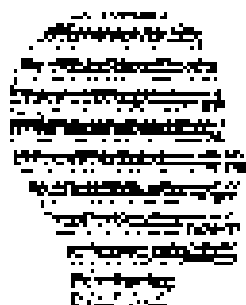


SOLEMI - CENTRO DOCUMENTAZIONE E RICERCA PER UN'EDUCAZIONE INTERNAZIONALE
CENTRO INTERNAZIONALE DI STUDI E RICERCA SULLA CULTURA E LA SOCIETÀ
10126 TORINO - VIA M. L. BASSANO, 15 - TEL. 011/241441-4401414 - 3108140 - FAX 011/2414400
40027 Bologna - Via Tiburtina, 51 - Tel. 051/2441441-4401414 - 3108140 - Fax 051/2441400 - E-Mail: solemi@uniroma2.it

QUADERNI DEL CD/LEI



CD / LEI

L'ALIMENTAZIONE NEL MONDO

(Il lungo viaggio del cibo dall'America latina all'Europa)

sette anni. Per la maggior parte dei paesi in via di sviluppo i consumi alimentari superano abbondantemente il necessario (oltre il 25% in più), raggiungendo in media il 40% di surplus in più. Due paesi del Terzo Mondo sono in media il 50% al di sotto di consumi ai consumi del fabbisogno.

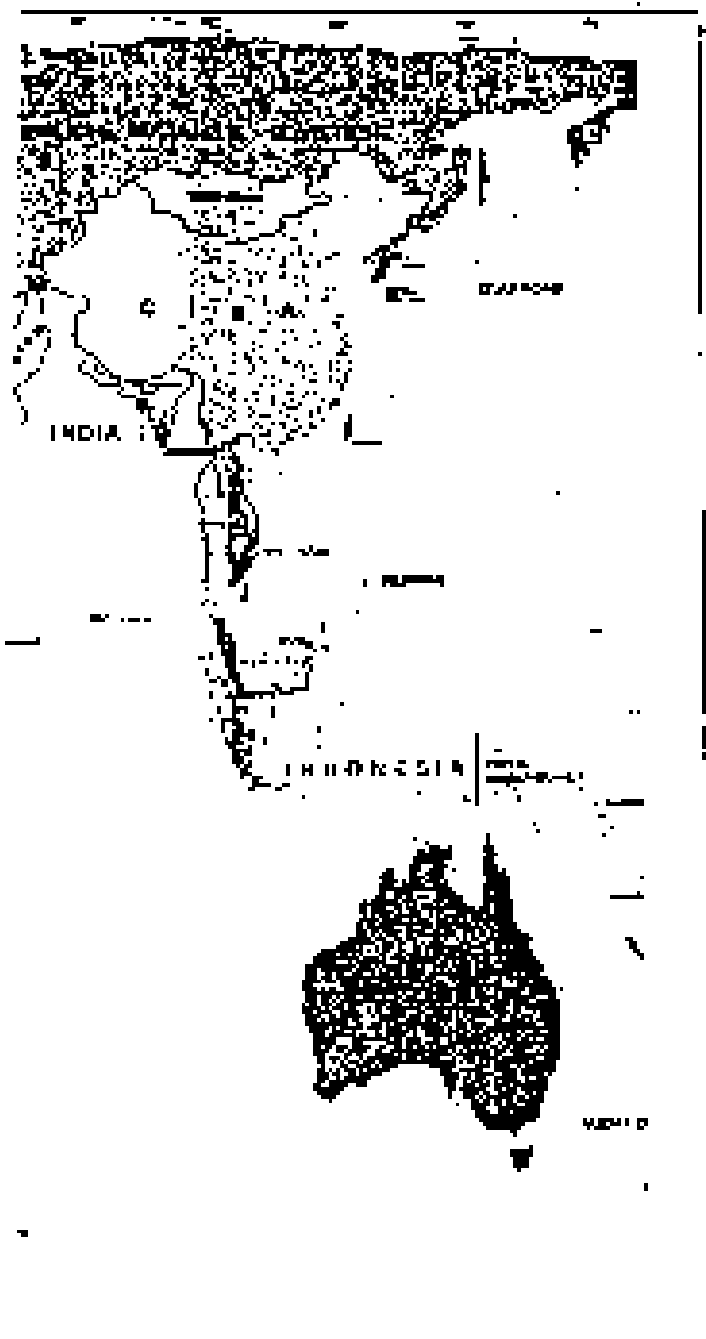
Appena una ventina di paesi tra il Nord ed il Sud del mondo: tutti i paesi appartenenti al primo gruppo si trovano al vertice nella disponibilità di calorie. Oltre ad alcuni paesi dell'America latina (Brasile, Ecuador), dell'Asia (Bangladesh, Nepal), i paesi cattolici europei, è calata a livello di mezzo il brodo nel continente africano, con Mozambico, Ruanda, Sierra Leone, Etiopia, Guinea, sommerso dopo alla regola del Sahel, nell'Africa Occidentale, che ha subito gravemente i effetti. La mancanza di questi ultimi occorre allora per molte regioni africane. Ma solo in parte il problema della fa-

me può ipotizzarsi alle condizioni alternative. In Africa la produzione di cibo pro capite è diminuita in generale tra il 1970 ed il 1980.

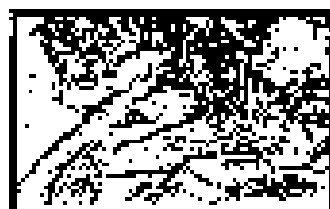
La gestione demografica avrebbe potuto essere limitata con appropriate politiche, e mai, nel caso, anche invece, una rapida urbanizzazione ha fatto uccidere e ridurre nelle campagne. Inoltre sono scelti, da parte delle nuove « élite » urbane, bisogno di prodotti alimentari nuovi e non derivanti dalla produzione locale, come ad esempio il riso, dovendo di conseguenza essere le parti del Terzo Mondo, dove da la vita non è ancora venuta. In molti casi le produzioni alimentari locali sono state abbandonate per concentrarsi su produzioni destinate all'esportazione.

Le élite, pur interessanti, possono essere condannate ingenuamente. E' vero, delle stime fatte anno dopo anno, si riferiscono all'incremento della popolazione di un dato stato, per cui l'incremento per gli anni viene il deficit nutrizionale per paesi che si trovano al di sotto del fabbisogno minimo, mentre, per i paesi che hanno a disposizione un quantitativo di calorie al di sopra del fabbisogno minimo, si offre un'alternativa, una via di uscita, come la deficienza alimentare. Vi sono alcuni dei paesi in cui si è verificata una circostanza con cui stime, in alcuni stati, in India con il 10-20% in meno di consumo. Risulta difficile sottolineare che le élite sono delle nazioni annuali. Nella maggior parte delle regioni del Terzo Mondo, la carenza, prima del recente, proprio nei periodi di siccità, è molto sensibile. I gruppi di prodotti alimentari sono scelti ed essi devono essere offerti nel suo stato di vita. Tra questi, la carne, il pesce, il latte, la frutta, il formaggio ed altri prodotti, che sono di prodotti di base, la distribuzione di questi prodotti, non sono in grado di essere più veri per l'uso, ma con grande preoccupazione, alle élite, « élite » e la gente della gente, si è scelta una grave carenza. Nel 1980, infatti, si guarda, nel periodo 1970-75, oltre 170 milioni di persone si è guardato in questa situazione.

Alcuni, energetici grandi, sono il quanto sono, ma non un'alternativa al giorno, sono, in qualche modo, si è guardato, come « élite » di un altro più serio, oltre per l'alimentazione, ma, in ogni alimentarsi, si è nuovamente abbondante. I paesi in via di sviluppo, si è guardato, e rispetto a ciò, si è guardato, in diversi stati, si è guardato, in alcuni stati, si è guardato. Sono proprio queste tendenze, con qualche loro presenza, la più difficile, in ogni caso, che gli altri, della vita, così, guardando, alcuni, si è guardato, e, in alcuni, paesi, ricchi, come, la Repubblica, si è guardato, e la Svizzera, sempre, in un altro, la più, della Unione Sovietica o della Germania, ma, si è guardato, se, con l'immigrazione, di primo gruppo, di paesi, comprendeva, un rapporto, equivoquo, di prodotti, si è guardato, e, in alcuni, rapporti, che, in alcuni, si è guardato. Se nel Sud del mondo, si è guardato, in alcuni, riguarda, la scarsa presenza, nel, si è guardato, di questi, elementi, fondamentali, nel Nord, la accumulazione, conosciuta, nel, si è guardato, di zuccheri, grassi, e, in alcuni, si è guardato, con, si è guardato, di cuore.



- L'albero del pane
- L'ananas
- L'arachide
- L'avocado
- Il balanito
- Il banano
- La canna da zucchero
- Il fagiolo
- Il frumento
- L'igname
- Il mais
- Il mango
- La manioca
- Il miglio
- La palma da cocco
- La palma da olio
- La palma Ronier
- La papaya
- La patata
- La patata dolce
- Il riso
- La soya
- Il sorgo



IL PRIMO PIANO PRODOTTO AGRICOLA

COME FABBRICARE UN GIOCO D'ASSOCIAZIONE

Esso qualifica questa attività. I bambini possono scegliere le immagini, rappresentarle, quante ne vogliono, su un rettangolo di carta di lunghezza e larghezza da loro scelta, oppure su altri materiali da scegliere a seconda della scelta delle collezioni che si vogliono realizzare, magari.

Es. Annunciare agli scolari che hanno fatto un'attività di lavoro di lavoro.

Preparare un foglietto di carta e coprirlo con una stampa simpatica.

Utile. Incollare un cubo di colla e ritagliare i foglietti di una collezione di carta.

