

**Il Sud in tavola - le vostre ricette**

Pasta porcini e salsiccia (Mena, 66 anni, Licola)

Tagliatelle all'uovo 320 g
Salsiccia 370 g
Funghi porcini 300 g
Pomodori pelati 400 g
Scalogno 1
Aglione 1 spicchio
Vino bianco 70 g
Rosmarino q.b.
Olio extravergine d'oliva q.b.
Sale fino q.b.
Pepe nero q.b.



Un'appetitosa ricetta dedicata agli amanti dei sapori rustici, condita con un succulento sugo di pomodoro e salsiccia arricchito dal profumo unico dei funghi freschi trifolati.

Simile alla classica boscaiola ma senza l'aggiunta di panna, la pasta porcini e salsiccia è molto semplice da preparare e diventerà uno dei primi piatti più richiesti di questa stagione!

Per realizzare la pasta porcini e salsiccia per prima cosa eliminate il budello dalla salsiccia e spezzettatela con le ma-

ni. Mondate e tritate lo scalogno. Versate lo scalogno in una padella con un filo d'olio. Stufate lo scalogno per 5-6 minuti, poi aggiungete la salsiccia e rosolatela per un paio di minuti. Sfumate col vino bianco e lasciatelo evaporare completamente. A questo punto unite i pelati, che avrete precedentemente schiacciato, mescolate bene e cuocete per circa 20 minuti a fuoco dolce, con il coperchio. Nel frattempo pulite i porcini: eliminate la base del gambo e strofinate delicatamente con una spazzolina per eliminare i residui di terra, poi tagliateli a fettine sottili. In una padella scaldate un filo



d'olio con uno spicchio d'aglio, poi aggiungete i funghi. Salate, pepate e cuocete a fuoco vivace per circa 10 minuti. Quando saranno pronti, unite i funghi al sugo con la salsiccia. Mescolate bene e aromatizzate il sugo con il rosmarino tritato. Cuocete le tagliatelle in acqua bollente salata, poi scolatelle nella padella con il condimento. Mantecate la pasta aggiungendo un paio di mestoli dell'acqua di cottura e un filo di olio. Impiattate e servite subito la vostra pasta porcini e salsiccia.

GOVERNARE INSIEME – UNO SPAZIO UTILE PER GLI AMMINISTRATORI LOCALI

Da un'idea di Francesco Lo Giudice



Il progetto Borghi del Benessere per una migliore qualità della vita

di GIOVANNI MISASI e TERESA PANDOLFI

Il progetto Borghi del Benessere, dell'Associazione Scientifica Biologi senza Frontiere, al quale hanno aderito circa 50 comuni calabresi, nasce con l'intento di migliorare la qualità della vita nei borghi andando a migliorare non solo lo stile di vita, ma anche il contesto ambientale e urbanistico che inevitabilmente è collegato allo stato di salute della popolazione. L'Associazione promuove, pertanto, lo sviluppo, l'incremento e la qualificazione come strumento di valorizzazione del paesaggio e della biodiversità.

L'OMS ha indicato che per una corretta residenzialità e quindi per una salubrità urbana le persone dovrebbero abitare a non più di 300 metri di distanza da uno spazio verde.

Le aree verdi urbane rappresentano, infatti, una risorsa fondamentale per la sostenibilità e la qualità della vita, in quanto oltre alle funzioni estetiche e ricreative, contribuiscono a mitigare l'inquinamento delle varie matrici ambientali, aria, acqua, suolo, abbassando la presenza di polveri sottili nell'aria, attenuando il rumore, contrastando l'innalzamento delle temperature, aumentando la permeabilità del suolo e mantenendo la biodiversità. L'idea progettuale dei Borghi del Benessere consiste,

Uno degli indicatori è il verde urbano disponibile

quindi, nella costruzione di un modello che mira a massimizzare l'uso di materiali verdi nell'organizzazione di un insediamento al momento dell'attuazione della pianificazione urbana. Il nostro obiettivo è misurare nei Borghi del Benessere, attraverso indicatori fisici, geometrici e vegetazionali, le prestazioni del verde urbano come permeabilità, prati a siepe, arbusti, alberi a basso, medio e alto fusto, rispetto a una serie di funzioni quali ombreggiamento, permeabilità, produzione di ossigeno, assorbimento di anidride carbonica e di inquinanti, isolamento acustico, creazione di habitat urbani e micro-corridoi ecologici urbani per promuovere la biodiversità.

