

Per avere informazioni sui manuali scout editi dalla **Nuova Fiordaliso** potete contattare direttamente la casa editrice  
tel. 06/68809208  
fax 06/68219757  
e-mail [editoria@fiordaliso.it](mailto:editoria@fiordaliso.it)  
Trovate il catalogo aggiornato in [www.fiordaliso.it](http://www.fiordaliso.it)

## Libri utili...

Baden -Powell, **Scoutismo per ragazzi**, ed. Nuova Fiordaliso

Daniele Gui, **Pronto Soccorso**, ed. Nuova Fiordaliso

Donatella Bossanelli, **Nella dispensa**, ed. Calderini Edagricole

Guglielmo Betto, **Erbe - Storie e ricette di cucina**, ed. Calderini Edagricole

Bianca Bosso,  
**La frutta: conserve, marmellate, gelatine, liquori**, ed. Calderini Edagricole

Giuseppe Rama, **Orto - manuale pratico**, ed. Demetra

Margherita Neri, **L'orto - in modo sano e naturale**, ed. Demetra

Marco Morbioli,  
**Uccelli in Italia - in montagna, in campagna, e al mare**, ed. Demetra

Invece gli altri manuali li potete acquistare nella maggior parte delle librerie. Inoltre esistono delle librerie specializzate nella vendita di cartine e pubblicazioni per l'escursionismo che effettuano vendita per corrispondenza:

[www.libreriamontagna.it](http://www.libreriamontagna.it)  
[www.escursionista.it](http://www.escursionista.it)

Per quanto riguarda i manuali naturalistici e di fotografia esistono un'infinità di libri, riviste, ecc. (anche piuttosto costosi), vi consigliamo comunque di far riferimento alle pubblicazioni specifiche sulla flora e fauna italiana, preferendo le guide pratiche di riconoscimento.

Agesci • Albo tecnico n. 6

# Avventura in Campagna

INSERTO di SCOUT AVVENTURA n.7 di Novembre 2001



a cura della redazione di SCOUT Avventura • [scout.avventura@agesci.it](mailto:scout.avventura@agesci.it)

campagna





## Agricoltore

### CHI È?

L'agricoltore è innamorato di tutto ciò che ruota attorno alla vita nei campi, nell'alternarsi delle diverse stagioni, egli cura la crescita delle varie colture.

### COSA DEVE CONOSCERE?

I principali lavori di ogni mese dell'anno, la preparazione del terreno, le semine, la messa a dimora di piante da frutto. I vari tipi di concimazione (organica e chimica), le tecniche di irrigazione e gli innesti principali. Riconosce le più importanti avversità delle piante, funghi e fitofagi e conosce i più usati sistemi di lotta (chimica ed integrata); conosce inoltre la rotazione delle colture e gli elementi che caratterizzano l'agricoltura biologica.

### COSA DEVE SAPER FARE?

Usare i principali attrezzi e macchinari presenti in un'azienda agricola. È in grado di seminare e piantare piante di diverso tipo, sa inoltre potare le varie piante da frutto. Miscela in sicurezza i vari prodotti antiparassitari per la cura delle piante e prepara un equilibrato schema di concimazione per ogni coltura nell'arco dell'anno. Conosce e applica le tecniche agronomiche per la coltivazione della vite e sa ottenere il vino.

**Coordinamento editoriale:**

Andrea Provini

**Progetto grafico:**

Giovanna Mathis

**Impaginazione:**

Giovanna Mathis,  
Gigi Marchitelli

**Testi di:**

Andrea Provini,  
Giorgio Cusma,  
Davide Tacchini,  
Angelo Resmini,  
Damiano Marino, Sq.  
Gazzelle del Sassari 8

**Disegni di:**

Giorgio Cusma, Sq.  
Gazzelle del Sassari 8

## Orticoltore

### CHI È?

L'orticoltore gestisce un piccolo orto in campagna o nel giardino di casa, coltiva le principali piante da orto nelle varie stagioni.

### COSA DEVE CONOSCERE?

Il calendario delle semine dell'orto. Le principali piante da orto (insalate, pomodori, zucchine, patate, cipolle ecc) e i terreni adatti per la loro crescita. Le più elementari nozioni sulle irrigazioni. Alcune nozioni sulla concimazione (naturale e chimica).

### COSA DEVE SAPER FARE?

Deve saper preparare un letto di semina.

Deve saper seminare e successivamente trapiantare ogni pianta da orto.

Deve saper usare i più comuni attrezzi da orto (vanghe, zappe, ecc).

Deve essere in grado di realizzare una piccola serra, con legno, plastica, ferro o altri materiali. Deve saper valutare la più idonea qualità dei seme e la concimazione giusta per ogni singola coltura. Saper curare le varie malattie delle piante da orto.



## Allevatore

### CHI È?

L'allevatore ama veder crescere gli animali che con impegno segue quotidianamente.

### COSA DEVE CONOSCERE?

Le principali caratteristiche dell'animale che alleva. Gli elementi nutrizionali per la sua crescita. I tempi e le caratteristiche della riproduzione della specie allevata. Le patologie ad esso collegate. Le varie specie dell'animale allevato.

### COSA DEVE SAPER FARE?

Un programma di alimentazione bilanciata per l'ottimale crescita dell'animale allevato. Cura la progettazione o la manutenzione dei luoghi (stalle, ovili, pollai, gabbie ecc) dove vivono gli animali. Eventuali vaccinazioni o somministrazioni di prodotti per la cura degli animali. Una scheda sanitaria dei suoi animali in collaborazione con l'ufficio veterinario del proprio comune.



## Giardiniere



### CHI È?

Il giardiniere ama coltivare fiori, arbusti e piante per l'ornamento delle case e dei giardini, egli segue con grande precisione tutto il ciclo vitale delle varie piante.

### COSA DEVE CONOSCERE?

Conoscere almeno 10 tipi di fiori o piante decorative. Conosce le principali malattie delle piante da fiore e i rimedi per curarle. Conosce almeno 2 tipi di innesto e la pratica delle principali potature. I principali concimi del giardinaggio presenti sul mercato.

### COSA DEVE SAPER FARE?

Sa piantare semi e bulbi.  
La riproduzione di piante per talea, propaggine e margotta.  
Sa coltivare e potare le rose.  
Sa miscelare i vari prodotti antiparassitari che comunemente vengono usati nei giardini.  
Crearsi una piccola biblioteca con testi vari di giardinaggio o riviste del settore.



