

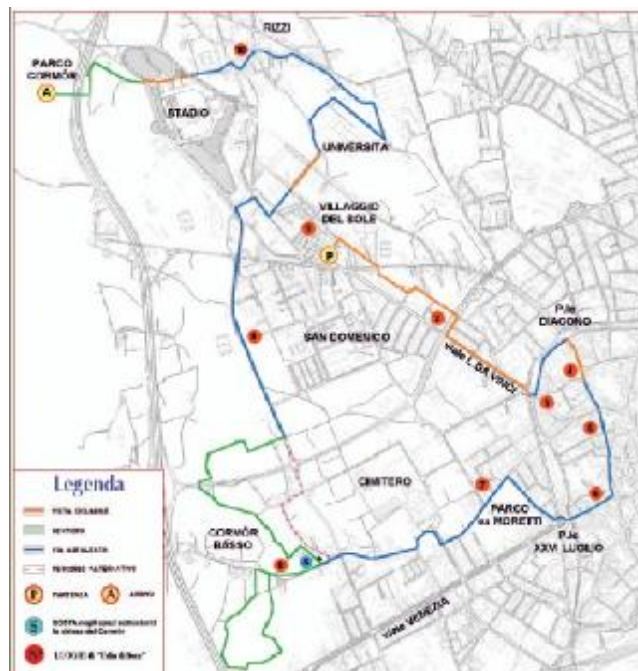
Pedalando riscopri... "Udine di Sore": Il Parco del Cormôr ed i suoi prati stabili

1° maggio

Giro turistico-ambientale

La pedalata consente di riflettere sul ruolo del recupero di siti storico-culturali, paesaggistici, naturalistici e ambientali più significativi del pianoro sotto il Colle del Castello di Udine medioevale, a nord-ovest dello stesso e denominati Udine di Sore.

Riscoprire, ripensare, rivedere le varie parti della città in un giorno di festa, con l'uso della bicicletta, mezzo di trasporto sempre attuale, pratico e funzionale, capace di assicurare il massimo del coinvolgimento nell'ambiente attraversato.



1° maggio - Pedalando riscopri... "Udin di Sore"
percorso turistico-ambientale

Pro Loco di Città Borgo Sole Udinevest

Recapito IAT
Piazzale Carnia n.5 - Villaggio del sole
33100 - Udine

Tel.: 0432 541504
Fax: 0432-541504
E-mail: proloca9@prolocoborgosole.191.it

Associazione Amici Parco del Cormôr

Via Foni, 2 - 33100 Udine
Tel.: 328 4472067
E-mail: aimomaura@libero.it

Pro Loco di Città
Borgo Sole Udinevest

&

Associazione
Amici Parco del Cormôr



Camminando ritrovi...
"le piante alimentari"
del Parco del Cormôr ...
e dintorni

domenica 9 marzo - ore 15:00

1^ uscita al Parco del Cormôr

sabato 5 aprile - ore 15:00

2^ uscita al Parco del Cormôr

dal 25 marzo al 15 aprile

esposizione di piante alimentari presso:
Pro Loco di Città Borgo Sole Udinevest

giovedì 1° maggio

pedalando riscopri... "Udin di Sore":
il Parco del Cormôr ed i suoi Prati Stabili

Mostra delle piante alimentari

Dal 25 marzo al 15 aprile presso la Pro Loco di città Borgosole Udineovest, in piazzale Carnia, si terrà una mostra di piante alimentari tipiche delle terre friulane, raccolte dal botanico Valentino Verona. Le essenze esposte saranno corredate da una tabella descrittiva indicante i dati più importanti sia dal punto di vista scientifico che pratico.

Lo scopo di questa mostra è quello di avvicinare le persone interessate alla riscoperta della buona pianta alimentare che si può trovare nei prati durante le uscite a piedi o in bicicletta. Non saranno quindi le solite piante aromatiche ritrovabili nei supermercati, ma qualcosa di più originale.

Il 1° maggio, in occasione della manifestazione: Pedalando riscopri... "Udin di Sore" ... , la mostra verrà trasferita nel Giardino del Parco del Cormôr.



Urtica dioica

Alla riscoperta delle erbe spontanee

Le erbe spontanee utilizzate in alimentazione sono un patrimonio ereditato dalle generazioni che ci hanno preceduto, da cui traspare una cultura contadina ricca di quel contatto con il mondo naturale ormai sconosciuto ai più.

Le due uscite, del 9 marzo e 5 aprile, con l'aiuto di un esperto botanico, ci aiuteranno ad osservare la pianta in una fase del suo ciclo vitale, nel suo habitat naturale, ed a saperla riconoscere anche quando non è ancora fiorita; si conosceranno le parti usate, il tempo di raccolta e la relativa utilizzazione alimentare.

Queste essenze sono alla base della dieta mediterranea e contengono alcuni principi attivi che aiutano l'organismo nei processi depurativi e disintossicanti e che quindi ben si prestano nelle "diete rigenerative" di primavera.



Salvia pratensis

Frittata con foglie d'aglio orsino

Ingredienti:

- 20 foglie di aglio orsino (*Allium ursinum*)
- 6 uova
- 2 cucchiaini di farina 00
- 4 cucchiaini di latte
- poco formaggio grattugiato
- olio
- sale

Esecuzione:

Tritare ed appassire nell'olio le foglie di aglio.

Sbattere le uova con il latte, il parmigiano e la farina. Salare.

Versare il tutto in una padella antiaderente, scaldata con olio, e cuocere una frittata ben dorata.



Allium ursinum