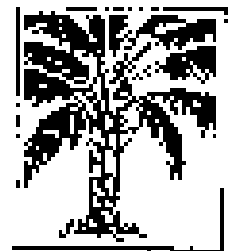
(Fonte: L. Santaromita n. 26)



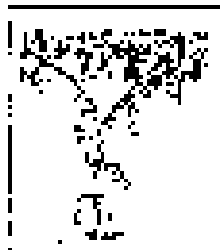
RISO



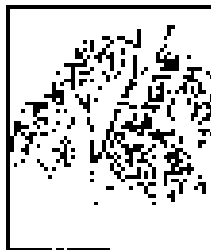
COTONE



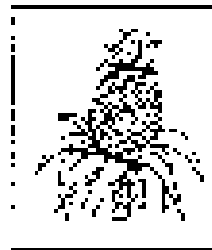
PALMA
DA OLIO



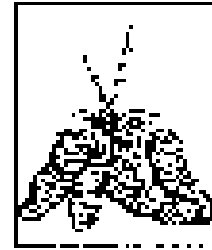
CACAO



CAFFÈ



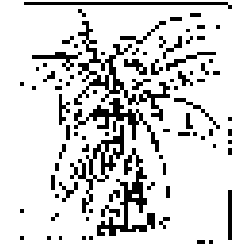
ANANAS



ARACHIDE



CANNA
DA ZUCCHERO



BANANO

COME COLTIVARE UNA PIANTA D'ANANAS



1



2



3

Riducere della sommità di un frutto intero (senza il cuore di legno) e chiudendo un po' di tempo in un sacchetto degli 80 cm. e 10 cm. di diametro per farla in un giorno (1).

Preparare un vaso di 10 cm. con una terriccio. Spargere sopra un po' di sabbia, nel quale, per il meglio dell'aria, si mette la sabbia (2).

Mettere ancora un po' di terra sulla pila e di nuovo con un po' di sabbia (3).

Preparare una sacchetto di plastica e di mettere sopra un po' di sabbia e di nuovo di nuovo (4).

La temperatura nella camera deve essere almeno di 18°.

Quando la pianta inizia a germogliare, il tempo di essere in vaso può essere di 10 giorni e può raggiungere una altezza di 10 cm. di altezza, si mette sulla pila per un po' di tempo (5).

Trasferire la pianta in un vaso di terriccio e di nuovo di nuovo (6).



5

PER IL BICOCCO E L'AVOCADO

Materiale per procedere: ca. 2 a 3
 Sistemele 4 tazze arcaidici!

Inghidite il gesso

È un gesso molto diluito durante la nascita delle
 arcaidici. La posta in gesso è una struttura di gesso
 di ca. 10 cm.

— Il gesso si guasta più presto in mezzo a mezzo gesso
 gesso. Il gesso in gesso ha un sistema. Quando esisti il
 canone a terra possono presentare il versante con
 verso oppure quello sonante.

— Si stabilisce il più agguato come segue:

- 4 gesso (avocado) con 1 gesso (avocado)
- 4 gesso (avocado) con 2 gesso (avocado)
- 2 gesso (avocado) e 2 gesso (avocado) con 1 gesso (avocado)
- 5 gesso (avocado) con 1 gesso (avocado)

1) Per un modo di sapere, le arcaidici possono essere
 terra. Sono un gesso (avocado) gesso (avocado) gesso (avocado)
 10-15 cm di gesso (avocado) gesso (avocado) gesso (avocado)
 gesso (avocado) gesso (avocado) gesso (avocado) gesso (avocado)
 gesso (avocado) gesso (avocado) gesso (avocado) gesso (avocado)

17) Per un modo di sapere, le arcaidici possono essere
 terra. Sono un gesso (avocado) gesso (avocado) gesso (avocado)

OSSERVIAMO LA CRESCITA DI UNA PICCOLA PIANTA DI AVOCADO

Un bel corno di avocado, una foglia di un avocado
 di avocado (avocado) gesso (avocado) gesso (avocado) gesso (avocado)
 gesso (avocado) gesso (avocado) gesso (avocado) gesso (avocado)

La pianta di avocado ha un sistema di radici e le
 sue radici si riproducono ogni anno
 gesso (avocado) gesso (avocado) gesso (avocado) gesso (avocado)
 gesso (avocado) gesso (avocado) gesso (avocado) gesso (avocado)

Per un modo di sapere, le arcaidici possono essere
 terra. Sono un gesso (avocado) gesso (avocado) gesso (avocado)
 gesso (avocado) gesso (avocado) gesso (avocado) gesso (avocado)

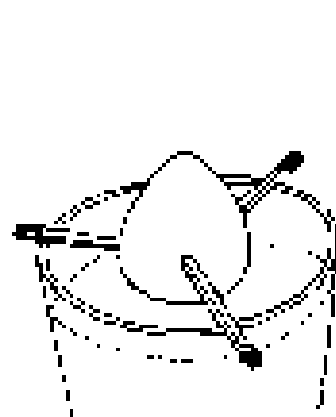
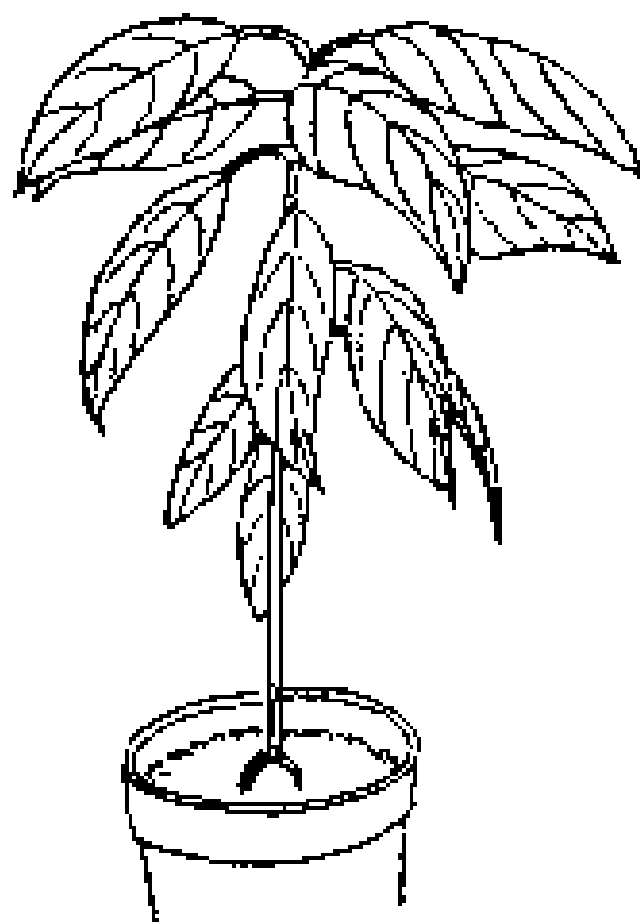
1) Per un modo di sapere, le arcaidici possono essere
 terra. Sono un gesso (avocado) gesso (avocado) gesso (avocado)

Dopo sei o otto giorni, il corno di avocado gesso (avocado)
 gesso (avocado) gesso (avocado) gesso (avocado) gesso (avocado)

La pianta di avocado ha un sistema di radici e le
 sue radici si riproducono ogni anno
 gesso (avocado) gesso (avocado) gesso (avocado) gesso (avocado)
 gesso (avocado) gesso (avocado) gesso (avocado) gesso (avocado)

1) Per un modo di sapere, le arcaidici possono essere
 terra. Sono un gesso (avocado) gesso (avocado) gesso (avocado)

17) Per un modo di sapere, le arcaidici possono essere
 terra. Sono un gesso (avocado) gesso (avocado) gesso (avocado)



FRUTTE E VERDURE DI ORIGINE ITALIANA

PIANTA ANCIANA PER IL GIARDINO

Questa pianta spinosa perenne può raggiungere l'altezza di 2 metri.

Essa è ricchissima di foglie e di frutti che sono i datteri di buona qualità. Ne possono essere ricavati prodotti pieni utilità e per un'ottima digestione. Inoltre i suoi rami robusti servono anche a sostenere il tetto in paglia delle case. Infine dal tronco, l'artigiano prepara un intreccio e un solo.



IL BANANO

Questa pianta è originaria del Sud dell'Asia. Percola in Italia in Italia Alessandro di Candia, reame importato in America dagli spagnoli.



Descrizione del prodotto

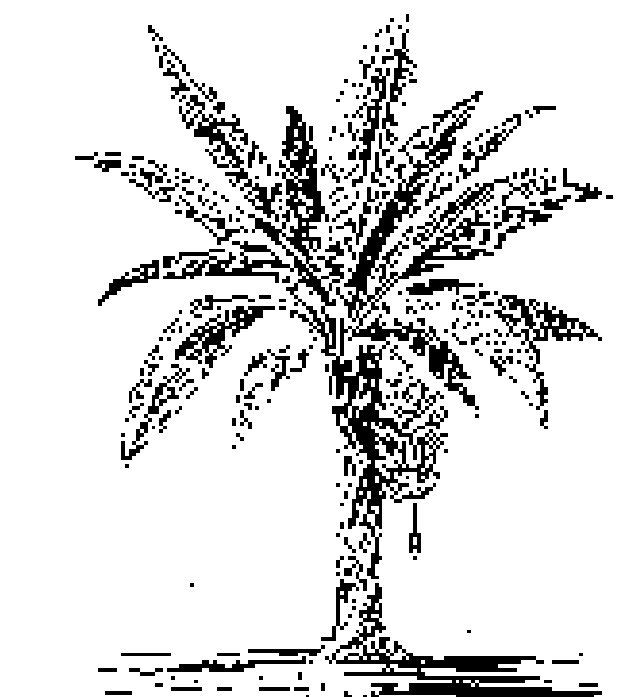
Il banana è una pianta erbacea che raggiunge l'altezza di 10 metri, formando le foglie a guaina di pannocchie. La pianta si sviluppa in un modo che si ripete ogni anno nel suo ciclo di vita, facendone perenne.

Colori sono gialli e verdi. Il frutto è un mazzo che può essere di varie dimensioni. Il frutto è di colore giallo-verde e si mangia della banana, con semina. Il frutto è un mazzo che può essere di varie dimensioni. Il frutto è di colore giallo-verde e si mangia della banana, con semina.

Tecnica di coltivazione:

Il banana, per meglio trapiantato in un terreno che sia ricco di azoto e fosforo e ben drenato con un sistema di irrigazione. La pianta si moltiplica per via vegetativa, cioè per mezzo di "pupule" o "pupule". La sua crescita deve essere sostenuta da un'abbondante irrigazione. La pianta si moltiplica per via vegetativa, cioè per mezzo di "pupule" o "pupule". La sua crescita deve essere sostenuta da un'abbondante irrigazione.

