

## LE ULTIME

# DA AUTODEMOLIZIONI DOLFI

## Buona Festa delle Donne e che festa sia! Splendida creatura (non solo a parole)

**PISTOIA.** Marzo era il mese del tempo pazzarello e oggi, invece, non sappiamo più (visti i cambiamenti climatici, considerato come stiamo, in fretta, uccidendo il nostro pianeta).

**Marzo** era ed è il mese in cui pomposamente si celebra la donna, per un giorno e nulla più: ecco, la donna, una meravigliosa splendida creatura, **FONDAMENTALE** nella vita di tutti noi. E non a parole: veramente.

Perché la donna, sempre posta in secondo piano dall'uomo, che teme di esserne definitivamente superato, in tutto, è madre, dà la vita, ma mille altre cose ancora.

L'attualità, purtroppo, racconta di una follia in atto: una delle tante, considererete voi, una delle più grosse e stupide che ci sia: la guerra dell'uomo, essere finito, all'uomo per il potere, la conquista, i territori e il vile denaro. La nuova guerra si chiama **Ucraina** e stavolta l'abbiamo vicino all'uscio di casa e quindi ne abbiamo ancor più timore.

Ecco, questa guerra ci ricorda la **Prima** e la **Seconda Guerra Mondiale**, due orrori dell'**Umanità**

che speravamo di avere chiuso buttando via le chiavi. E invece che cosa ricapita? La guerra in **Europa**.

Ma dalle cose cattive, nere, possiamo sempre tentare di scorgere una lucina, il positivo, il buono: in questo caso il ruolo della **Donna** (con la maiuscola, please) durante i conflitti e nel caso specifico durante le due **Guerre**

**Mondiali del Novecento.**

Un ruolo basilare, perché si pensi agli uomini che partivano per il fronte e a chi nel frattempo mandava avanti la famiglia, la casa, la vita piccola, ma reale, vera: la **Donna**, che vestiva i panni di signora della dimora, ma pure di lavoratrice e ancora quelli di mamma, zia, nonna. Rimboccandosi le maniche, soffrendo, ma cercando di far soffrire meno possibile i figli e gli anziani

della casa. Allevava e accudiva, portava il mangiare dentro l'abitazione e lo cucinava.

Ora diteci voi se c'è un esserino così speciale quale la **Donna**. Prima di sfiorarla, pensateci non una, ma mille volte. E pensate pure un'altra cosa: chi è così sciocco, stolido, da dichiarare le guerre e farle? La **Donna**? Se anche ci fosse stata, sarebbe stata l'eccezione...



### SOMMARIO

Pag. 2 La cucina vegetariana di Sara Sguerri

Pag. 3 I prelibati manicaretti della food blogger

Pag. 4 Conosciamo la G.N.A. e i suoi volontari

### AUTODEMOLIZIONI DOLFI

Giampaolo s.n.c

Via di Canapale, 10 - 51100 Pistoia

tel. 0573 / 380120 - +39 347 358 3434

e-mail: cristinadolfi7@gmail.com





# Con la food blogger Sara Sguerri la cucina è un sogno dolcissimo

Cucina vegetariana? L'ideale, suggeriscono i nutrizionisti.

Rifacciamoci allora a un'eccellente professionista di casa nostra, **Sara Sguerri** da **Poggio a Caiano** con residenza a **Luca**. Foodblogger dal 2007, oggi cucina, fotografa e scrive per lavoro, non solo per passione: è una food photographer e food content creator sia per la carta stampata che per il web. Ha tenuto corsi di cucina da **Eataly Firenze** per 5 anni. Mamma roccettara di **Marta**, ama i gatti, il mare e il buon vino. **La trovate sotto il nome d'arte Pixelicious su Instagram, Facebook e sul blog.** Seguitela!

## **BUNDT CAKE AL CAFFÈ** **INGREDIENTI**

(per uno stampo da bundt cake diametro 24 cm, h. 11 cm)

**Per la torta:** 180 g di burro morbido più quello per lo stampo; 200 g di fruttosio (o 230 g di zucchero); un cucchiaino di vaniglia in polvere; 3 uova; 280 g di farina 00 più quella per lo stampo; 80 g di maizena; una bustina (15 g) di baking powder (lievito non zuccherato né vanigliato); 10 g di caffè solubile; un pizzico di sale; 100 ml di latte intero; 80 ml di caffè espresso.