## Rondini & soci

di Giorgio Cosma

Sono appena partiti... il ricordo della loro presenza è ancora vivo e mi sembra impossibile che se ne siano andati così presto... sono stati con noi dalla metà di marzo fino ad ottobre e ne vedremo ancora qualcuno almeno fino a novembre. Ora stanno volando in grandi stormi verso zone dell'Africa Centrale o addirittura verso le coste meridionali del Sud Africa. Ci metteranno un paio di settimane per compiere questo viaggio e molti di loro non vedranno la fine del faticoso percorso.

Il pezzo di cielo fuori dalla mia finestra è vuoto senza di loro... ogni tanto una ghiandaia, una tortora o qualche altro piccolo uccello lo attraversa e lo rende meno solitario ma nessun volo riesce a sostituire i loro voli. Gli uccelli che vedo sembrano lenti e monotoni nei movimenti: difficile competere con loro!

Ma chi sono questi "loro" che hanno lasciato un vuoto così malinconico nel mio cuore perché non posso più sentirli garrir e vederli sfrecciare nell'azzurro sopra agli alberi del giardino?

Sono, anzi erano, rondini, balestrucci, rondoni e rondoni alpini!

Vederli in cielo sembrano tutti uguali... sembrano... ma ad un attento osservato-

re non possono sfuggire i tanti diversi particolari che li contraddistinguono, che li fanno diversi tra loro e che tutti insieme proveremo a scoprire.

Quando ancora non eravate guide o scout potevate permettervi, come la maggior

parte della gente, a definire RONDINE o RONDONE ogni uccello con ali arcuate (= a forma di arco), che vola velocissimo anche a grandi altezze, che fa continue prodezze acrobatiche... scende a precipizio, sale in verticale, gira con angoli strettissimi ed ha



una colorazione sostanzialmente scura con qualche petto chiaro. E fin qui niente di male... non si può pretendere che tutti conoscano tutto... ma per noi scout è invece molto importante saper leggere tutti i segni della natura, saperne osservare ogni dettaglio, per capire meglio il mondo naturale che ci circonda ma soprattutto per conoscerlo.

L'Avventura si vive all'aperto dove vivono anche animali e piante ed è quindi logico per noi imparare ANCHE a riconoscere gli uccelli perché noi ci muoviamo tra AMICI e gli amici si riconoscono per nome!

La figura più nota tra gli uccelli che andiamo a scoprire è la rondine: la perfezione delle forme, gli eleganti colori, la sua coda biforcuta, la rapidità e la precisione del suo volo, il simpatico e chiasoso verso, la vicinanza con noi uomini (sceglie le nostre case per costruire la propria). Gli altri soci non le stanno alla pari per popolarità ma più o meno sono come lei, forse forme e colori non sono così fini ma per il resto ne condividono gran parte di abitudini: tutti volano veloci e sicuri come lei, sono insettivori, amano vivere in gruppo, costruiscono nidi impastandoli principalmente con fango e saliva o usufruiscono di anfratti, fessure e cunicoli, amano climi miti e pertanto stanno con noi solo durante i



mesi più caldi. Nidificano, si accoppiano ed accudiscono una o due nidiati prima di ripartire verso i lontani paesi caldi. Il volo è la loro attività più frequente, si posano a terra soltanto raramente ed hanno difficoltà a rialzarsi in volo, è più facile vederli in folte schiere, prima della partenza, sui fili elettrici. Mangiano grandi quantità di insetti... hanno un becco piccolo ma quando lo aprono si rivela come una grande bocca che tengono aperta in volo per raccogliere le prede che incontrano... gli incontri non sono casuali in quanto tutti hanno un ottima vista e vedono già da lontano i moscerini da catturare. Genitori attentissimi: entrambi accudiscono i nidiacei che in un paio di settima-

ne riescono ad imparare a volare ed a rendersi poi, in tempi brevi, autonomi. I rondoni sono più grandi degli altri soci presenti su queste pagine, hanno ali più arcuate e sono molto più veloci (50/90 Km all'ora ma in picchiata raggiunge addirittura i 200 Km/h!!) nonché abilissimi nel padroneggiare ogni evoluzione nel volo. Per dormire utilizzano il nido solo nel periodo della cova, negli altri periodi dormono in volo! Tutte le specie amano vivere in zone verdi, generalmente le zone aperte delle campagne o di boscaglia bassa, aree che sono ricche fonti di cibo in quanto gli insetti sono molto numerosi nelle aree con queste caratteristiche. Ed ora esaminiamoli uno ad uno.



## RONDONE

LUNGH. CM 16.  
HA COLORAZIONE BRUNA SCURA CON UNA MACCHIA CHIARA SOTTO IL BECCO, SPESSO POCO VISIBILE. NIDIFICA NEGLI ANFRATTI DI VECCHIE TORRI E CAMPANILI. MAESTRO DI VOLO, ADDIRITTURA DORME VOLANDO. IN ARIA RACCOGLIE ANCHE IL MATERIALE (...PAGLIUZZE) PER LA COSTRUZIONE DEL NIDO. LA SUA VELOCITÀ LO METTE AL SICURO DAGLI ATTACCHI DEI RAPACI CHE NON RIESCONO A RAGGIUNGERLO. SONO I PRIMI AD ARRIVARE IN PRIMAVERA, IN MARZO, E RIPARTONO AD AGOSTO. NIDIFICA IN TUTTA ITALIA, ISOLE COMPRESSE.

## RONDONE ALPINO

LUNGH. 21 CM.  
BRUNO SULLE PARTI SUPERIORI, BIANCASTRO IN QUELLE INFERIORI, HA UNA BANDA SCURA SUL PETTO.

È IL PIÙ GROSSO TRA I RONDONI. NIDIFICA IN ZONE ALPINE OPPURE SU SCOGLIERE STRAPIOMBANTI SUL MARE. PONE IL NIDO NEGLI ANFRATTI DELLE ROCCE. HA VOLO VELOCE ED ACROBATICO SOPRATTUTTO ATTORNO AI LUOGHI DOVE NIDIFICA IN FOLTE COLONIE. IN ITALIA È PRESENTE DA APRILE A SETTEMBRE SULLE ALPI, SULL'APPENNINO, LUNGO LE COSTE PENINSULARI TIRRENICHE, MA ANCHE IN QUALCHE LOCALITÀ DI QUELLE ADRIATICHE, IN SARDEGNA ED IN SICILIA.





### RONDONE PALLIDO

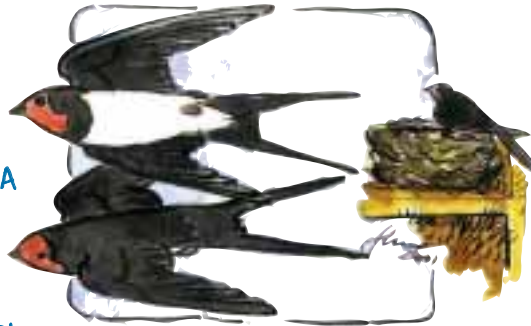
LUNGH. 16 CM.  
COLORAZIONE  
BRUNA CON UNA  
EVIDENTE MACCHIA  
SOTTO AL MENTO.