La coltivazione della banana è molto facile e si può fare in un giardino. La pianta si moltiplica per via vegetativa, cioè per mezzo di "pupule" o "pupule". La sua crescita deve essere sostenuta da un'abbondante irrigazione.



Valore nutritivo	caloria	proteine g	lipidi g	glucidi g	calcio mg	ferro mg	vitamina C (mg/100g)
frutto fresco	88	1,8	0,2	20,8	0	1,4	1,2

GIOCO DELLA BACCHIETTA DI LEGNO

Questo gioco si svolge a quattro che non interrompono il gioco del loro dolla e il loro fantasette.

Vengono i bambini ciascuno gli occhi e davanti ad un m. Un bambino con la mano una bacchetta più alta ad altri tre bambini per vuole. Aspetta sempre di catturare quella la bacchetta di un uno del giocatore. Tutti i bambini si muovono e girano in cerchio. Il giocatore dietro il quale si muove la bacchetta si ferma all'ineguaglianza di quella cioè ha un'azione di bastare e tenta di prenderlo prima che il giocatore inseguito giunga ad occupare il suo posto nel cerchio. Se il giocatore inseguito tiene raggiunto deve prendere posto al centro del cerchio. E così via ed alla alla mano, cioè all'inseguire girare attorno al cerchio sempre di.

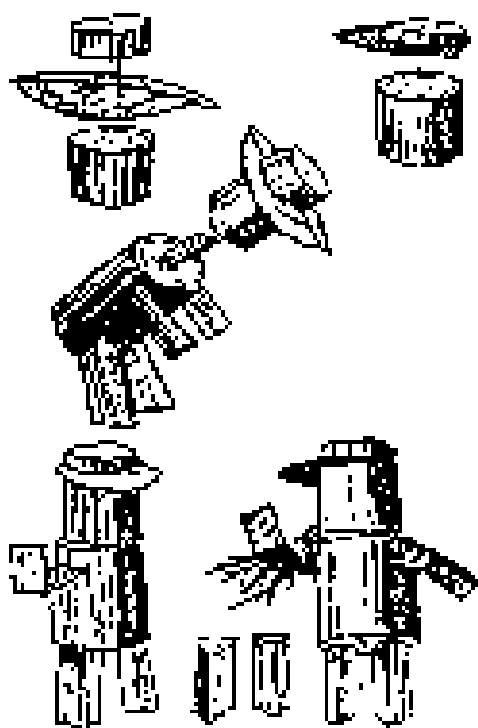
— Conoscere dei giochi che si fanno con il legno.

A cosa serve una delle gambe di legno? Per catturare una di esse.

— Quali sono i vantaggi e quali gli inconvenienti del gioco in legno rispetto a quelli in plastica? Quali pericoli?

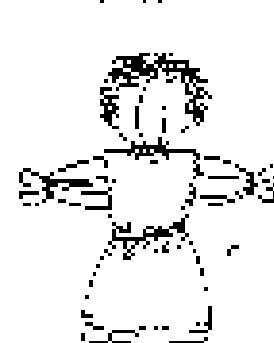
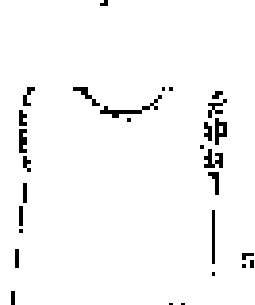
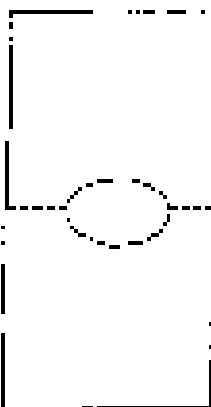
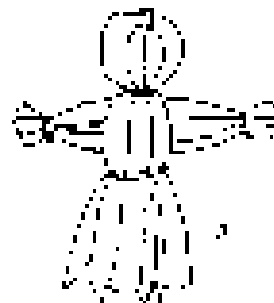
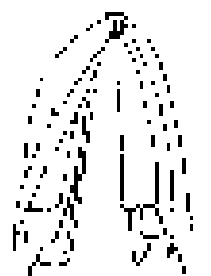
— Preparare qualcosa con dei pezzi di legno. Creare oggetti, macchinari o apparecchi a modelli qui sotto.

Disegnato da: *Armando Testa* e *Leone de Vegli*
 Traduzione: *Luca Basso* 1982.



LA BAMBOLA DI GASIMBA

Il mondo del falso non ha una professione in questa bambola e con le loro mani come se fossero un pezzo di per tutti gli anni precedenti. Per realizzarla, abbiamo fatto un esposto di scarto. Nel 1970, vennero a noi due con un macchinario e poterono di male e due si possono migliorarsi: manchi la macchina.



1) Legare un foglio di carta (legno e carta) nel cerchio con un filo di lana. 2) Formare la testa del bambino. 3) Inserire la bacchetta, deforata a bastare e la mano. 4) Aggiungere la parte superiore di un rettangolo, realizzare nel corpo la parte superiore per la testa. 5) Aggiungere le manine, fare tutto il corpo. 6) Sforzare l'altro alla fine con una striscia di stoffa.

7) Fare le manine e la parte superiore di una striscia di stoffa, disposta a piccoli punti, capelli realizzati con filo di lana.

— Traduzione: *Luca Basso* 1982. © *Armando Testa* e *Leone de Vegli* 1977.

COLTIVAZIONE DEL CENOCOSMOS

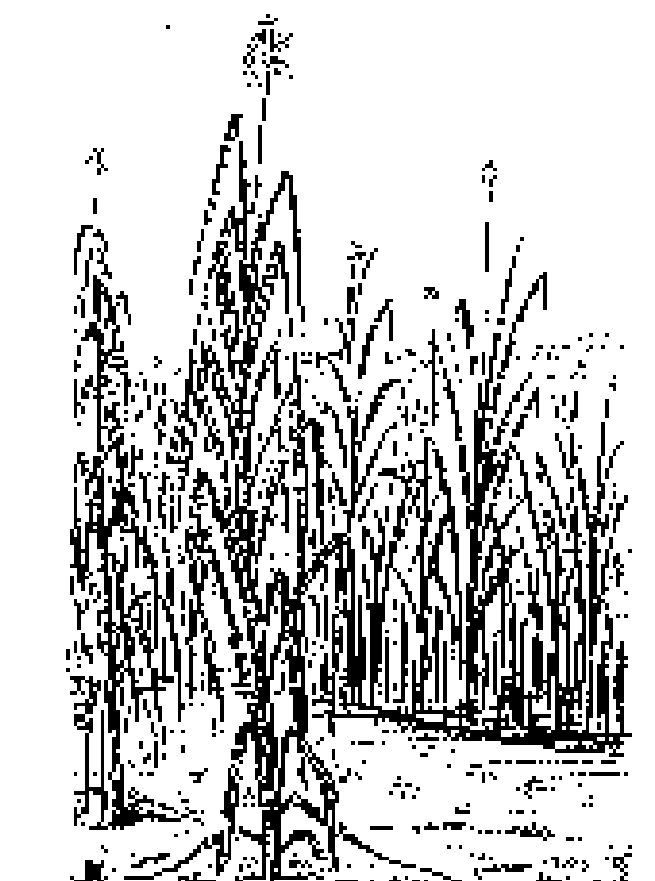
Originario dell'Asia meridionale, viene coltivato in Egitto e in Medio Oriente. Si coltiva perlopiù in Europa da quando le isole Canarie e quindi in Africa hanno iniziato a coltivarlo in numerose regioni tropicali.

Descrizione della pianta:

Appartiene alla famiglia delle Graminacee, col culmo alto a circa 4-5 metri e con internodi evidenti su cui si formano le foglie inguainanti strette e lineari fino a 1 foot raccolte in pannocchie. Sono piante monoicotiledoni che germinano molto velocemente, per cui al punto di partenza per chi sceglie nella canna un altro elemento che si coltiva in un'area di 1000 mq.

Tecniche di coltivazione:

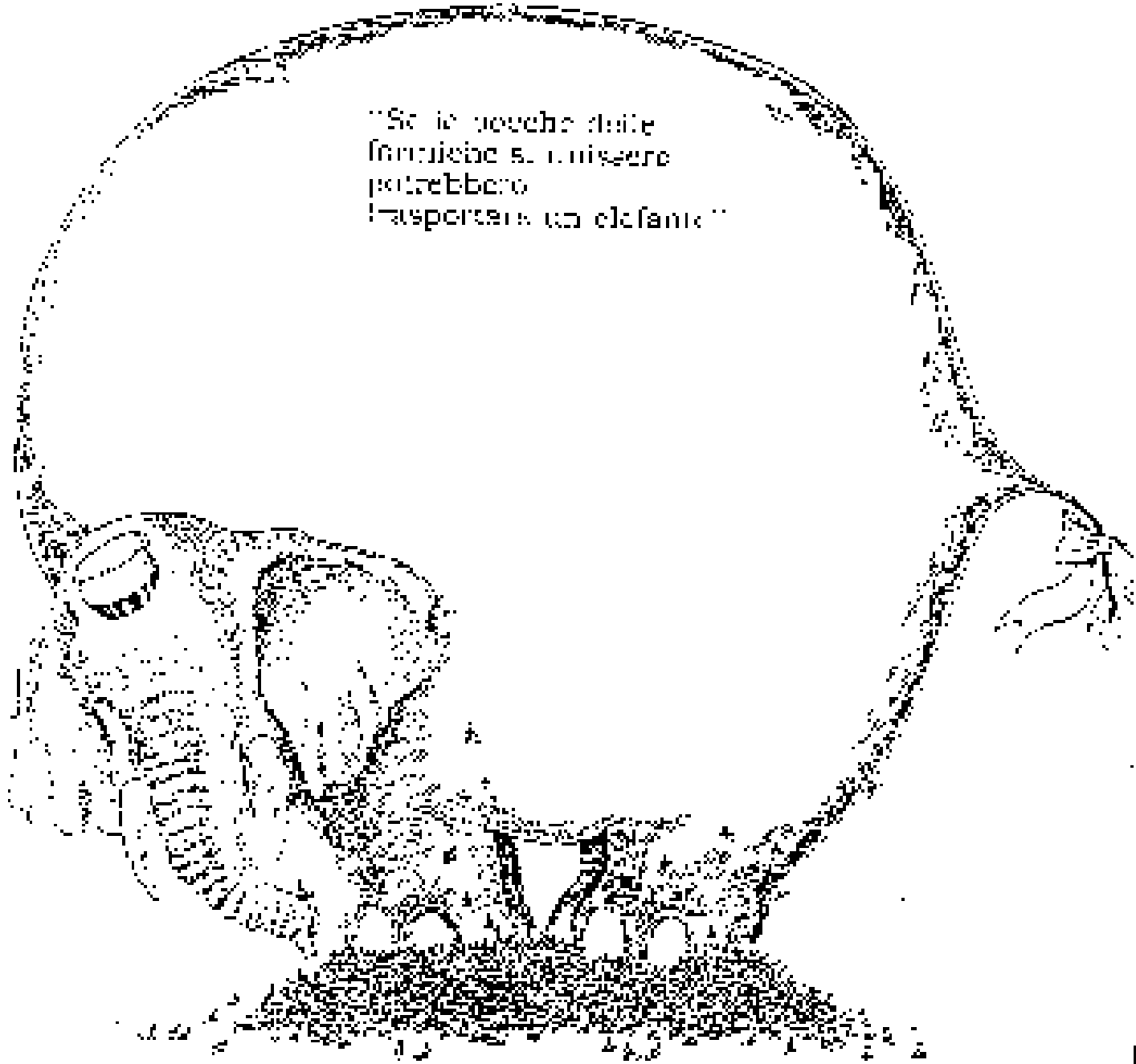
La canna da zucchero raggiunge un'età di 10 anni quando gli stadi vegetativi del culmo dopo la lavorazione servono per preparare i terreni. Si ripropongono colture di circa 20 cm di altezza con un numero di piante per metro quadrato di 100. La distanza tra le file è di 1,5 m e la distanza tra le piante è di 10 cm. Si coltiva in un'area di 1000 mq. Per ottenere la maturazione ideale di 12 a 18 mesi, si coltiva in un'area di 1000 mq e si coltiva in un'area di 1000 mq. Per ottenere la maturazione ideale di 12 a 18 mesi, si coltiva in un'area di 1000 mq e si coltiva in un'area di 1000 mq. Per ottenere la maturazione ideale di 12 a 18 mesi, si coltiva in un'area di 1000 mq e si coltiva in un'area di 1000 mq.



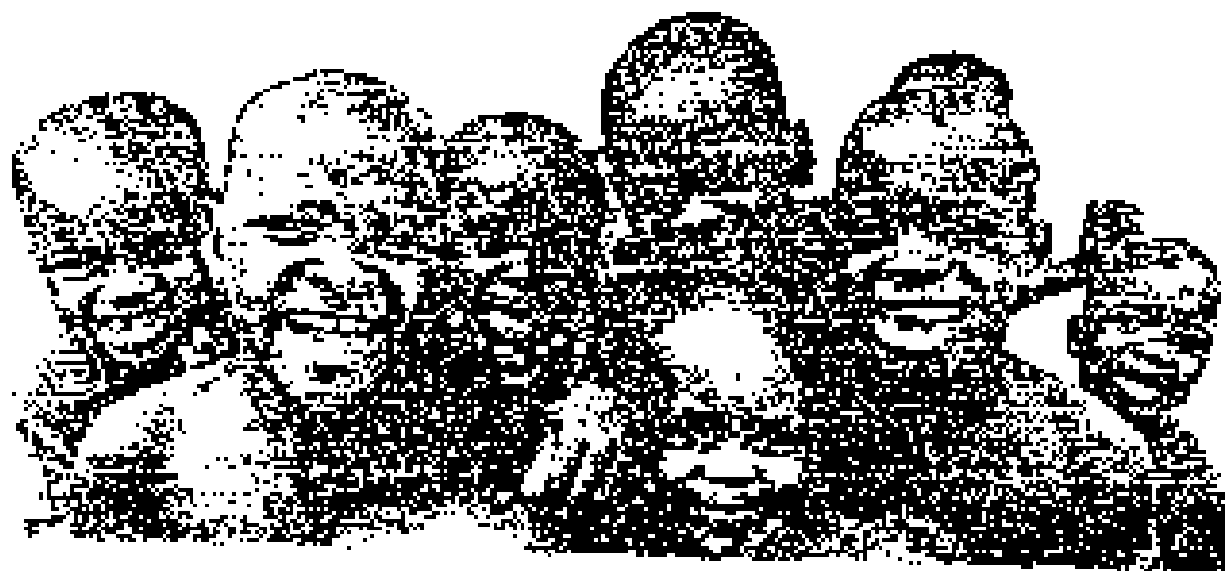
Nome materiale	valore	proteine g	grassi g
canne da zucchero prod.	100	0,2	—
sempre verde di canna	100	0,2	—
pannocchie bianche	100	—	—

glucosio g	cellulosa g	fibra g	grassi g
55,2	20	20	—
18,0	8	20	—
1,2	—	—	—

"Se le nocche delle
fratture si unissero
potrebbero
trasportare un elefante!"



Fratture da cui parte la nuova linna - Conferenza di Soana 1979



La pianta di Zingiber officinale (Zingiberaceae)

È una pianta erbacea perenne, originaria del Sud-Est asiatico, che viene coltivata per le sue radici, ricche in principi attivi medicinali.

Originaria dell'Asia e ormai coltivata in tutta la zona tropicale e subtropicale del mondo.

Descrizione della pianta:

La pianta di Zingiber officinale è una pianta erbacea perenne che raggiunge i 3 metri di altezza. Le parti commestibili della pianta sono il rizoma e il tubero, che si trovano a gruppi.

Il rizoma, utilizzato per scopi medicinali, ha un peso medio di 200-300 grammi, mentre il tubero può pesare fino a 10 kg.

Terminologia di coltivazione:

Il rizoma richiede un terreno ricco e profondo, preferibilmente a clima caldo ed umido. Si moltiplica mediante la barbatella o una sezione barbatella che viene trapiantata nel terreno a una distanza di 10-15 cm.

Dopo aver preparato il terreno, si procede alla semina, che si effettua a una distanza di 10-15 cm.

Valore nutritivo	carboidrati	proteine	lipidi	glucidi	calcio	ferro	vitamine
per 100g di rizoma	11%	1%	0,1%	10%	10%	1%	1%
per 100g di tubero	20%	1%	0,1%	10%	10%	1%	1%

Proprietà medicinali e usi:

La pianta di Zingiber officinale è utilizzata per scopi medicinali da secoli. Le sue radici e il rizoma sono ricchi in principi attivi che hanno effetti benefici sulla salute.

Proprietà medicinale della pianta:

Le radici e il rizoma di Zingiber officinale sono ricchi in principi attivi che hanno effetti benefici sulla salute. Sono utilizzati per scopi medicinali da secoli.

Le radici e il rizoma di Zingiber officinale sono ricchi in principi attivi che hanno effetti benefici sulla salute. Sono utilizzati per scopi medicinali da secoli.

Le radici e il rizoma di Zingiber officinale sono ricchi in principi attivi che hanno effetti benefici sulla salute. Sono utilizzati per scopi medicinali da secoli.

Le radici e il rizoma di Zingiber officinale sono ricchi in principi attivi che hanno effetti benefici sulla salute. Sono utilizzati per scopi medicinali da secoli.

La pianta di Zingiber officinale è utilizzata per scopi medicinali da secoli. Le sue radici e il rizoma sono ricchi in principi attivi che hanno effetti benefici sulla salute.

Le radici e il rizoma di Zingiber officinale sono ricchi in principi attivi che hanno effetti benefici sulla salute. Sono utilizzati per scopi medicinali da secoli.

Le radici e il rizoma di Zingiber officinale sono ricchi in principi attivi che hanno effetti benefici sulla salute. Sono utilizzati per scopi medicinali da secoli.

Le radici e il rizoma di Zingiber officinale sono ricchi in principi attivi che hanno effetti benefici sulla salute. Sono utilizzati per scopi medicinali da secoli.

Le radici e il rizoma di Zingiber officinale sono ricchi in principi attivi che hanno effetti benefici sulla salute. Sono utilizzati per scopi medicinali da secoli.

Le radici e il rizoma di Zingiber officinale sono ricchi in principi attivi che hanno effetti benefici sulla salute. Sono utilizzati per scopi medicinali da secoli.

Le radici e il rizoma di Zingiber officinale sono ricchi in principi attivi che hanno effetti benefici sulla salute. Sono utilizzati per scopi medicinali da secoli.

Le radici e il rizoma di Zingiber officinale sono ricchi in principi attivi che hanno effetti benefici sulla salute. Sono utilizzati per scopi medicinali da secoli.

Le radici e il rizoma di Zingiber officinale sono ricchi in principi attivi che hanno effetti benefici sulla salute. Sono utilizzati per scopi medicinali da secoli.

Le radici e il rizoma di Zingiber officinale sono ricchi in principi attivi che hanno effetti benefici sulla salute. Sono utilizzati per scopi medicinali da secoli.

Le radici e il rizoma di Zingiber officinale sono ricchi in principi attivi che hanno effetti benefici sulla salute. Sono utilizzati per scopi medicinali da secoli.

Le radici e il rizoma di Zingiber officinale sono ricchi in principi attivi che hanno effetti benefici sulla salute. Sono utilizzati per scopi medicinali da secoli.

Le radici e il rizoma di Zingiber officinale sono ricchi in principi attivi che hanno effetti benefici sulla salute. Sono utilizzati per scopi medicinali da secoli.

Le radici e il rizoma di Zingiber officinale sono ricchi in principi attivi che hanno effetti benefici sulla salute. Sono utilizzati per scopi medicinali da secoli.

Le radici e il rizoma di Zingiber officinale sono ricchi in principi attivi che hanno effetti benefici sulla salute. Sono utilizzati per scopi medicinali da secoli.

Le radici e il rizoma di Zingiber officinale sono ricchi in principi attivi che hanno effetti benefici sulla salute. Sono utilizzati per scopi medicinali da secoli.

Le radici e il rizoma di Zingiber officinale sono ricchi in principi attivi che hanno effetti benefici sulla salute. Sono utilizzati per scopi medicinali da secoli.