**Per la salsa:** 15 g di maizena; 80 g di fruttosio (o 100 g di zucchero); 150 ml di caffè espresso; 70 ml di latte intero; 25 g di burro.

## **PREPARAZIONE**

Preriscaldate il forno a 170°C. Imburrate e infarinate lo stampo da ciambellone (a meno che non sia in silicone: in questo caso basterà soltanto inumidirlo). In una ciotola capiente montate il burro con il fruttosio (o zucchero) e la vaniglia per circa 5 minuti, fino a che non otterrete un composto

spumoso. A questo punto unite le uova, una alla volta, continuando a utilizzare le fruste elettriche per amalgamarle. A parte setacciate la farina, la maizena, il lievito, il caffè solubile setacciato e il sale. Aggiungete gradualmente le polveri al burro montato con le uova, alternando con il latte (iniziate e finite con le polveri), mescolando con le fruste elettriche dopo ogni aggiunta. Infine, unite il caffè e amalgamate bene. Versate l'impasto nello stampo e cuocete per circa un'ora, coprendo la superficie con un foglio di stagnola all'incirca a metà cottura; fate comunque la prova stecchino: inserendolo al centro del dolce, questo dovrà uscire asciutto. Quando il dolce sarà cotto sformatelo e, dopo almeno un'oretta, sformatelo capovolgendolo su di un piatto da portata; fatelo raffreddare completamente a temperatura ambiente.

Mentre il ciambellone cuoce, preparate la salsa al caffè: in un pentolino mescolate la maizena con il fruttosio (o zucchero), quindi versate a filo il caffè e il latte mescolando con la frusta manuale affinché non si formino grumi. Aggiungete il burro a pezzetti, quindi accendete il fuoco e cuocete a fiamma bassa, mescolando ininterrottamente con la frusta, fino al bollore. Una volta ottenuta una salsa densa, trasferitela in una ciotola, coprite con pellicola trasparente a contatto e fate intiepidire, quindi versate sulla superficie del dolce.

Poiché la salsa, raffreddandosi, tende a solidificarsi, se la utilizzate da fredda ricordatevi di mescolarla bene per farla tornare cremosa e di aggiungere eventualmente una tazzina di caffè per renderla più fluida.

Che altro? Sotto a mangiarlo.



**Nelle foto: in alto, il dolce suggerito da Sara; in basso, i riferimenti per seguirla sul web ove è una beniamina dei cultori del cibo**

<https://www.instagram.com/pixelicious.it/> Instagram

<https://www.facebook.com/pixeliciousfoodblog/> Facebook

<https://www.pixelicious.it/> Blog

**AUTODEMOLIZIONI**  
**DOLFI**

Dal 1956



# Un altro piatto di Sara dedicato a voi

## La prima portata da leccarsi i baffi

### LASAGNE PORCINI STRACCHINO E NOCI

#### INGREDIENTI

(per 6 persone - una teglia 18x28 cm)

**Per la pasta:** 200 g di farina 00; 2 uova; un pizzico di sale. **Per la besciamella:** 100 g di farina 00; un l di latte; 50 g di burro; sale; noce moscata. **Per il condimento:** 600 g di funghi porcini (peso da puliti - peso lordo circa 750 g); 2 spicchi d'aglio; 3-4 rametti di pepolino (timo, nepitella); ½ bicchiere di vino bianco; 80 g di gherigli di noci; 300 g di stracchino; 60 g di parmigiano grattugiato; olio extravergine di oliva; sale.