NIDIFICA SU SCOGLIERE MARINE MA ANCHE IN QUALCHE CITTÀ.  
COME GLI ALTRI RONDONI UTILIZZANDO FESSURE DELLE PARETI ROC-  
CIOSE E DELLE COSTRUZIONI. NON È RARO CHE NIDIFICHINO IN COLONIE  
MISTE CON I RONDINI.

ARRIVA A MARZO E RIPARTE AD OTTOBRE, PRESENTE IN SICILIA E SARDEGNA,  
NELL'ITALIA MERIDIONALE, LUNGO LE COSTE DI LIGURIA, TOSCANA E MARCHE.

### RONDINE

LUNGH. 19 CM.  
È NERO BLU SUL DORSO, BRUNA  
ROSSICCIA SULLA FRONTE, LA GOLA  
BLU E BRUNA ROSSICCIA, IL  
VENTRE BIANCO.



PONE IL SUO NIDO NELLE CASE,  
NELLE STALLE DOVE È AL RIPARO DI  
VENTO E PIOGGIA, DI SOLITO VICINO A ZONE VERDI E APERTE MA ANCHE IN  
ZONE URBANE. SI TRATTA DI NIDI A TAZZA, APPOGGIATI SU SOSTEGNI DIVERSI.  
UNA COPPIA IMPIEGA OTTO GIORNI PER COSTRUIRSI IL NIDO CHE POI UTILizzerÀ  
PER PIÙ ANNI IN QUANTO È MOLTO AFFEZIONATA AI LUOGHI IN CUI È NATA.  
NON È MOLTO GREGARIA, CIÒ PREFERISCE NIDIFICARE LONTANO DAI NIDI DEGLI  
ALTRI.

FORMIDABILI DIVORATRICI DI INSETTI: È STATO CALCOLATO CHE UNA COPPIA DI  
RONDINI, PER ALIMENTARE LA PROPRIA FAMIGLIOLA, UTILIZZA 7000 INSETTI AL  
GIORNO!! MA EVITA ATTENTAMENTE VESPE E API... HA PAURA DEI PUNGIGLIONI!!  
I PRIMI ARRIVI SONO SEGNALATI GIÀ A FEBBRAIO, LE PARTENZE AVVENGONO A  
SETTEMBRE. PRESENTE IN TUTTO IL NOSTRO PAESE.

### RONDINE MONTANA

LUNGH. CM 14.  
È BRUNA NELLE PARTI  
SUPERIORI, HA DELLE  
MACCHIE BIANCHE SULLA  
CODA ED È BIANCO BRUNO  
SU PANCIA E PETTO.  
COME DICE IL SUO NOME  
VIVE IN ZONE MONTANE  
E NIDIFICA SU PARETI  
ROCCIOSE (... CHE POSSO-  
NO TROVARSI ANCHE IN  
PROSSIMITÀ DEL MARE!),  
MOLTO RARAMENTE SI INSE-  
DIA IN PROSSIMITÀ DELLE CASE.



ANCHE LEI, COME LA RONDINE, NON GRADISCE MOLTO LA VICINANZA DI ALTRI  
NIDI DEI SUOI SIMILI.

DA NOI NIDIFICA LUNGO TUTTO L'ARCO ALPINO ED APPENNINICO, IN SARDEGNA  
E SICILIA. ARRIVA A FEBBRAIO E RIPARTE A SETTEMBRE.



## TOPINO

LUNGH. CM 12.  
HA LE PARTI SUPERIORI BRUNE, IL PETTO È BIANCO CON UNA STRISCIA BRUNA ALL'ALTEZZA DELLA GOLA. È IL PIÙ PICCOLO TRA I SOCI DELLA RONDINE.  
NIDIFICA SU PARETI DI TERRENO MORBIDO: LE RIVE SABBIOSE DEI FIUMI AD ESEMPIO, DOVE PUÒ SCAVA-

RE I PROPRI NIDI IN GALLERIE CHE HANNO UN DIAMETRO D'INGRESSO DI 4-6 CM, SONO DI SOLITO LUNGHE SUI 60 CM MA POSSONO RAGGIUNGERE ANCHE I 2 MT: IL BELLO È CHE UNA COPPIA RIESCE A FARLO IN SOLI DUE-TRE GIORNI! VIVE IN COLONIE MOLTE NUMEROSE. È PRESENTE DA MARZO AD AGOSTO NELLA PIANURA PADANA, SULLE COSTE TOSCANE, VENETE, ROMAGNOLE E MARCHIGIANE.

## BALESTRUCCIO

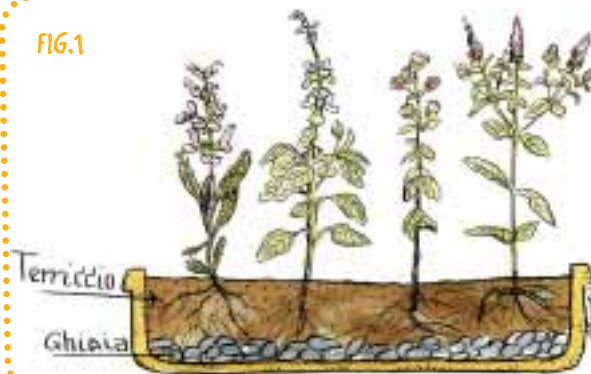
LUNGH. CM 12. IL COLORE DOMINANTE È NERO/BLU MA LA PANCIA E PARTE DELLA SCHIENA SONO DI COLORE BIANCO. PRESENTE DALLA PIANURA ALLA COLLINA, NIDIFICA NEI CENTRI ABITATI O ANCHE IN CASE COLONICHE, ISOLATE NELLA CAMPAGNA. I NIDI SONO SEMPRE PIÙ D'UNO INSIEME (= IN COLONIE). GENERALMENTE COSTRUISCE I NIDI SOTTO I CORNICIONI, LI FA DI TERRICCIO IMPASTATO CON SALIVA E LASCIA SOLTANTO UN PICCOLO BUCO PER L'INGRESSO. COME LE RONDINI USA IL PROPRIO NIDO PER PIÙ ANNI. HA BISOGNO DI SPAZI APERTI, IN GENERE COLTIVATI. HA UN VOLO MENO VELOCE DEGLI ALTRI SOCI CHE ABBIAMO DESCRITTO QUI, SE PIOVÈ SI PORTA A GRANDI ALTEZZE. IN ITALIA ARRIVA A FEBBRAIO E VI RESTA FINO A SETTEMBRE: È PRESENTE DAPPERTUTTO, ISOLE COMPRESSE.



