni di pazienti soddisfatti sono una garanzia della nostra qualità.



Buona  
Pasqua!

LA PRIMA VISITA, CONSULENZA  
E PANORAMICA DENTALE DIGITALE SONO **GRATUITE**

Ljubljanska cesta 6, 51000 Rijeka (Fiume) | Tel: +385 51 262 362 | Numero verde: 800 17 30 17 | e-mail: info@kalmardent.com



Le ricette di Maja Šabić, vincitrice della nota trasmissione tv

# Un menu da Masterchef

la Voce  
**PASQUA**  
Il momento della rinascita  
Sabato 1 aprile 2023

di Carla Rotta

“Dedico questa vittoria a me stessa. Sarò egoista al punto da dedicare la vittoria e il trofeo a me stessa, perché li ho conquistati io e sono stata io a cucinare!”. Così la polese Maja Šabić aveva concluso il suo faticoso percorso che l'ha portata a salire sul trono della gara Masterchef. Una gara all'ultimo pizzico di fantasia, che richiede un'ottima conoscenza degli ingredienti, la competenza di sposarli e di farlo nelle giuste dosi. Eppoi ci vuole il coraggio di osare. Allora, sapete che vi dico? Maja ha fatto bene, anzi benissimo a dedicare la vittoria a sé stessa, perché a rischiare e a sudare ai fornelli c'era lei. E ad aspettare con un po' d'ansia il responso della giuria, di nuovo c'era solo lei. Piatti tra il tradizionale e l'esotico, preparati per mettere nel piatto i sapori di casa, osando qualcosa in più. Quanto lavoro sta dietro a tanta sicurezza e abilità?

**Maja, quando ha iniziato a cucinare?**

“In effetti ho cominciato a preparare qualcosa molto presto; naturalmente, all'inizio si tratta di piatti semplici. Mia mamma è venuta a mancare che io ero molto piccola, così, con mio padre, ho iniziato ad armeggiare in cucina”.

**Quali sono i suoi piatti preferiti?**

“Pesce. Adoro il pesce e tutto quello che è mare”.

**Cucina tradizionale o innovativa?**

“Ho due figli adolescenti che non sono propriamente dei buongustai, per cui a casa mangiamo classico, tradizionale. Diciamo che la base è fatta di 5-6 pietanze che poi si ripetono. Almeno una volta alla settimana porto in tavola il risotto al pollo: i miei figli lo adorano. A loro piace pure il ragù alla bolognese e vari sughi. Non mi resta che variare con i contorni. Però, quando cucino per gli amici, mi... sbizzarrisco un po' con la gastronomia moderna. Mi piace sperimentare, unire sapori...”



**A che cosa bisogna fare attenzione nello sposare gli ingredienti?**

“Beh, il cibo dovrebbe soddisfare tutte le necessità nutrizionali, un giusto rapporto di proteine, grassi, carboidrati. Le possibilità sono infinite: bisogna lasciarsi guidare dalla fantasia”.

**L'occhio vuole la sua parte.**

“Per me personalmente, la presentazione, l'aspetto di un piatto è importante. In fin dei conti, iniziamo a mangiare con gli occhi e quindi mi piace dare al piatto un bell'aspetto. Se il piatto si presenta bene, t'invita a mangiare; se il cibo è buttato là, a casaccio, allora non è per niente invitante”. Ci è venuta un'idea? Perché non risolvere il menù delle feste (per evitare di essere ripetitivi, prevedibili) chiedendo alla nostra interlocutrice una proposta pranzo? Maja è impegnatissima, ma si è prestata ben volentieri e con simpatia a condividere con noi le ricette per la tavola pasquale. Al solo riportare le ricette ci è venuta l'acquolina in bocca. Coraggio, allora; provate. Legate bene il grembiule... si parte!

Che ne dite? Invitante, no?! La bella figura e la sorpresa sono garantite. Perché non sono piatti da chef, ma da... Masterchef! Buon appetito. Ah, un'ultima raccomandazione. Non solo i piatti, anche la tavola deve presentarsi bene. Non dimenticate qualche tocco di eleganza e di tradizione. Fate attenzione: quale che sia la decorazione, non deve fare da “muro” e dare fastidio ai commensali, togliendo la visuale e impedendo la conversazione. Qualcosa di sobrio e simbolico basterà. Tenete presente che less is more.

ARCHIVO PERSONALE



## ANTIPASTO FREDDO

### Patè di fegatini di pollo

#### Ingredienti:

2 scalogni (piccoli)  
300 gr di fegatini di pollo  
50 gr di burro  
Sale  
Pepe  
Prezzemolo tritato  
20 ml di brandy  
Spezie a piacere (aglio, timo...)  
Olio d'oliva

#### Preparazione:

Affettare finemente lo scalogno e farlo appassire con l'olio d'oliva. Quando lo scalogno sarà sfumato unire al soffritto i fegatini puliti e tagliati a pezzettini e stufare finché non saranno ammorbiditi. Sfumare con il brandy. Lasciare raffreddare e frullare con un mixer a immersione o con il frullatore, aggiungendo il burro e le spezie, fino a ottenere un composto omogeneo. Servire su pane tostato.