#### PREPARAZIONE

Preparate la pasta: versate la farina a fontana, ricavate un buco al centro e versateci le uova sgusciate; aggiungete un pizzico di sale, quindi iniziate ad amalgamare l'impasto prima con una forchetta e poi con le dita, incorporando la farina dall'esterno verso l'interno. Lavorate l'impasto per una decina di minuti, sbattendolo ripetutamente sul piano di lavoro, quindi formate una palla e avvolgetela in un panno umido. Lasciate riposare per circa 30 minuti. Nel frattempo, preparate la besciamella: sul fuoco medio/basso, stemperate la farina in poco latte; quando la farina sarà ben amalgamata aggiungete il resto del latte e, mescolando con una frusta, portate a ebollizione. Lasciate sobbollire per 5 minuti sempre mescolando; a fine cottura aggiungete il burro, facendolo sciogliere bene, un pizzico di sale e abbondante noce moscata. Adesso pulite i funghi porcini eliminando la parte finale del gambo e togliendo i residui di terra con uno spazzolino (eventualmente usate un panno umido, ma non passateli sotto l'acqua corrente), quindi tagliateli a cubetti. In una padella scaldate l'olio insieme con gli spicchi d'aglio e il pepolino, quindi unitevi i funghi; lasciate rosolare qualche minuto, incorporate il vino bianco, abbassate il fuoco e lasciate cuocere per circa 10 minuti, fino a che il vino non sarà evaporato (non lasciate però che il sugo si ritiri troppo); aggiustate di sale. Riprendete l'impasto per le lasagne, massaggiatelo ancora un po' fino ad ammorbidirlo e stendetelo col mattarello o con l'apposita macchina sul piano di lavoro infarinato, fino a formare una sfoglia sottile. Da essa, ricavate 3 rettangoli larghi quanto la teglia (i miei sono circa 20x30 cm) e teneteli da parte, senza sovrapporli. A questo punto componete le lasagne: sul fondo della pirofila ponete uno strato leggero di besciamella, quindi foderate con un rettangolo di sfoglia; ponetevi un altro strato di besciamella, quindi ⅓ dei funghi (dopo aver eliminato gli spicchi d'aglio e il pepolino) e distribuiteli equamente; aggiungete ⅓ di noci tritate grossolanamente, ⅓ di stracchino a pezzettoni e una spolverizzata di parmigiano grattugiato. Fate altri due strati di sfoglia, besciamella, funghi, noci, stracchino e parmigiano (siate più generosi con il parmigiano nello strato finale per far sì che si formi la crosticina croccante), quindi cuocete nel forno già caldo a 180°C per 35 minuti. Una volta sfornate, lasciate riposare le vostre lasagne circa 30 minuti prima di sporzionarle e servirle.



Nelle foto: sopra una sorridente Sara; sotto il suo delizioso (e succulento) piatto. Chi ha già l'acquolina in bocca alzi la mano!



AUTODEMOLIZIONI  
**DOLFI**

Dal 1956



# Guardia Nazionale Ambientale, quando i volontari fanno la differenza

Stavolta rivolgiamo un plauso a uomini e donne, ragazze e ragazzi della **Guardia Nazionale Ambientale** di **Pistoia**, della **Toscana**, di tutte le zone d'**Italia**.

Se non ci fossero, andrebbero inventati, perché dedicano parte del loro tempo libero a tutti noi: al mondo, alla vita di tutti. Pare una cosa scontata, non lo è, specie di questi tempi cattivi, tempi di guerra (e la guerra, ogni guerra, quanti danni che fa all'ambiente, alla nostra **Terra!** Oltre a morti e feriti, inquina, spesso in modo irreparabile).

Che cos'è dunque la **Guardia Nazionale Ambientale**? È un'associazione sorta nel 2001 con lo scopo di dare origine a un organismo democratico con un duplice obiettivo: l'aggregazione di donne e uomini che in forma democratica si confrontano e si uniscono per la salvaguardia dell'ambiente e la tutela degli animali. Poteva non innamorarsene **Autodemolizioni Dolfi**?

Per segnalazioni di maltrattamento animali, soccorso e settore ambientale è possibile scrivere a **[pistoia@guardianazionaleambientale.eu](mailto:pistoia@guardianazionaleambientale.eu)**.

Per informazioni sulla sua attività è possibile contattare la sede di **Corso Amendola, 33**, a **Pistoia** (366 6528143; 0573/1940083 centralino ufficio).

A noi è già venuta voglia di unirci a questi uomini, a queste donne e a voi? Salvaguardare il territorio, tutelare gli animali significa salvare la nostra esistenza.



**Nella foto: dall'alto in basso, in senso orario, parte di una discarica abusiva vicina alla autostrada A11, nel comune di Agliana; una notizia, ripresa da Autodemolizioni Dolfi, che apre le porte del cuore alla speranza; Francesco Innocenti, dirigente della G.N.A.**



**AUTODEMOLIZIONI  
DOLFI**  
Dal 1956