## Il giardino sul balcone

di Giorgio Cosma

FIG.1



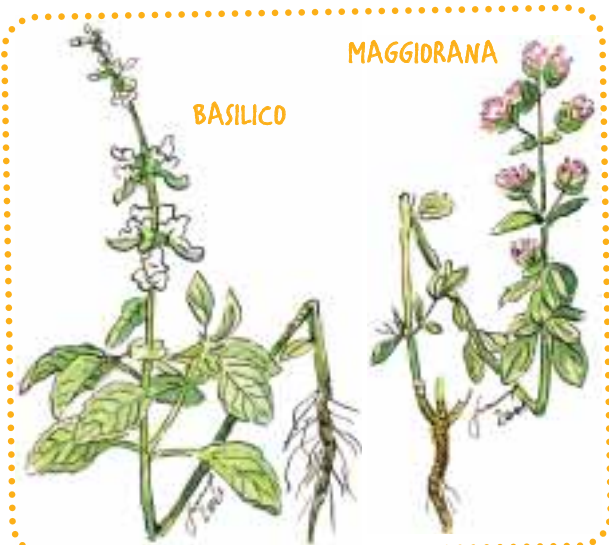
Abiti in città? Lontano dalla campagna? Nessun problema (... quasi!) se vuoi puoi provare a fare l'ortolano ... il contadino anche tu! È chiaro che non potrai diventare un coltivatore diretto... ma potrai provare la soddisfazione di portare in tavola prodotti che TU hai coltivato e se questo ti sembra poco...! Frena ancora un momento! È chiaro che le tue "coltivazioni" avverranno su scala ridotta... su un balcone, in un vaso... quindi niente campi da arare ma solo un'attenta cura nelle annaffiature. Incominciamo... Se non hai grandi spazi a disposizione dovrai poter utilizzare un balcone sul quale posare un vaso, ne trovi di tutte le dimensioni ma tu scegli uno che abbia almeno 30 cm d'altezza, per le altre dimensioni invece dovrai tener conto della grandezza del balcone! (FIG.1) Riempi il vaso con il terriccio

che trovi nei negozi di agraria, subito dopo potrai piantare le piantine che avrai deciso di coltivare. **Piante aromatiche:** ti consiglio di iniziare con questo tipo di piante che potrai utilizzare nella preparazione di molti piatti: certamente saranno più profumate di quelle che si trovano dal fruttivendolo!

Potrai provare con le piante che seguono, dovrai bagnarle quel tanto che basta a non farle ripiegare perché assettate e senza farle ingiallire per troppa acqua:

**Basilico:** piantina tipicamente mediterranea, ama il sole. La puoi piantare (...acquistala già formata, cioè non serve che sia tu a seminarla...) a fine aprile. Usa le foglie, staccandole dalla pianta quando questa ha raggiunto un'altezza di almeno 30 cm (può raggiungere i 90 cm). Le foglie vengono usate per aromatizzare sughi, minestre, insalate, ecc. Lo si usa anche in erboristeria, possiede infatti ottime proprietà digestive.

**Maggiorana:** anche questa specie ama il sole, può raggiungere i 60 cm. d'altezza. Le metterai a dimora verso la fine di maggio. Con le foglie fresche potrai insaporire minestre, insalate, pesce





MENTA



SALVIA

e carne. Viene impiegata anche per la preparazione di liquori. In erboristeria viene usata per le sue proprietà sedative, fa bene per i dolori intestinali, il mal di testa ed altro ancora.

**Menta:** il sapore di questa pianta è noto a tutti... denticfrici, gomma da masticare, caramelle... Chissà quante volte l'avrai assaggiata! Viene utilizzata per dare più gusto A bevande, insalate, pomodori, carne, ecc. Raggiunge i 40 cm d'altezza specialmente se posta in un luogo caldo e soleggiato. Non esagerare con le annaffiature. In autunno dovrai cercarla in campagna, raccoglila con tutta la radice che taglierai a pezzetti lunghi sui 5 cm, ne metterai un paio sotto poca terra nel tuo vaso... non ci vorrà molto perché le nuove pianta-

ne si facciano vedere. In erboristeria dà buoni risultati per curare vomito, tosse, asma e per stimolare l'appetito.

**Salvia:** molto usata in cucina soprattutto per aromatizzare la carne. Ama il sole ed il terreno poco umido, raggiunge i 60 cm, ha fusti legnosi. A marzo acquista una piantina e mettila a dimora. Usa le foglie fresche per avere il massimo del suo aroma. È molto indicata per le affezioni delle vie respiratorie ma anche per stimolare le funzioni intestinali.

**Le fragole:** hai un terrazzo? ... Allora puoi tentare coltivazioni più ardite che ti daranno grande soddisfazioni ed in più potrai regalare fragole agli amici. Non è per niente difficile! Vediamo cosa fare... e cosa ti serve...

Procurati un vaso cilindrico, in plastica, alto almeno 60 cm e

di 40 cm di diametro. Buca il fondo di questo recipiente con un grosso chiodo, per il drenaggio, sui fianchi dello stesso fai dei buchi di 2-3 cm di diametro, distanziali di circa 15 cm l'uno dall'altro. (A)

Versa nel vaso del buon terriccio fino all'altezza dei primi buchi, (B) in questi inserisci le piantine di fragola che avrai acquistato in un negozio di agraria, avrai bisogno di una trentina di piantine. Premi la terra già messa e versane altra fino alla successiva serie di buchi... altre piantine... altra terra... e così via sino a riempire completamente il vaso. Puoi ora piantare alcune piantine anche sulla parte di terra orizzontale.