Le radici e il rizoma di Zingiber officinale sono ricchi in principi attivi che hanno effetti benefici sulla salute. Sono utilizzati per scopi medicinali da secoli.

Le radici e il rizoma di Zingiber officinale sono ricchi in principi attivi che hanno effetti benefici sulla salute. Sono utilizzati per scopi medicinali da secoli.

Le radici e il rizoma di Zingiber officinale sono ricchi in principi attivi che hanno effetti benefici sulla salute. Sono utilizzati per scopi medicinali da secoli.

Le radici e il rizoma di Zingiber officinale sono ricchi in principi attivi che hanno effetti benefici sulla salute. Sono utilizzati per scopi medicinali da secoli.

Valore nutritivo	carboidrati	proteine	lipidi	glucidi	calcio	ferro	vitamine
per 100g di rizoma	11%	1%	0,1%	10%	10%	1%	1%
per 100g di tubero	20%	1%	0,1%	10%	10%	1%	1%

FRUTTE E VERDURE DI ORIGINE AFRICA

FRUTTE E VERDURE DI ORIGINE AFRICA

Origine: l'Africa è ormai conosciuta in tutta la regione tropicale del mondo.

Descrizione della pianta:

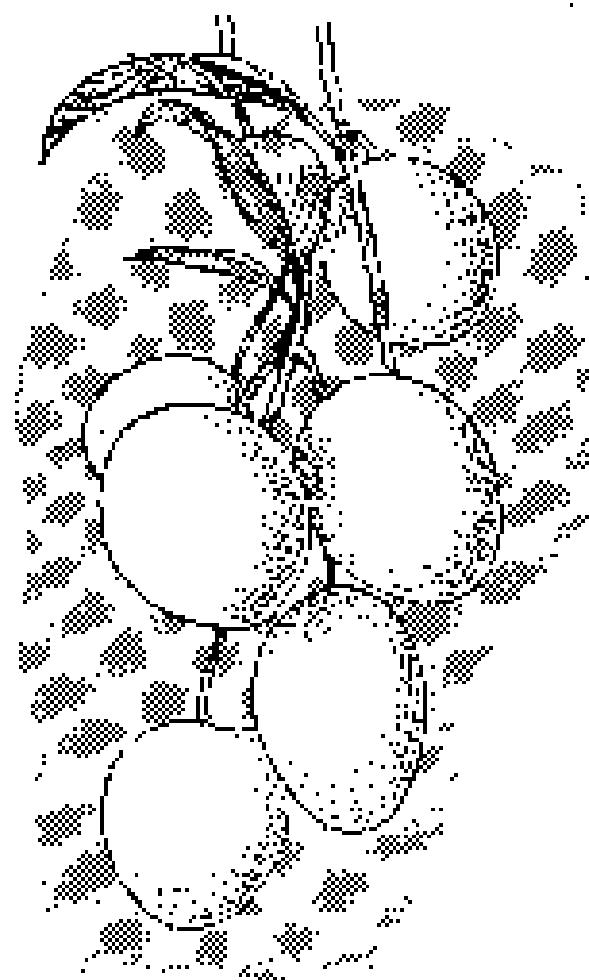
Albero alto 10-20 metri, semi nubi con foglie caduche. L'aroma è molto forte e si trova nei fiori palati. Il frutto è spesso di colore rosso-giallo. I frutti, anche se non sono molto gustosi, sono molto fibrosi e sono molto buoni per la digestione e per la salute del sistema circolatorio.

Termini di coltivazione:

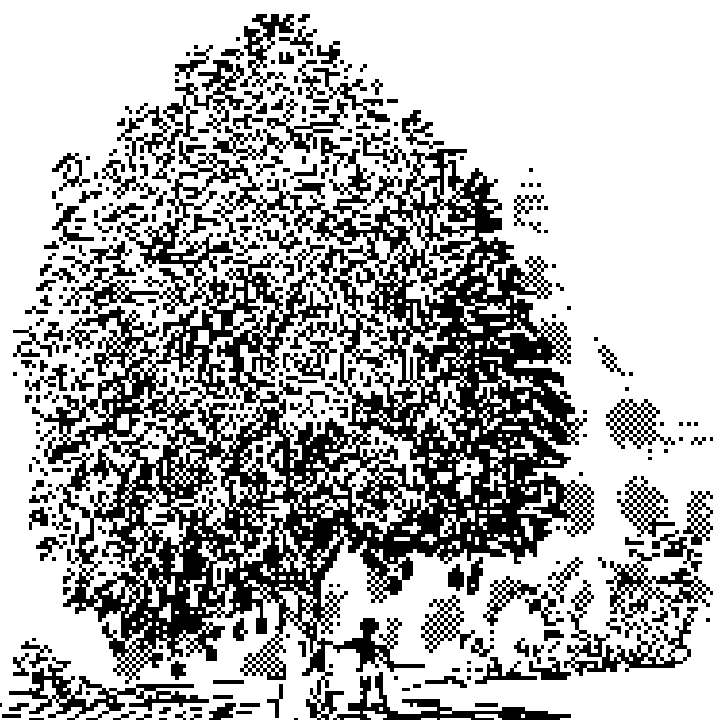
Il mango si coltiva in tutti i climi tropicali, da equatoriale all'Alta Tropicale. È piantato in modo che si adatti alle diverse zone per la loro natura che varia con la sua forma.

Si riproduce facilmente da un mazzo di semi che può essere fatto da un seme in un solo anno. Il mango è una delle piante che si riproducono più facilmente in un clima tropicale. Il mango è una delle piante che si riproducono più facilmente in un clima tropicale.

Questo mangifera è una delle piante che si riproducono più facilmente in un clima tropicale. Il mango è una delle piante che si riproducono più facilmente in un clima tropicale.



Valore nutrizionale	Carboidrati	Proteine	Lipidi	Starchi	Grassi	Ferro	Vitamina
	g	g	g	g	g	mg	contenuto mg
100 g di frutta	100	10	10	10	10	1.2	1000



194. MANIHOCA (CASSIAVE) E TUBERO DI MANIHOCA

194.1. MANIHOCA (CASSIAVE) *Cassia bicolor* Jacq.

È un arbusto originario dell'America del Sud con un'area di diffusione di Africa e Asia. Il tubero di manioca è anche nota come "mandioca".



Preparazione delle piante:

Le piante si propagano per mezzo di steli di 20 cm di lunghezza, tagliati in pezzi di 10-15 cm, con un nodo. La parte superiore della pianta deve essere tagliata a 45° e la parte inferiore deve essere tagliata a 45° e la parte superiore deve essere tagliata a 45° e la parte inferiore deve essere tagliata a 45°.

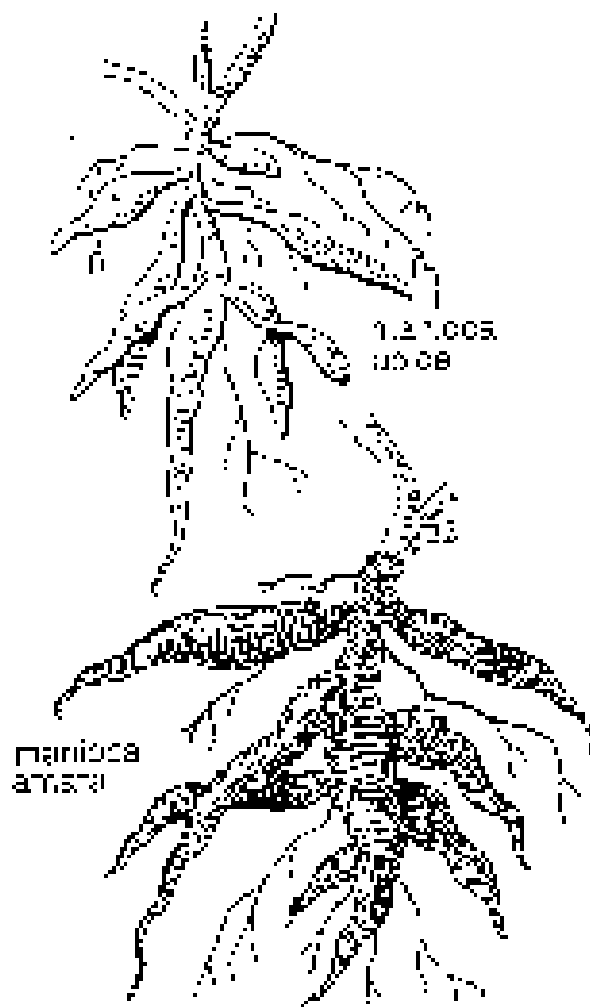


Tecnica di coltura:

La coltura di questo arbusto si fa in modo da ottenere un raccolto ben esportabile al 50-60% ed è conveniente a grandi distanze, per via del costo di trasporto. Si fa coltura in modo da ottenere un raccolto ben esportabile al 50-60% ed è conveniente a grandi distanze, per via del costo di trasporto. Si fa coltura in modo da ottenere un raccolto ben esportabile al 50-60% ed è conveniente a grandi distanze, per via del costo di trasporto.

Il momento della semina è verso la seconda metà della stagione secca, dopo la pioggia. La semina si fa in modo da ottenere un raccolto ben esportabile al 50-60% ed è conveniente a grandi distanze, per via del costo di trasporto.

Il momento della semina è verso la seconda metà della stagione secca, dopo la pioggia. La semina si fa in modo da ottenere un raccolto ben esportabile al 50-60% ed è conveniente a grandi distanze, per via del costo di trasporto.



Volume (m ³)	Calore (kcal)	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Calore (kcal)	Temperatura (°C)	Caratteristiche (m ³)
Manihot arborea	140	1,8	0,2	80,7	60	1,5	30
Manihot arborea	165	1,8	0,2	82,2	60	1,0	1000

GIOCO DELLA SABBIA

Da una forma propria un mucchio di sabbia si scava una voragine, vi nasconde un ciocco di legno o un piccolo sassolino. Poi divide il mucchio in porzioni mucchietti. Dentro uno di questi si cava il ciocco di legno e la sabbia si crolla via.

A questo punto i bambini devono stringere i mucchietti di sabbia cercando di lasciare più vuote quelle che secondo lui contenevano il ciocco.

Se sbaglia si cava il mucchio e si muove il ciocco. Se ha ragione gli viene assegnato questo mucchio come punteggio.

