



IO FACCIO LA CENA GIUSTA

EMILIA ROMAGNA

Da giovedì 16 a sabato 18 ottobre, ore 19.30: Ristorante La taverna del castoro (via Don Giulio Salmi, 9) - Borgo Panigale, Bologna

menù

Insalatina speziata al cumino con pecorino ed uva
Riso basmati con salsa di funghi e zucca
Maiale bio all'arrabbiata con crocchette di verdure
Strudel di banane con salsa al cioccolato

Per informazioni e prenotazioni: latavernadelcastoro@cimcoop.it, www.cimcoop.it,
051/6416919

Venerdì 17 ottobre, ore 20: Ristorante Babette (corso Mazzini, 195/13) – Faenza

menù a buffet

lenticchie con zucca
zuppa di miglio e zucca
fagioli neri con carne e verdure
fusilli con quinoa e verdure
riso thai all'indiana
cous cous con ceci e verdure
riso rosa con pesce
orzo perlato con funghi
insalata di quinoa
crema dolce di amaranto e frutta

Per informazioni e prenotazioni (entro mercoledì 15): lacortedibabette@libero.it,
www.babette.altervista.org, 0546/28503

Venerdì 17 e sabato 18 ottobre, ore 18: Cafe de la paix (p.tta Corelli, 24) - Ferrara

menù:

bruschette con salse equosolidali
tagliatelle al kamut bio con verdure
cous cous integrale con verdure
dolce della casa con ingredienti del commercio equo

Tutti i prodotti del Cafe de la paix sono equosolidali, biologici o tipici. L'acqua è servita gratuitamente in brocche.

Per informazioni e prenotazioni: info@cafedelapaix.it, www.cafedelapaix.it, 0532/762052

Venerdì 17 e sabato 18 ottobre, ore 19: Ristorante Harissa – osteria dai sapori solidali (via L. Tonini, 16/a) – Rimini

menù

zuppa autunnale con quinoa e fagioli
strozzapreti con ricotta di pecora e noci pecan
chili con carne e fagioli neri

Il ristorante utilizza sempre prodotti del commercio equo e solidale. Per informazioni e prenotazioni: info@harissa.it, www.harissa.it, 0541/25830

Venerdì 17 ottobre, ore 20.30 - "Agriturismo Cento Fiori", via Pomposiana 292, Marzaglia Nuova (Modena): ore 20.30

Evento in collaborazione con Ghanacoop e Chico Mendes Modena. Necessaria prenotazione: 059 389076, 340 9431471.

Sabato 25 ottobre, ore 19.15: Centro Natura (via degli Albari 6) - Bologna

Cena a base di prodotti equosolidali in collaborazione con la Bottega "C'è un mondo" di via Guerazzi. Per informazioni e prenotazioni: info@ceunmondo.it, www.centronatura.it, 051 271020

LAZIO

Venerdì 17 e sabato 18 ottobre, ore 20: La creperia equosolidale (via Umberto I, 9) - Trevignano Romano, Roma

menù

antipasto di formaggi biologici e marmellate del commercio equo
crepes salate
crepes dolci
vino Placido Rizzotto rosso e bianco di Libera Terra
succhi di frutta del commercio equo e solidale

Le serate saranno accompagnate da musica dal vivo. Per informazioni e prenotazioni: daniela.lamponi@1webmail.net, 348/0832962. Sconto del 10% ai possessori della Bio Card.

LOMBARDIA

Venerdì 17 ottobre, ore 20.30: Circolo Culturale Arci Papacqua (via Daino, 1) - Mantova

menù

riso Basmati con uvetta passa e cardamomo
quinoa con piselli e curcuma
cous cous alle verdure e curry
pasta Mediterranea con salsa di olive nere e basilico
torta al cioccolato
tisane e tè dal Mondo

Evento realizzato in collaborazione con la Bottega del Mondo "Il Mappamondo". È necessaria la prenotazione. Per informazioni e prenotazioni: info@papacqua.it, www.papacqua.it, 0376/364636

Giovedì 23 ottobre, ore 20: Osteria L'Azzecagarbugli (piazza XX settembre 54/A) - Lecco

Evento realizzato in collaborazione con l'Istituto Giovanni Bertacchi. Necessaria prenotazione al 0341/288063.

MARCHE

Venerdì 17 ottobre, ore 21: Agriturismo Fiore di campo (c.da Montone, 124) - Fermo, Ascoli Piceno

menù

Quinoa ai 4 formaggi
Formaggi misti con marmellate e miele
Zuppa di fagioli neri
Cous cous alle verdure
Riso Thai ai Funghi
Pollo al Curry

Zuppa Inglese con cioccolato fondente
Vino rosso di Libera Terra (Placido Rizzotto)

Serata sponsorizzata dal punto vendita di Coop Adriatica di Fermo.