Piantate a marzo/aprile, presto appariranno i fiori ed a giugno potrete gustare delle



A



B



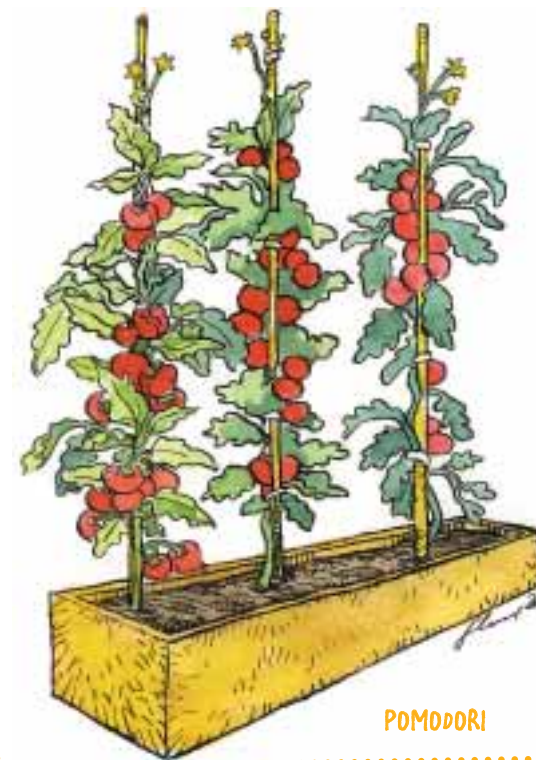
C

### COLTIVAZIONE DI FRAGOLE

ottime fragole. (C)  
**I pomodori:** ... se hai il terrazzo... ed è ampio e ben soleggiato... Beh! Allora potrai misurarti con un'impresa più difficile delle precedenti ma che oltre a darti molta soddisfazione ti regalerà ottimi pomodori per la tua insalata o per la salsa... ne vale la pena, eh!? Dovrai procurarti innanzitutto un bel vaso lungo circa 60 cm alto e largo 30 cm. Riempilo con un buon terriccio, fertile ma non troppo organico che avrà bisogno di un concime specifico (...ricco di potassio)... al momento dell'acquisto fatti consigliare. Acquista 3-4 piantine già cresciute di almeno 15 cm e piantale alla fine di aprile... quando il freddo dovrebbe essere finito. Annaffia le piante senza esagerare: il terreno non deve mai essere fradicio. Affianca alle piantine un "tutore", cioè una canna che possa sostenere il fusto della pianta mentre cresce e si appesantisce di frutti. Le piante avrebbero anche

bisogno di sapienti potature ma farlo è piuttosto complicato per un principiante... non preoccuparti avrai

ugualmente i tuoi pomodori, che potrai raccogliere non appena maturi. Buon lavoro!



POMODORI

## La campagna sottovetro: come preparare marmellate e conserve

di Orso Laborioso

Una delle cose più belle della campagna è quella di poter gustare frutta e verdura appena colta, maturata sulla pianta. Ma come fare quando è finita la stagione?

Niente paura, basta mettersi ai fornelli e preparare una conserva o una marmellata, che manterranno intatti i sapori della natura nel tempo.

In questo articolo trovate alcune ricette facili e consigli che vi possono aiutare per la loro preparazione. Alcune regole valgono sia per le verdure (conserve) che per la frutta (marmellate), altre invece sono specifiche. Vediamole insieme:

**La scelta:** frutta e verdura devono essere freschissime, intatte, al punto giusto di maturazione. Poi non devono essere trattate con anticrittogamici (mancando la certezza, la pulitura sarà più accurata).

**Gli utensili:** è necessaria una pentola in acciaio, abbastanza alta; un cucchiaino di legno; una schiumarola; un passaverdura; qualche coltello di diversa dimensione; barattoli (ben lavati e sciacquati) per conservare i nostri lavori.

**La conservazione:** i prodotti vanno conservati in luogo asciutto e buio, lontano da fonti di calore. È bene non spostarli fino a quando si consumano.



### Consigli

Non cimentarsi subito con grandi quantità, poiché rischiate di dover buttare tutto e scoraggiarvi per un piccolo insuccesso.

Scrivete sempre sul vasetto cosa vi è dentro e la data di preparazione.

Frutta e verdura comprata in stagione costa meno ed è al punto giusto di maturazione, meglio ancora se è colta dall'albero. Fare attenzione a muffe e batteri (pericoloso, per le conserve, è il botulino) che si evitano eliminando il contatto del prodotto con l'aria (per ovviare a ciò si copre il prodotto con l'olio – nulla deve restare scoperto – o con la sterilizzazione). Nessun rammarico e scrupolo a buttare il prodotto se, al momento dell'apertura, troveremo muffe o alterazioni.

**La sterilizzazione** (per alcune conserve di verdura): è un procedimento che mette sotto vuoto i barattoli, per evitare la formazione di muffe e fermenti. Serve una pentola alta che riempiamo di acqua (l'aggiunta di un cucchiaino di aceto eviterà che si formino del calcio sulle pareti) fino ad almeno 5 centimetri sopra l'orlo dei vasetti; sul fondo si metterà un canovaccio per evitare che i vasi siano a diretto contatto con la fonte di calore, così si metteranno panni o cartoni tra i vasi, per evitare che si crepino per il movimento dovuto all'ebollizione dell'acqua.

Per le conserve è consigliato un particolare tipo di barattolo in vendita nei negozi di casalinghi, detto "quattro stagioni", che ha un particolare coperchio che permette il sottovuoto e un vetro resistente alle temperature. Il tempo minimo per una sterilizzazione è di 20 minuti (controllare sempre il livello dell'acqua, che va rimboccata con altra calda se diminuisce).

**La schiumatura** (per le marmellate): nella cottura della frutta con lo zucchero si formerà una schiuma (prevedere quindi delle pentole dal bordo alto) che porterà in superficie tutte le impurità, che andranno eliminate con una schiumarola con fori larghi un paio di millimetri.

## Carciofini sott'olio

**Ingredienti:** 1 Kg di carciofini, il succo di un limone, un litro di aceto di vino bianco, sale, alcuni grani di pepe, qualche foglia di alloro, due o tre chiodi di garofano, alcune foglie di basilico, tre spicchi d'aglio, olio d'oliva.

**Lavorazione:** Pulite i carciofi scartando le foglie esterne e spuntate la sommità delle foglie rimaste. Lasciate un centimetro di gambo, pulito dai suoi filamenti. Immergete i carciofi così puliti in acqua con il succo del limone (ciò eviterà che si scuriscano). Mettete a bollire un litro d'acqua mescolata all'aceto, aggiungendo il sale e le spezie. Quando bolle immergere i carciofi e farli bollire, a fuoco lento, per 6 o 7 minuti (dipende dalla grandezza: i carciofi più grandi possono essere tagliati a metà nel verso della lunghezza). Quindi scolate i carciofi e metteteli ad asciugare su un piano inclinato, tra due teli ben puliti. Una volta asciutti disponeteli nei vasi (quelli con la chiusura ermetica) aggiungendo ancora qualche grano di pepe, quindi copriteli d'olio.

**Consigli:** controllate per qualche giorno il livello dell'olio e aggiungetene altro se dovesse essere necessario (devono essere coperti). Il prodotto è più buono se consumato almeno dopo un mese. Per un risultato più gustoso, i carciofi si possono bollire in vino e aceto, in stessa percentuale.

## Salsa di pomodoro

**Ingredienti:** 5 kg di pomodori maturi, un gambo di sedano, qualche foglia di basilico, una carota, una cipolla, due spicchi d'aglio, un cucchiaino di zucchero, sale.