## PRIMO PIATTO

### Rotolo d'agnello con verdura

#### Ingredienti:

Cosciotto d'agnello (disossato)  
Olio d'oliva  
Rosmarino  
Prezzemolo  
Aglio  
Carote  
Cipolla  
Patate novelle  
Sale, pepe  
Patate da lessare  
Rucola  
Aceto balsamico

#### Preparazione:

Tritare finemente il prezzemolo, il rosmarino e l'aglio, aggiungere l'olio e amalgamare il tutto. Strofinare la carne con le erbe aromatiche, salare e pepare; arrotolare e legare con lo spago da cucina. Mettere in una padella un po' d'olio d'oliva e scottarvi la carne per sigillarla da tutti i lati. Spolverizzare di erbe aromatiche, adagiare il rotolo in una teglia e cuocere a 170°. Aggiungere le patate novelle, la cipolla e le carote e cuocere finché la carne non sarà tenera. Lessare le patate con la buccia; quando saranno cotte sbucciarle e tagliarle a tocchetti. Aggiungervi la rucola spezzettata. Mescolare il tutto, condire con olio d'oliva, aceto balsamico, aggiustare di sale e pepe. Affettare la carne e servire con la verdura arrosto e l'insalata di patate con rucola.

## ANTIPASTO CALDO

### Ravioli con ripieno di funghi

#### Ingredienti:

250 gr di farina 00  
250 gr di uova  
500 gr di funghi (champignon, funghi ostrica...o un misto di funghi)  
2-3 scalogni  
50 gr di ricotta  
Burro  
Sale, pepe  
2-3 foglie di salvia  
Olio d'oliva  
Grana Padano

#### Preparazione:

**Impasto:** Lavorare la farina e le uova fino a ottenere un impasto omogeneo; lasciare riposare almeno 30 minuti. Stendere la pasta in sfoglie sottili e farcire con il ripieno.  
**Ripieno:** Affettare finemente uno scalogno e rosolarlo su olio d'oliva. Tagliare i funghi a tocchetti e aggiungerli allo scalogno. Lasciare rosolare per una decina di minuti, finché il liquido non sarà evaporato. Aggiustare di sale e pepe e lasciare raffreddare. Frullare i funghi, incorporare alla ricotta e lavorare bene.  
**Salsa:** Affettare 2 scalogni e appassirli su poco olio d'oliva; unire i funghi tagliati a listarelle; aggiustare con sale e pepe e unire la salvia. Aggiungere un po' d'acqua e cuocere per una quindicina di minuti. Aggiungere il Grana Padano. Frullare parte dei funghi con un mixer a immersione e aggiungere la rimanenza alla salsa. Cucinare i ravioli per 3-4 minuti, finché non saliranno in superficie. Servire con la salsa ai funghi. A piacere spolverare con il Grana Padano.

## DESSERT

### Dolce alla barbabietola e cioccolato

#### Ingredienti:

300 gr di barbabietole  
350 gr cioccolato fondente  
185 gr di burro  
6 uova  
Vaniglia  
220 gr di zucchero  
100 gr di farina di nocciole o mandorle  
Un cucchiaino di cacao  
Panna (22-30 p.c. di grassi)  
Una bustina di zucchero all'aroma di menta

#### Preparazione:

Cucinare la barbabietola senza pelarla. Quando sarà cotta lavorarla fino a ottenere una purea. Mettere in una casseruola il burro e il cioccolato e sciogliere al vapore. A parte lavorare le uova con lo zucchero e un po' di vaniglia; aggiungere la farina di nocciole o di mandorle. Unire la purea di barbabietole al cioccolato, aggiungere il composto di uova e amalgamare il tutto. Versare il composto in una teglia ricoperta da carta da forno; informare a 160° per 45 minuti circa (dipende dal forno; quindi, meglio controllare). Aggiungere alla panna lo zucchero aromatizzato. Quando il dolce sarà freddo, tagliarlo a quadretti e servire con la panna aromatizzata.