È fondamentale, pertanto, definire un sistema di indicatori che permetta di valutare il livello di sostenibilità di una città o di un borgo, di stabilire il punto di partenza delle condizioni presenti in un determinato contesto per pianificare gli interventi e monitorare l'eventuale raggiungimento degli obiettivi prefissati.

Uno degli indicatori è il verde urbano - urban green spaces - gli spazi verdi all'interno della città, ma la qualità di tali aree è misurata principalmente dalla loro fruibilità e accessibilità, dalla dimensione ecologica ed ambientale, dallo stato di salute delle piante e della vegetazione presente, dalla biodiversità, dalla manutenzione e dagli interventi in itinere al fine di preservare la salubrità di tali spazi.

L'Associazione Scientifica Biologi Senza Frontiere valuterà tramite gli indicatori

Promuovere la salute nella pianificazione urbana per il benessere della comunità, nel contesto urbanistico è necessario riconoscere e tutelare il bene comune



Illustrazione di Roberto Melis

stabilità, la sostenibilità e la qualità della vita nel borgo, al fine di migliorare il contesto e l'impatto ambientale locale che è fondamentale per sostenere il benessere della comunità, si propone pertanto di adottare, come strumento metodologico nei Borghi del Benessere, l'approccio degli ecosystem services che, secondo la definizione data dalla Valutazione degli Ecosistemi del Millennio (MEA), sono i benefici multipli forniti dagli ecosistemi al genere umano. Nel 2005 il Millennium Ecosystem Assessment ha classificato i servizi ecosistemici in quattro gruppi funzionali: di supporto alla

Ogni borgo dovrà proteggere e ripristinare la biodiversità

vita in cui rientrano i servizi necessari per la produzione di tutti gli altri servizi ecosistemici come la formazione del suolo, il ciclo dei nutrienti e la produzione primaria di biomassa; l'approvvigionamento in cui rientrano i prodotti ottenuti dagli ecosistemi quali cibo, acqua potabile, combustibile;

di regolazione in quanto i benefici sono ottenuti dalla regolazione di processi ecosistemici ad esempio in relazione al clima, al regime delle acque, all'azione di agenti patogeni, all'impollinazione e controllo delle infestazioni; i valori culturali intesi come l'insieme dei benefici non materiali ottenuti dagli ecosistemi come il senso estetico, spirituale, educativo e ricreativo. Ai fini di uno sviluppo ecosostenibile L'ASBSF valuterà, dunque, l'implementazione delle Nature-based solutions (NBS) come orti e giardini urbani, parchi verdi, siti per impollinatori, corridoi verdi, sistemi di drenaggio urbano sostenibile e tetti verdi per portare sempre più natura nelle città. La sostenibilità ambientale e lo sviluppo ecosostenibile per il benessere della comunità dovrà essere basato inoltre sul Principio DNSH (Do No Significant Harm: Non arrecare un danno significativo), nel senso che ogni attività nel borgo non dovrà arrecare danno alla salute degli abitanti, alla protezione e al ripristino della biodiversità e degli ecosistemi, alla prevenzione e alla riduzione dell'inquinamento, all'economia circolare.

Per l'Oms la salubrità è vivere a non più di 300 m. da uno spazio verde

Il nostro progetto promuove la salute nella pianificazione urbana per il benessere della comunità, partendo dal presupposto che nel contesto urbanistico è necessario riconoscere e tutelare il bene comune della città per il giovamento individuale e per le generazioni future. Puntare pertanto ad una nuova consapevolezza, a una nuova responsabilità, a una nuova cultura urbana, un nuovo modo di progettare il territorio adottando soluzioni che consentano di migliorare le condizioni di vita urbana e il verde urbano che rappresenta uno degli elementi principali per contribuire al miglioramento della qualità della vita dei cittadini. Il progetto "Borghi del Benessere" è una realtà già in essere e può rappresentare la svolta per una migliore qualità della vita in un contesto sano, naturale e a misura d'uomo.

*Associazione Scientifica Biologi senza Frontiere