**Lavorazione:** lavate i pomodori, togliete il picciolo e tagliateli in pezzi.

Metteteli in una pentola con gli aromi (affettate cipolla e carota).

Aggiungete il sale e fate bollire fino a quando il liquido sarà completamente evaporato. Durante la cottura mescolate continuamente con un cucchiaino di legno. Prima di togliere dal fuoco aggiustate di sale se necessario.

Togliete gli spicchi d'aglio e passate la salsa al passaverdura, quindi versatela in vasi o bottiglie. Chiudetele ermeticamente e fatele sterilizzare (vedi indicazioni date prima) per 20 minuti.

**Consigli:** l'aggiunta di un cucchiaino di zucchero elimina l'acidità del pomodoro. Una volta aperto il vasetto, conservare in frigorifero e consumare quanto prima. La salsa è già pronta per condire la pasta: basta riscaldarla in un pentolino e, per i buongustai, aggiungere qualche foglia di basilico fresco.





## Marmellata di castagne

**Ingredienti:** castagne, zucchero, alcool a 908.

**Lavorazione:** sbucciate le castagne, eliminando la buccia esterna, e fatele cuocere per 30 minuti in abbondante acqua, quindi scolatele e liberatele dalla pellicina interna. Passate le castagne al passaverdura, raccogliendo il passato in un recipiente. Pesate il passato di castagne (ricordatevi di togliere il peso della tara) e, per ogni chilo di frutta, fate sciogliere in un tegame con poca acqua 800 grammi di zucchero. Aggiungete allo sciroppo così formato il passato di castagne e continuate la cottura per 30 minuti, mescolando con un cucchiaino di legno. A cottura ultimata trasferite la marmellata ancora calda nei vasi.

**Consigli:** mettete un canovaccio sotto i vasetti, per evitare lo shock termico fra vaso e piano di appoggio quando versate la marmellata. Chiudete i vasi quando la marmellata si sarà fredda, coprendoli prima con un dischetto di carta oleata imbevuta di alcool: ciò eviterà le muffe.

Gli chef raffinati amano aggiungere, alla fine della cottura, 2 o 3 cucchiaini di rum, che daranno un ottimo profumo alla nostra marmellata.



## Marmellata di pere alla cannella

**Ingredienti:** 2 Kg di pere sbucciate, 1 Kg di zucchero, 1 bastoncino di cannella, 200 grammi di uvetta sultanina.

**Lavorazione:** mettete le pere sbucciate e tagliate a dadini nello zucchero e attendete che questo si sciolga con l'acqua contenuta nella frutta. Mettete quindi il tutto nella pentola e portate ad ebollizione. Appena bolle mettete la cannella e dopo circa 20 minuti unite le uvette ben pulite e lavate. Continuate la cottura fino a giusta consistenza, che si può verificare con la "prova del piattino": la marmellata è pronta quando, lasciando cadere una goccia su un piattino inclinato, questa si coagula rapidamente. Quindi mettere nei vasetti, ancora calda.

**Consigli:** al posto di cannella e uvette la marmellata si può profumare con un baccello di vaniglia spaccato per il lungo e messo a cuocere nelle pere una decina di minuti dopo l'inizio della bollitura. Per ottenere poi il sottovuoto nei barattoli e così preservarli dalle muffe, si possono chiudere i vasetti con la marmellata ancora calda, e capovolgerli, aspettando il completo raffreddamento.



## CALENDARIO DELLA FRUTTA

<b>Gennaio, febbraio, marzo, aprile</b>	agrumi in genere, banane, ananas.
<b>Maggio, giugno, luglio</b>	fragole, ciliegie, amarene, albicocche, lamponi e ribes (luglio)
<b>Agosto, settembre</b>	pesche, uva, mirtilli, lamponi, susine, fichi, more
<b>Ottobre, novembre, dicembre</b>	castagne (ottobre e novembre), mele, pere, kaki, mandarini (dicembre)

## CALENDARIO DELLA VERDURA

<b>Gennaio, febbraio, marzo</b>	cavolfiori, carciofi, verze, finocchi, rape, spinaci, sedano, zucca
<b>Aprile, maggio</b>	asparagi, piselli, carote
<b>Giugno, luglio, agosto</b>	zucchine, melanzane, pomodori, peperoni, fagioli, fagiolini
<b>Settembre, ottobre</b>	peperoni, funghi, pomodori, melanzane, cipolle, barbabietole, cavoli
<b>Novembre, dicembre</b>	zucca, olive, cavolfiori, broccoletti, carciofi
<b>Tutto l'anno</b>	patate, cipolle, aglio, carote, erbe aromatiche (prezzemolo, sedano, rosmarino, salvia)

## Costruire cestini con il giunco...

dalla Specialità di Artigianato della Squadriglia Gazzelle del Gruppo Sassari 8 (Reparto Pleiadi)



All'inizio pensavamo che quest'anno ci avrebbe riservato molte difficoltà e ostacoli perché la nostra Squadriglia è formata soprattutto da persone senza esperienza, ma... non è stato così! Volevamo dimostrare a noi stesse e al resto del reparto

che eravamo capaci di impegnarci e di raggiungere degli obiettivi. Grazie all'armonia e all'affiatamento che è nato in squadriglia, siamo riuscite a lavorare bene e alla fine, abbiamo conquistato: la Specialità di Squadriglia di Artigianato!

Ci sembrava divertente saper fare qualcosa con le nostre mani e pian piano abbiamo scoperto che ognuna di noi sa fare molte cose, basta provarci e credere nelle proprie capacità.

Come prima impresa abbiamo realizzato delle palline per gli alberi di Natale... abbiamo usato la tecnica del pactwork. Le abbiamo

vendute e con il ricavato abbiamo acquistato il materiale per costruire il tavolo del nostro angolo. Ma per la seconda impresa abbiamo voluto confrontarci con un'arte antica, che vanta in Sardegna una lunga storia: la costruzione di cestini in giunco e rafia. Ognuna di noi ha rispettato il proprio posto d'azione ed ecco come abbiamo fatto!