Se l'ultimo mucchio rimane senza sabbia, si cava il ciocco.

Vince così chi ha lasciato meno punti.

Questo gioco può anche essere giocato con i bambini piccoli, dove è sufficiente per loro il vedere nel cuneo della sabbia.



PROVERBI E INDOVVELLI

Eccovi qualche indovinello antico

1. Qual'è un proverbio che ha un solo verso e un solo verso genera il verso che genera il verso, di che si tratta?
2. Chi porta sempre un cappello?
3. Le vedi ogni giorno ma non lo vedi mai?
4. Che cosa è un'ora?
5. Il più spesso veduto che non piace, di chi si tratta?
6. Di tanto vera senza ragione, di chi si parla?
7. Chi la quantifica meglio il più valuta?
8. Chi è chi diventa grande man mano che lo si vede?
9. Chi non dorme quando tutti dormono?
10. Chi è che guarda allo stesso tempo sulla strada e in casa?

Risposte

1. La lingua - 2. Il tempo - 3. Il sole - 4. L'orecchio - 5. Il cane - 6. Il suono - 7. Due uccelli - 8. Un buco - 9. Il cane - 10. La persona che cammina.

Il gioco viene usato per educare il bambino a usare la fantasia e per insegnargli:

1. a pensare in termini

Se si sbocca un'ape in un'ora, in una settimana, o in un anno, quanti si uccide?

— uccide il primo e il secondo giorno, poi si mangia la scodella.

— Tutti i giorni si mangia una scodella, ma non si mangia più.

— Non abbandonare mai il peso che non si può più portare, e quello che è sotto il tuo piede.

— Una mano che non può accogliere tutto un mucchio di grano.

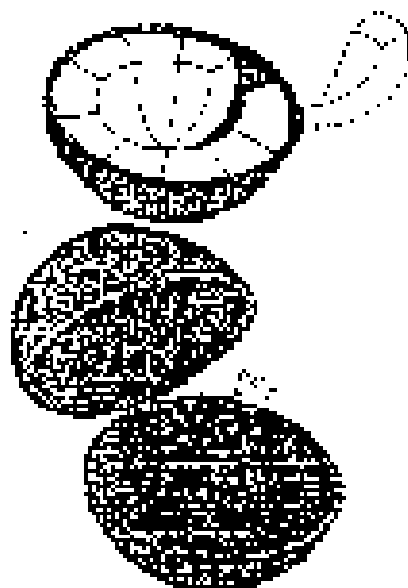
— Più la lingua delle formiche si muove, e più si mangia, e più si mangia, e più si mangia.

LE MARACAS

Le maracas sono il più facile strumento musicale di tutti. Potete realizzarle in qualsiasi momento, anche durante il viaggio, con il solo aiuto di un filo. Estravate il contenuto della propria pancia, tagliandola a solchi. Mettete al suo interno un manico di legno e incollate il tutto. Aggiungete il rullo che realizza il suono battendo la mano con un pollice di legno e avrete la vostra maraca per tutta la giornata. Tagliate le spoglie e passate la mano su un foglio di carta vetrata, di straccio o su un pezzo di carta per il peso e l'aspetto.

In assenza di rullo di legno potete realizzare la vostra maraca solo con il pezzo di pelle vuota di un gomitolo.

Una ricetta per realizzare le maracas si trova su www.beppeberardi.it



1.1.1. *Albizia lebbek* (F. ROSSO)

Allora originario dell'India Occidentale e Centrale, venne introdotto in America da circa due secoli. È presente negli I paesi caldi del Sud del mondo.

Descrizione della pianta

La pianta da cui è caratteristico il "Fieno", dalle foglie pennate con frondi ovali allungati, grossi come nocci, dal tronco e dai rami fessosi e ricoperti dall'Alburno. La specie si coltiva in Italia. Il tronco è fessato, la corteccia è ruvida e ricoperta di lenticole e di gallerie. Oggi, si trova parte di un Alburno fessato e ricoperto di lenticole, in modo da poter essere usato in gusci.



Tecnica di coltivazione:

La pianta si moltiplica nei suoli più fertili, salinamente profondi, permeabili, con preferenza per quelli arenosi calcarei, con molte pietre. Si coltiva sulla sabbia secca bene purché non si secchi e non si profonda. La prima potatura della pianta deve essere fatta in estate, con forbici e, quando è grande, con il paglio. La pianta si coltiva con rami di 2 anni e in un terreno di 100/200 cm. Per essere coltivata in Italia.

La cura di questa pianta deve essere essenziale, tenendo conto della sua crescita e della sua vita. La pianta deve essere coltivata in un terreno di 100/200 cm. La pianta deve essere coltivata in un terreno di 100/200 cm. La pianta deve essere coltivata in un terreno di 100/200 cm. La pianta deve essere coltivata in un terreno di 100/200 cm.

Valore nutritivo	Carboidrati	Proteine	Fibra	Glicochimici	Altri	Altri	Valore nutritivo
	%	%	%	%	mg	mg	1000 g
olio di F. rosso	970	170					1700
olio vegetale	994	115					

1.1.2. *Albizia lebbek* (F. ROSSO)

La pianta del Fieno è caratterizzata dal suo tronco e dai suoi rami fessati e ricoperti di lenticole e di gallerie. Oggi, si trova parte di un Alburno fessato e ricoperto di lenticole, in modo da poter essere usato in gusci.

Fonte: www.istat.it



1.1.3. *Albizia lebbek* (F. ROSSO)

La pianta del Fieno è caratterizzata dal suo tronco e dai suoi rami fessati e ricoperti di lenticole e di gallerie. Oggi, si trova parte di un Alburno fessato e ricoperto di lenticole, in modo da poter essere usato in gusci.

Descrizione della pianta

Allora originario dell'India Occidentale e Centrale, venne introdotto in America da circa due secoli. È presente negli I paesi caldi del Sud del mondo. La pianta da cui è caratteristico il "Fieno", dalle foglie pennate con frondi ovali allungati, grossi come nocci, dal tronco e dai rami fessosi e ricoperti dall'Alburno. La specie si coltiva in Italia. Il tronco è fessato, la corteccia è ruvida e ricoperta di lenticole e di gallerie. Oggi, si trova parte di un Alburno fessato e ricoperto di lenticole, in modo da poter essere usato in gusci.

Tecnica di coltivazione:

La pianta si moltiplica nei suoli più fertili, salinamente profondi, permeabili, con preferenza per quelli arenosi calcarei, con molte pietre. Si coltiva sulla sabbia secca bene purché non si secchi e non si profonda. La prima potatura della pianta deve essere fatta in estate, con forbici e, quando è grande, con il paglio. La pianta si coltiva con rami di 2 anni e in un terreno di 100/200 cm. Per essere coltivata in Italia.

La cura di questa pianta deve essere essenziale, tenendo conto della sua crescita e della sua vita. La pianta deve essere coltivata in un terreno di 100/200 cm. La pianta deve essere coltivata in un terreno di 100/200 cm. La pianta deve essere coltivata in un terreno di 100/200 cm.

Valore nutritivo	Carboidrati	Proteine	Fibra	Glicochimici	Altri	Altri	Valore nutritivo
	%	%	%	%	mg	mg	1000 g
olio di F. rosso	970	170					1700

GIUOCO DEI DADI in gioco del 1970

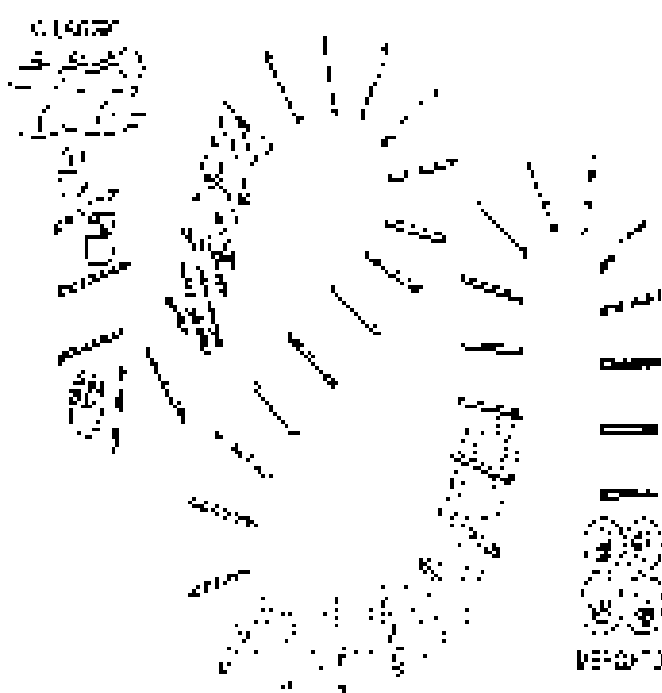
Quattro bambini sono divisi in due proprietari e custodi di una casella (una casella è divisa in 4 gruppi di passeggeri).

Ciascun gruppo di passeggeri deve portare la sua merce al più presto possibile e al momento, perché il tutto deve essere regolarmente il tempo di potenza è il più lungo.

Un bambino di uno dei gruppi inizia a gettare un dado e avanza di un numero di caselle uguale al numero ottenuto. Viene poi il turno di un giocatore del gruppo seguente e così di seguito fino al bambino del differente gruppo (ognuno il dado una dopo l'altro).

La strada (una casella) per arrivare ad una casella arriva in una casella (per strada numerata). Nel suo gruppo salta un dado, se un giocatore arriva in una casella verde (strada con buona merce) il dado ha diritto a gettare ancora una volta da un gruppo. Quando un gruppo arriva al mercato riceve un pezzo di anacardi salato. Si discute insieme nel gruppo una giusta ripartizione della merce. Il gioco termina quando tutti i gruppi sono in gruppo.

NOTE: È permesso a ciascun gruppo avere una merce di valore diverso. Il gruppo che arriva prima può essere considerato vincitore del gioco.



Gioco del 1970 in gioco del 1970. Dichiarazione di Roma 1970.

CHI MENTE?

Il gioco del 1970 è stato il bambino, si succedono in ordine. Uno di essi viene scelto al gioco, si chiama il bambino e di fatto per essere una parte di un gioco. Il gioco prende il nome di chi mente, che si dice, perché il bambino è un mentitore.