Per informazioni e prenotazioni: info@fioredicampo.it, www.fioredicampo.it, 335/7509018

Venerdì 17 e sabato 18 ottobre, ore 20: Locanda Rio Chiaro (c.da Piangiano, 26) - Treia, Macerata

menù:

spuma di formaggio caprino con peperoncino e miele millefiori dal Messico
tagliatelle "fresche" al cioccolato dalla Repubblica Dominicana con ragù di maiale con funghi
porcini e nocciole
filetto allo zenzero caramellato con zucchero di canna dal Paraguay, porri croccanti e salvia
fritta
semifreddo alla vaniglia con miele millefiori dal Messico con frutti di bosco

Per informazioni e prenotazioni: riochiaro@hotmail.com, www.riochiaro.com, 0733/561237

PIEMONTE

Venerdì 17 e sabato 18 ottobre, ore 20: Agriturismo La collina degli scoiattoli (via Dietro Langhe, 19) - Cravanzana, Cuneo

menù

antipasti misti vegetariani e non
primi di pasta e cereali
secondi vegetariani e di carne
verdure gratinate
insalate
dessert

Per informazioni e prenotazioni: info@collinadegliscoiattoli.com,
www.collinadegliscoiattoli.com, 0173/855226

SARDEGNA

Sabato 18 ottobre, ore 20.30: Aghe Turismo Rurale (loc. Case Sparse - Murdegu) - Milis, Oristano

menù

Bocconcini di melone bianco del Sinis e formaggio caprino
Salsa di ceci (hommus) e pane carasau
Crudità miste di stagione

Cupolette di miglio con pesto di sedano e nocciole
Vellutata di lattuga e funghi di cardo ("antunna")
Seitan in carpione
Tofu stufato al succo fresco di melograna
Biete aglio e peperoncino
Torta Aghe di cioccolato e pere

Il ristorante utilizza acqua di fonte, vino locale e prodotti da agricoltura biologica.

Per informazioni e prenotazioni: info@aghesardegna.it, www.aghesardegna.it, 0783/590138

TOSCANA

Venerdì 17 e sabato 18 ottobre, ore 20.30: Ristorante Vegetariano La Fonte (via Lucignano, 15) – Montespertoli, Firenze

menù

crescioni
babaganush (crema di melanzane)
cous-cous con verdure
quinoa con peperoni
seitan al limone
crocchette di tofu con mandorle
torta di cioccolato
tiramisù al caffè
tè verde o rum di Cuba

Tutti i prodotti provengono da agricoltura biologica. Per informazioni e prenotazioni: vegetariano@ristorantelafonte.it, www.ristorantelafonte.it, 0571/609514. Sconto del 10% ai possessori della Bio Card.

VENETO

Venerdì 17 ottobre, ore 19.30: Bio Bar La scarpetta di Venere (Stradone San Fermo, 4) – Verona

Per informazioni e prenotazioni: info@lascarpettadivenere.it, www.lascarpettadivenere.it, 045/8011973. Sconto del 10% ai possessori della Bio Card.

Venerdì 17 ottobre, ore 20: Bistrot Feltrinelli (piazza XXVII Ottobre 1, sesto piano) – Mestre, Venezia

Cena a base di prodotti equosolidali presso il Bistrot della libreria Feltrinelli. Per l'occasione la libreria rimarrà aperta fino alle 23. Per informazioni e prenotazioni: eventi.mestre@lafeltrinelli.it, 041/2381350. Il menù verrà svelato al momento della prenotazione.

Sabato 18 ottobre, ore 20: Agriturismo Altaura (via Correr, 25) – Casale di Scodosia, Padova

Menù a km zero con caffè equosolidale

Salumi e formaggi della casa con miele di castagno – acacia
confettura di mele cotogne – uva - savor
Vellutata di patate con aglio orsino
Tagliatelle con ragù d'anatra
Capretto al forno con erbe selvatiche cotte

Cappuccio bianco e rosso con uova sode e finocchietto
Panna cotta con gelatine di caffè – melograno – amarena
moka caffè biologico ed equosolidale

Prenotazione obbligatoria (entro giovedì 16) al 347/2500714. Per ulteriori informazioni:
dfmaria@libero.it, www.agriturismobioecologico.it. Sconto del 10% ai possessori della Bio Card.

Domenica 26 ottobre, ore 20: Circolo Arci Luna Nuova (via Barbarigo 12) – Padova

menù

cous cous alla magrebina
riso con verdure e spezie
lenticchie all'orientale con riso
pomodori ripieni alla quinoa
verdure di stagione
crostata di crema al cacao e cocco
caffè o tisana

Cena a base di prodotti equosolidali in collaborazione con l'Associazione di Promozione Sociale "Biorekk". Per informazioni e prenotazioni: eventi@biorekk.org, 347/5533063. Ingresso riservato ai soci Arci.