### materiale

- rafia naturale
- rafia artificiale
- giunchi
- aghi di 6 cm
- forbici

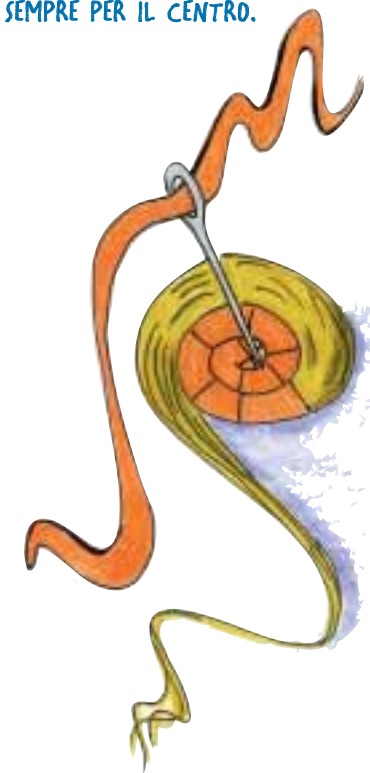
## PROCEDIMENTO

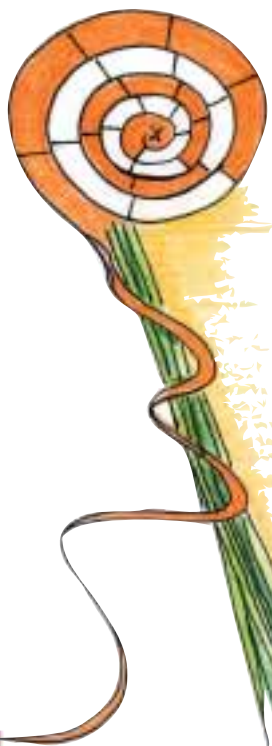
1° FASE: UTILIZZANDO 5 FILI DI RAFIA NATURALE, FARE UN NODO SEMPLICE.

2° FASE: AVVOLGERE IL NODO PRECEDENTEMENTE FATTO ADOPERANDO LA RAFIA NATURALE RIMASTA.



3° FASE: CON LA RAFIA ARTIFICIALE COLORATA E L'AGO DI 6 CM, AVVOLGERE LA SPIRALE DI RAFIA NATURALE PASSANDO SEMPRE PER IL CENTRO.





**4° FASE:** CONTINUARE AD AVVOLGERE IL NODO CON LA RAFIA NATURALE IN MODO DA INGRANDIRE SEMPRE DI PIÙ LA SPIRALE E CONTINUARE A RICOPRIRLA CON LA RAFIA ARTIFICIALE COLORATA.

**5° FASE:** SOSTITUIRE LA RAFIA NATURALE CON I GIUNCHI USANDONE INSIEME ALMENO 3 E MASSIMO 5.

CON MOLTO IMPEGNO E UN PIZZICO DI FATICA CE L'ABBIAMO FATTA!

E DOPO AVER AFFRONTATO LA MISSIONE AFFIDATACI DAI NOSTRI CAPI, CHE CI HA VISTO IMPEGNATE AD APPRENDERE NUOVE ARTI PRESSO UN MUSEO SPECIALIZZATO IN ARTIGIANATO IN UN PAESE DELLA NOSTRA ISOLA... ALLA FINE LA SPECIALITÀ DI SQUADRIGLIA È DIVENTATA LA NOSTRA!

BUONA CACCIA A TUTTI LA SQUADRIGLIA GAZZELLE



## Una uscita in bicicletta (consigli per consiglio capi...)

di Davide Tacchini e Angelo Resmini

Gli scout sono famosi, specie fra i "rofani" per essere gente che fa tanta strada (la branca R/S maggiormente, ma anche noi esploratori e guide, effettivamente, non scherziamo): dobbiamo però dire che la maggioranza dei chilometri che maciniamo, li facciamo in autobus o treno (per raggiungere ad esempio i luoghi in cui faremo campi e uscite), e a piedi (pensiamo a raid, Missioni, hike, uscite di squadriglia, di reparto...).

Camminare è senza dubbio bello e "libero", tuttavia sono tanti modi di fare strada, e tanti mezzi con cui farla... in attesa che il codice della strada ci permetta di organizzarne una con i pattini a rotelle, la bicicletta potrebbe essere una ottima scelta per un'uscita "alternativa". Come tutte le uscite, anche questa dovrà essere organizzata con attenzione: la meta deve essere significativa, e il percorso impegnativo, ma adatto anche ai più piccoli (a meno che non siate intenzionati a fare una uscita di alta squadriglia, nel qual caso potrete "tirare" un po' di più...).

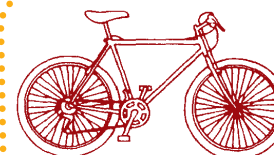
### La scelta del mezzo

Prima cosa da verificare, che tutti abbiano una bici degna di questo nome: non è necessario un modello da competizione con le ruote lenticolari, ma bisognerà evitare che qualcuno si presenti a cavallo di una

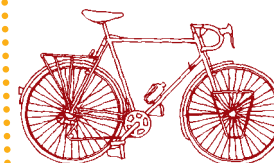
graziella... Se dunque un ragazzo fosse sprovvisto di bicicletta, amici e parenti dei più esperti faranno saltar fuori un mezzo in prestito qualche tempo prima dell'uscita.

### Il percorso

La scelta del percorso sarà la seconda tappa della preparazione: qui dovete valutare il "materiale umano" di cui disponete (grandi, piccoli, svogliati, non allenati...), fate molta attenzione, oltre che alle difficoltà altimetriche, anche al tipo di strade che andrete a percorrere, e al loro grado di traffico automobilistico: viaggiare in venti o trenta non è la stessa cosa che fare una scampanata con la morosa... (in alcuni casi potrà rendersi necessario avvisare la polizia municipale e ottenere un permesso, informatevi bene).



BICICLETTA A TELAIO COMPOSITO (KEVLAR/ FIBRA DI CARBONIO) PER LO STERRATO



BICICLETTA A TELAIO MISTO DA ASFALTO

### Supporto

Una volta deciso il percorso (se farete l'uscita di un giorno, le difficoltà saranno ridotte, se vorrete pedalare per più di 12 ore, dovrete fare attenzione a tanti altri aspetti), mettetevi d'accordo con i vostri capi per l'eventuale presenza di un mezzo di supporto, che sarà la vostra "ammiraglia". La soluzione ideale sarebbe un furgoncino, che vi seguirà per tutto il percorso, sul quale avrete caricato i vostri zaini e i ricambi per le biciclette, e che servirà in caso di incidente a soccorrere eventuali feriti o "scoppiati".

Allenamento e preparazione Ultima cosa in ordine di tempo, ma non di priorità, le vostre gambe... preparatevi a dovere a seconda del percorso, della durata dell'uscita: non dovrete partecipare al giro d'Italia, quindi non sarà necessario un allenamento mirato e costante, ma qualche giro di preparazione vi converrà farlo... magari di squadriglia per abituarvi a pedalare assieme (rafforzerà anche lo spirito di Squadriglia).

Inoltre ripassatevi (tutti) il codice della strada (vedi Inserto sulla città pubblicato su Avventura dello scorso aprile) e imparate i fondamentali della manutenzione del vostro mezzo (riparazione

Le tabelle che seguono contengono le indicazioni tecniche principali per la scelta del percorso da affrontare in un'uscita di un giorno pedalando per quattro o cinque ore ad un'andatura leggera.