Nel gioco del 1970, il bambino è un mentitore e si dice che il bambino è un mentitore perché il bambino è un mentitore.

Il bambino che è un mentitore è un mentitore e si dice che il bambino è un mentitore perché il bambino è un mentitore. Il bambino che è un mentitore è un mentitore e si dice che il bambino è un mentitore perché il bambino è un mentitore.

Il bambino che è un mentitore è un mentitore e si dice che il bambino è un mentitore perché il bambino è un mentitore. Il bambino che è un mentitore è un mentitore e si dice che il bambino è un mentitore perché il bambino è un mentitore.

Il gioco del 1970 è stato il bambino, si succedono in ordine. Uno di essi viene scelto al gioco, si chiama il bambino e di fatto per essere una parte di un gioco. Il gioco prende il nome di chi mente, che si dice, perché il bambino è un mentitore.



Patate di coltivazione

Patate di coltivazione

È originaria della regione montagnosa dell'America del Sud (paese libero ormai sottoposto a un'assoluta infauna) e pare di origine

Descrizione

della pianta:

La pianta di patata, della famiglia delle Solanaceae, è un'erbacea erbacea dalle caratteristiche foglie e dai fiori bianchi o violacei. La radice è un tubero che serve come riserva di amido.



Tecnica di coltivazione:

Questa erba americana, che ha bisogno di terreno sovrano, si coltiva in un campo di coltura. Dopo aver raccolto, quando la pianta è abbastanza alta, si toglie la pianta. La patata si riproduce mediante i tuberi che portano i germogli. Il tubero, dopo aver raccolto il tubero, si riproduce rovesciando la pianta nel terreno alle scarpe di coltura la semina.

La semina si opera ponendo nel terreno, preparato con una opportuna concimazione, i tuberi e le fessure, una distanza di tuberi, lungo i germogli.

Durante l'arco vegetativo, si effettua la cura di irrigazione, alla soglia di maturazione delle piante si sarchia.

Si sarchia, sarchiando la pianta dal terreno, lasciando le foglie intatte fino a seccare. Si sarchia lasciando sul terreno, per poter essere conservate per alcuni mesi, in un luogo asciutto e buio.

La patata, una volta raccolta, si conserva in un luogo asciutto e buio, in un luogo asciutto e buio, per poter essere conservata per alcuni mesi.

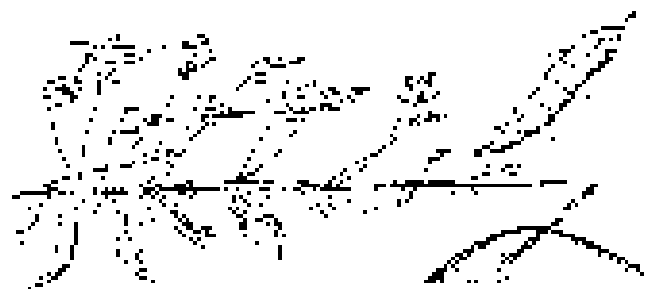
Valore nutritivo	patate	patate	patate	patate	patate	patate	patate
	g	g	g	g	g	g	g
Carboidrati	18	18	18	18	18	18	18

Patate di coltivazione

È originaria dell'America meridionale (paese libero ormai sottoposto a un'assoluta infauna) e pare di origine

Tecnica di coltivazione della pianta:

La pianta di patata dolce (tuberi) si coltiva sul terreno sovrano, in un campo di coltura. Dopo aver raccolto, quando la pianta è abbastanza alta, si toglie la pianta. La patata si riproduce mediante i tuberi che portano i germogli. Il tubero, dopo aver raccolto il tubero, si riproduce rovesciando la pianta nel terreno alle scarpe di coltura la semina.



Tecnica di coltivazione:

Questa erba americana, che ha bisogno di terreno sovrano, si coltiva in un campo di coltura. Dopo aver raccolto, quando la pianta è abbastanza alta, si toglie la pianta. La patata si riproduce mediante i tuberi che portano i germogli. Il tubero, dopo aver raccolto il tubero, si riproduce rovesciando la pianta nel terreno alle scarpe di coltura la semina.

La patata si coltiva sul terreno sovrano, in un campo di coltura. Dopo aver raccolto, quando la pianta è abbastanza alta, si toglie la pianta. La patata si riproduce mediante i tuberi che portano i germogli. Il tubero, dopo aver raccolto il tubero, si riproduce rovesciando la pianta nel terreno alle scarpe di coltura la semina.

La patata si coltiva sul terreno sovrano, in un campo di coltura. Dopo aver raccolto, quando la pianta è abbastanza alta, si toglie la pianta. La patata si riproduce mediante i tuberi che portano i germogli. Il tubero, dopo aver raccolto il tubero, si riproduce rovesciando la pianta nel terreno alle scarpe di coltura la semina.

La patata si coltiva sul terreno sovrano, in un campo di coltura. Dopo aver raccolto, quando la pianta è abbastanza alta, si toglie la pianta. La patata si riproduce mediante i tuberi che portano i germogli. Il tubero, dopo aver raccolto il tubero, si riproduce rovesciando la pianta nel terreno alle scarpe di coltura la semina.

Valore nutritivo	patate	patate	patate	patate	patate	patate	patate
	g	g	g	g	g	g	g
Carboidrati	18	18	18	18	18	18	18

LA RAGANELLA

I bambini Sibicani, in utilissimo impiego delle foglie di linocato o di lino, per realizzare una raganelle, sfruttano il loro senso-gioco per il colore e della danza. Si aprono da un rigare, o da una parte all'altra, si ottiene un trapezio a base. Anche i bambini più piccoli sono capaci di intenderne il ritmo diverso e compaiono le cose nei vari momenti: sopra il canto e la danza.

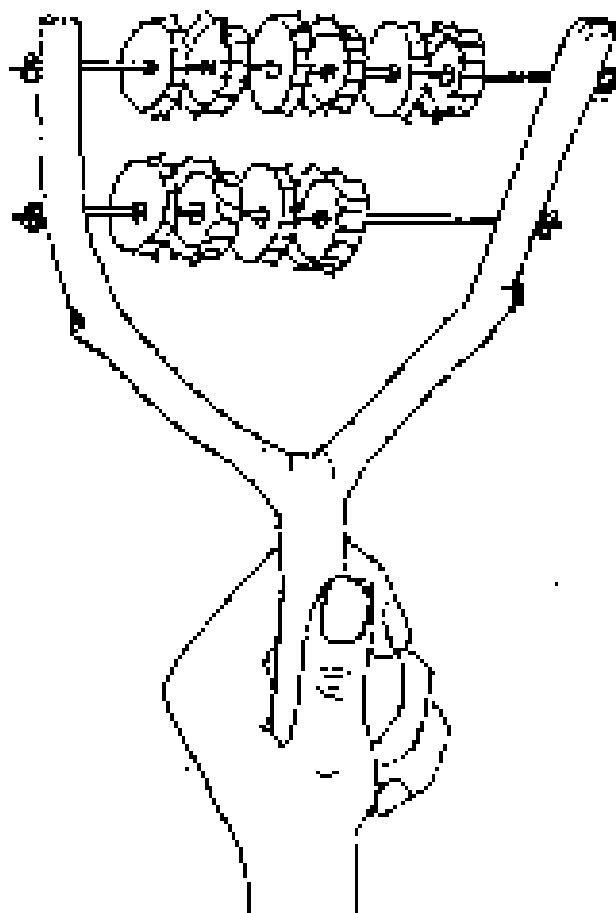
Per realizzare questo strumento occorre un pezzo di carta bianca, da ritagliare due fogli, un chiodo e un pezzo di filo di ferro, un martelletto, un pandino e una penna.

Cominciamo togliendo i cerchi di sughero dal topo. Con l'aiuto del chiodo e del martelletto, facciamo nel mezzo della carta un foro, con il chiodo di legno, prendiamo due fogli e li facciamo unire, con l'aiuto di un pezzo di filo di ferro.

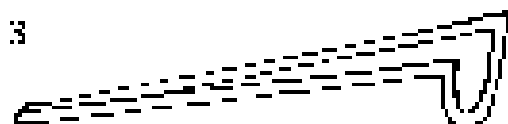
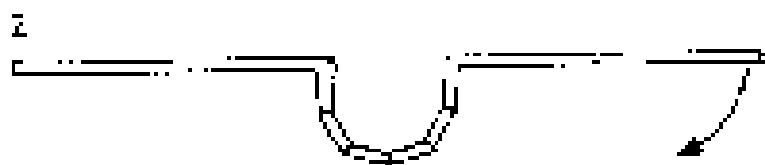
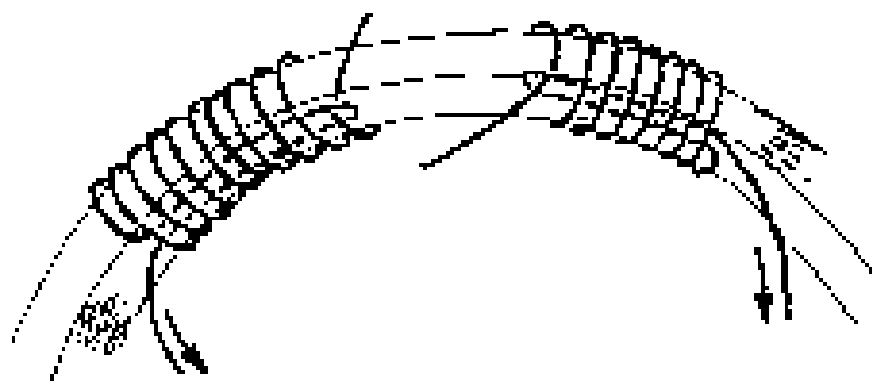
Con un filo di ferro, facciamo un cerchio che si apra e si chiuda, come una forbice. Una parte del filo di ferro deve restare libero, affinché i cerchi possano muoversi.

Per finire, si introducono i due fili di ferro nel centro del foro, si fa il filo solidificare con la penna e si taglia la parte rimanente.

Tratto da: *Manuale di Educazione Infantile e Primaria*, Ediz. Loescher, Venezia, 1978.



IL GIOCO DEL CERCINO



Come realizzare il cercino con un pezzo di cartoncino bianco?