laVoce  
**PASQUA**  
*Il momento  
della rinascita*  
Sabato  
1 aprile  
2023



# BAMBINI

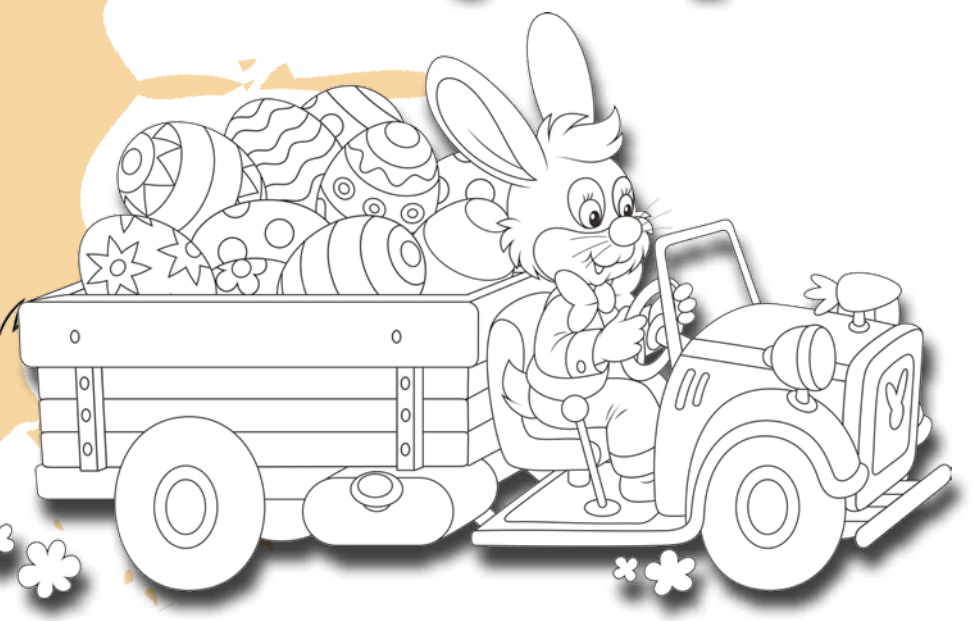
## Spazio alla fantasia



Colora



Unisci i puntini



### "Sapori del Quarnero"

"Vogliamo presentare sui nostri scaffali il meglio dei produttori locali, dal mare ai monti, un'offerta completa delle caratteristiche quarnerine unite al progetto "Sapori del Quarnero", il cui scopo è quello di promuovere la parte culinaria della nostra Regione"

*Buona Pasqua!*  
**Nada Klemenc**

Negoziò a Volosca, via Andrija Stanger 46, Cell: +385 98 9818 334  
(orario di apertura: lunedì - sabato dalle 9 alle 13)  
e-mail: [n1d1klemenc@gmail.com](mailto:n1d1klemenc@gmail.com)

- PRODOTTI MANIFATTURIERI  
\* articoli di ceramica
- Non ci resta che lasciarci trasportare dai gusti targati **Klemenc!**
- \* sciroppi  
\* succhi di frutta
- \* ortaggi-bio su ordinazione
- \* confetture e marmellate  
\* miele  
\* asparagi di bosco in olio d'oliva



# Benvenuti al Labranda Velaris Resort & Village!

Situato a Brazza, una delle più belle isole della Croazia, il Labranda Velaris Resort & Village invita tutti gli ospiti a provare le soddisfazioni che possono regalare il ricco patrimonio culturale, l'armonia della natura, le meravigliose baie e le colline ricoperte da vigneti. Grazie agli ottimi collegamenti con la terraferma, il sito è raggiungibile in meno di un'ora. Il resort, immerso in un rigoglioso giardino mediterraneo e in un'atmosfera rilassante, è costituito da due alberghi: uno di tre stelle (75 camere) e uno di quattro stelle (102 tra camere e suite), offrendo così agli ospiti un'ampia possibilità di scelta.

Potrete così godervi le giornate di sole su una delle bellissime spiagge, abbandonarvi ai sapori della cucina locale oppure esplorare l'isola partecipando a una delle numerose gite comprese nella nostra offerta.

Che la vostra avventura sull'isola di Brazza abbia inizio al Labranda Senses Resort & Village.



LABRANDA  
VELARIS RESORT & VILLAGE

**LABRANDA VELARIS RESORT & VILLAGE**

Supetar, Isola di Brazza (Brač)

E [reservations.velaris@labranda.com](mailto:reservations.velaris@labranda.com)

T +385 21 606 606





# Buona Pasqua

*Sretan Uskrs  
Vesele velikonočne praznike*

 **EDIT**

Ente giornalistico-editoriale, Fiume

**la Voce** del popolo

**Panorama**

**ARCOBALENO**

**la battana**

**EDITlibri**

La Pasqua, festa della gioia, della pace e della speranza,  
sia per tutti uno stimolo alla perseveranza e alla dedizione  
nel promuovere la solidarietà e i valori del dialogo.

Che l'atmosfera festiva rafforzi la speranza in un futuro migliore,  
più sicuro e più giusto per tutti i nostri cittadini.

Il presidente della Regione litoraneo-montana  
Zlatko Komadina

**primorsko**  
županija **goranska**

[www.pgz.hr](http://www.pgz.hr)



# Buona Pasqua!



**Istarska  
Kreditna  
Banka**  
Umag d.d.



**CREDITI  
IN CONTANTI**

**TASSO D'INTERESSE  
DA 5,50% A 6,00% (TAEG DA 5,77%)**

#### ESEMPIO DI MUTUO:

Valuta del mutuo	EUR	EUR
Importo limite richiesto	10.000,00	10.000,00
Termine di rimborso	120 mesi	120 mesi
Indennizzo per l'elaborazione della richiesta mutuo	0,00	0,00
Tasso d'interesse fisso	5,50%	6,00%
Tasso d'interesse effettivo	5,96%	6,48%
Ammontare della rata mensile	108,53	111,02
Ammontare del rimborso	13.022,93	13.322,42