## STERRATO

### Allenamento Lunghezza Dislivello Cartina

### Consigli

Scarso	20 km	200 m	Carta dei sentieri 1:50.000	La scelta del percorso deve prevedere quasi esclusivamente strade bianche e con pendenze moderate
Medio	25 km	500 m	Carta dei sentieri 1:50.000	La scelta del percorso può prevedere strade bianche e mulattiere e pendenze medie
Buono	35 km	700 m	Carta dei sentieri 1:50.000	La scelta del percorso può prevedere anche sentieri che siano comunque pedalabili

## ASFALTO

### Allenamento Lunghezza Dislivello Cartina

### Consigli

Scarso	40 km	150 m	Carta stradale 1:50.000/1:100.000	Evitare le strade principali molto trafficate e/o con forti pendenze
Medio	60 km	300 m	Carta stradale 1:50.000/1:100.000	Evitare le strade principali e molto trafficate. Potete inserire qualche salita non troppo dura
Buono	70 km	500 m	Carta stradale 1:50.000/1:100.000	Evitare le strade principali e molto trafficate. Potete pensare di affrontare salite anche difficili

di una foratura, sistemazione della catena uscita dalla ghiera, ecc.)

### Controllare

La bicicletta sarà la nostra compagna di avventura, per l'uscita dovrà essere in buone condizioni generali... controllate i seguenti componenti:

- Copertoni: non devono essere crepati, lisci o comunque danneggiati.
- Raggi: deve essere controllata la loro tensione, al tatto non ci devono essere raggi più molli di altri (consultare un

meccanico per la regolazione).

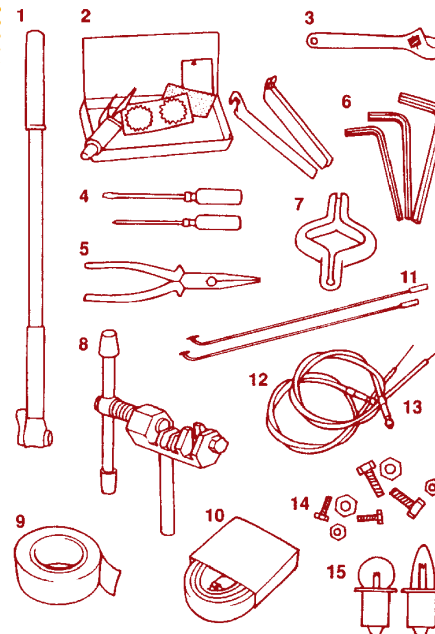
- Freni: non devono avere i pattini e i fili usurati e deve essere registrata la loro tensione provandone l'efficienza: la ruota posteriore deve bloccarsi azionando la leva in modo deciso, quella anteriore deve rallentare la propria corsa ma non deve mai bloccarsi per evitare pericolose cadute.
- Catena: deve essere pulita e lubrificata senza eccedere con l'olio
- Cambio: bisogna controllarne il funzionamento verificando che la catena raggiunga

tutti i rapporti (consultare un meccanico per la regolazione). Controllate la presenza delle gemme catarifrangenti per raggi, pedali e talaio e il buon funzionamento dei fanali posteriore e anteriore.

### Equipaggiamento

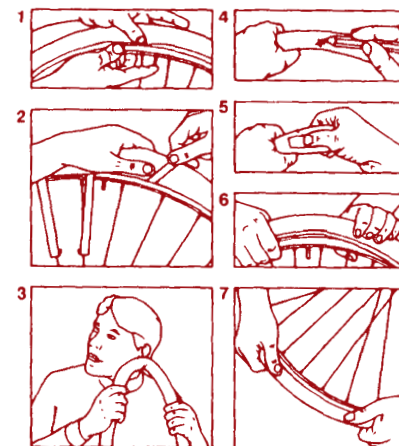
- Abbigliamento: fondamentali sono i pantaloncini da ciclista imbottiti, da indossare senza mutande (soprattutto se prevedete di stare molto tempo in sella). Sono consigliati: maglietta con maniche corte, occhiali (da

## ATTREZZI



1. Pompa adatta alle valvole
2. Kit per la riparazione delle forature
3. Chiave regolabile
4. Cacciaviti (normali e a stella)
5. Pinza
6. Chiavi allen per fissare i bulloni esagonali
7. Chiave dei raggi per fissare i raggi allentati
8. Rompicatena
9. Nastro adesivo
10. Camera d'aria
11. Raggi enipile, attaccati a un sostegno sulla sella
12. Cavo del freno
13. Cavo del cambio
14. Dadi e bulloni
15. Lampadine

## RIPARARE UNA FORATURA



1. Svita il dado della valvola per spingerla attraverso il cerchione.
2. Evitando di pizzicare il tubo interno, solleva parte del copertone sul cerchione inserendo le leve sotto l'orlo del copertone e agganciandolo ai raggi.
3. Fai scorrere il dito lungo l'interno del copertone. Estrai il tubo, gonfialo e cerca la foratura ruotandolo vicino al volto fino a che non si sente uscire l'aria.
4. Quando trovi la foratura indica il punto con una matita o con del gesso.
5. Asciuga il tubo e scartavetra una zona attorno al foro leggermente più ampia della toppa. Spalma un leggero strato di colla per gomma e quando comincia ad asciugarsi applica la toppa sul foro.
6. Gonfia parzialmente il tubo per evitare i tagli, poi fallo scivolare nel cerchione sotto il copertone, con la valvola nel suo foro.
7. Reinserisci il copertone sul cerchione con entrambe le mani: per l'ultimo tratto, più difficile, possono essere usate le leve. Infine, gonfia la ruota.

sole, per proteggersi dal vento, dalla luce e dai rami, ecc.), K-way, cerata o poncho. Le scarpe consigliate per un'uscita su sterrato sono gli scarponcini, per una suia asfalto le scarpe da ginnastica.

- Attrezzi: pompa adatta al tipo di valvola delle camere d'aria della vostra bicicletta,

camera d'aria di scorta, kit per riparare le forature, cavo per il freno, chiavi per bulloni ruote e freni, lucchetto e catena, borraccia, gemme catarifrangenti e una lampadina di ricambio.

Cose utili: cartina, bussola  
Cose indispensabili: kit di pronto soccorso (cerotti,

disinfettante, ecc.) e un buon casco da ciclista.

Se avrete organizzato tutto per bene, nulla vi vieterà (se non la strada, o il vostro capo reparto), di fare qualche sprint, o l'ultimo chilometro agonistico, con classifica finale a squadriglie...