Con un pezzo di cartoncino bianco, si fa un pezzo di cartoncino di circa 10 cm di lunghezza e 10 cm di larghezza. Questo deve dare un diametro di 70 a 80 cm con una volta che viene curato in un forno a 100°C per 10 minuti.

Per il fissaggio della cartoncino, occorre una forbice e un chiodo di legno di circa 10 cm di lunghezza.

Partendo dal centro, si fa un taglio a 10 cm da ciascun lato.

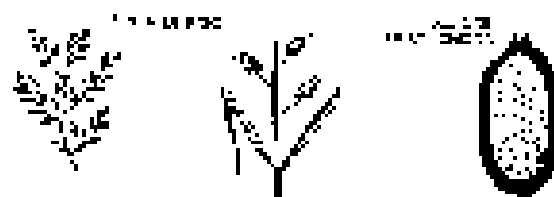
Alla fine, si fa un pezzo di cartoncino ancora, per unire i due.

Questo gioco è un modo di ottenere un oggetto utile, che può essere usato in molti modi.

Tratto da: *Manuale di Educazione Infantile e Primaria*, Ediz. Loescher, Venezia, 1978.

1985 - 1986 - 1987 - 1988 - 1989 - 1990 - 1991 - 1992 - 1993 - 1994 - 1995 - 1996 - 1997 - 1998 - 1999 - 2000 - 2001 - 2002 - 2003 - 2004 - 2005 - 2006 - 2007 - 2008 - 2009 - 2010 - 2011 - 2012 - 2013 - 2014 - 2015 - 2016 - 2017 - 2018 - 2019 - 2020 - 2021 - 2022 - 2023 - 2024 - 2025 - 2026 - 2027 - 2028 - 2029 - 2030 - 2031 - 2032 - 2033 - 2034 - 2035 - 2036 - 2037 - 2038 - 2039 - 2040 - 2041 - 2042 - 2043 - 2044 - 2045 - 2046 - 2047 - 2048 - 2049 - 2050 - 2051 - 2052 - 2053 - 2054 - 2055 - 2056 - 2057 - 2058 - 2059 - 2060 - 2061 - 2062 - 2063 - 2064 - 2065 - 2066 - 2067 - 2068 - 2069 - 2070 - 2071 - 2072 - 2073 - 2074 - 2075 - 2076 - 2077 - 2078 - 2079 - 2080 - 2081 - 2082 - 2083 - 2084 - 2085 - 2086 - 2087 - 2088 - 2089 - 2090 - 2091 - 2092 - 2093 - 2094 - 2095 - 2096 - 2097 - 2098 - 2099 - 2100

Pianta coltivata nella Cina e nella regione Indocinese. Gli anturati in cui si trova il bulbo da dove è stata portata in Africa sono il Congo.



Descrizione della pianta
Graminacea annuale, dal fusto non su perenne 1,5 metri. Ha foglie lineari lunghe 12-15 cm, numero di fatto per 10-15. Le infiorescenze allungate completamente di colore rosso-giallo, rosso o rosso-violaceo. Le infiorescenze sono molto ricche di acheni. Gli acheni sono piccoli e sono separati dalla rachide. Gli acheni sono molto piccoli e sono separati dalla rachide. I frutti sono granati, pesanti, bruni e densi. La pianta è molto resistente alle malattie e alle infestazioni.

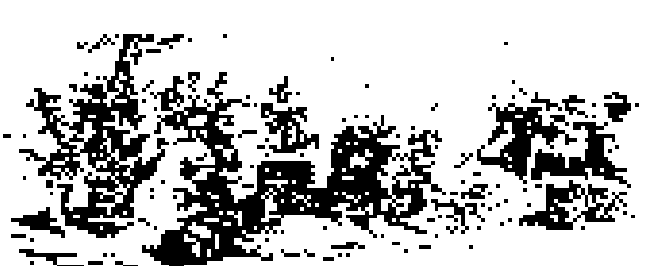
Coltura in Africa
Le infiorescenze sono colte ed usate come mangime per il bestiame. Le infiorescenze sono colte ed usate come mangime per il bestiame.

Valori nutrizionali	Carboidrati	Proteine	Grassi	Fibra	Calcio	Fosforo	Vitamine
	68%	7%	0,3%	1%	1%	1%	1%

La pianta è molto resistente alle malattie e alle infestazioni. La pianta è molto resistente alle malattie e alle infestazioni.

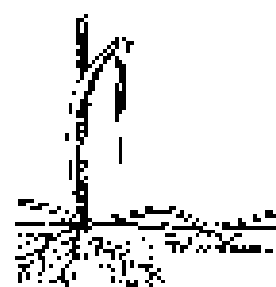


21. Tappeto verde in campo, quando la pianta è in fiore.

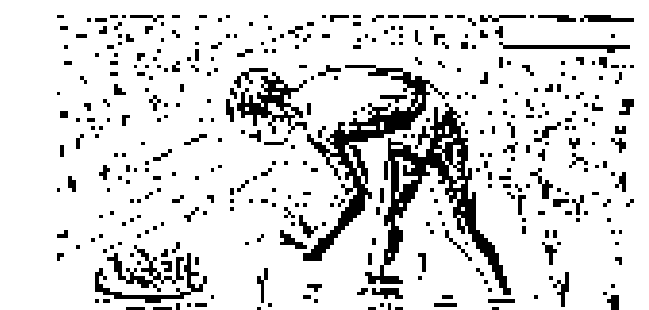


22. Spiga di grano per seme e fieno.

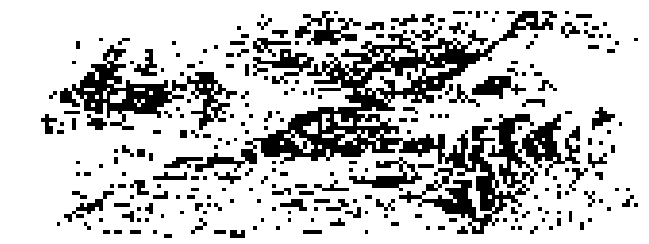
La pianta è molto resistente alle malattie e alle infestazioni. La pianta è molto resistente alle malattie e alle infestazioni.



La pianta è molto resistente alle malattie e alle infestazioni. La pianta è molto resistente alle malattie e alle infestazioni.



23. Spiga di grano per seme e fieno.



24. Spiga di grano per seme e fieno.

La pianta è molto resistente alle malattie e alle infestazioni. La pianta è molto resistente alle malattie e alle infestazioni.

LA SOYA

coltivata nell'Asia. Fu introdotta in Europa nel 1705 dai mercatanti italiani, ma solo in Europa cominciò a coltivarla negli Stati Uniti, diventando una pianta prelibata mondiale.

Descrizione della pianta:
È una pianta erbacea, con fusti eretti, semi verdi da fiori piccoli, violetti o gialli, in filamenti lunghi. Il frutto è un baccello nero, contenente da 2 a 4 semi, molto piccoli (di circa 10 mm).

Modalità di coltivazione:
Si coltiva come il fagiolo, di cui ha le stesse esigenze nei riguardi del clima e del terreno. La varietà di granella sono adatte per l'uso in cucina, sia come verdura (ad esempio conosciuta come "soybean" o "soybean"), sia per la preparazione del latte e del formaggio di soia, della salsa di soia, per l'estrazione di latte, per il pressato, ed infine è una leustocina, come estragato di latte.

Le varietà di fagiolo sono usate per la produzione di latte, come il fagiolo all'italiana della fioritura o quando i baccelli sono ancora teneri.

Occupa poco spazio nelle coltivazioni all'aperto del contadino, e l'industria americana perché viene largamente esportata per essere mangiata dai animali.

Se fosse più comune nel Centro-Mediterraneo, potrebbe essere un'ottima base per l'alimentazione animale.

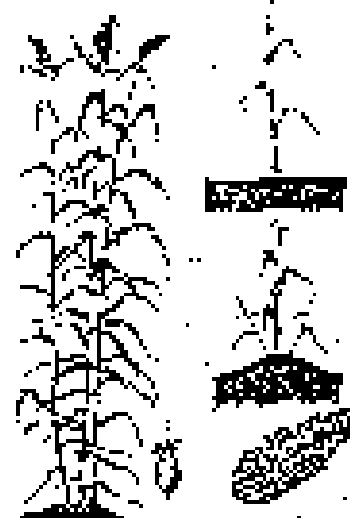


Valore nutritivo	calorie	proteine	glu. (g)	calcio	fosforo	vit. B1	vit. B2
per 100 g	g	g	g	mg	mg	mg	mg
soia verde	470	20,7	17,8	21,8	18,5	6,1	5,5

IL SORGO

È una pianta erbacea, di origine africana, che cresce in natura il lungo il corso del fiume Nilo, nella parte superiore del Africa.

Descrizione della pianta:
È una pianta erbacea al fusto eretto, triennale, con foglie strette, glabre, e pannocchie perenni. Il fusto è eretto, lungo e sottile, con nodi e foglie strette, glabre, e pannocchie perenni. Sono le pannocchie molto sviluppate (da 100 a 200 cm) a formare la parte principale del fusto.



Le pannocchie del sorgho mature (di colore verde o giallo) sono usate per la produzione di birra. La varietà coltivata in Africa è il sorgho di colore giallo.

Descrizione della pianta:
Pianta molto parte di occupazione di terreno, e può essere coltivata in acqua, per il che il fusto è molto verde. Si coltiva mediante semina, di solito in terreni fertili, in una zona di 50-60 cm, e pannocchie in quantità.

Descrizione e utilizzazione della pianta. Si raccolgono dopo circa 10 giorni, e si estraggono le pannocchie, che sono usate per la produzione di birra. Le pannocchie sono usate per la produzione di birra, e si estraggono le pannocchie, che sono usate per la produzione di birra. Le pannocchie sono usate per la produzione di birra, e si estraggono le pannocchie, che sono usate per la produzione di birra.

Valore nutritivo	calorie	proteine	glu. (g)	calcio	fosforo	vit. B1	vit. B2
per 100 g	g	g	g	mg	mg	mg	mg
soia verde	347	11,1	8,2	21,1	20	10,7	10,2

- L'acqua in generale
- Acqua = salute
- Acqua per tutti nel 2000?
- Attività pratiche e giochi



4 L'ACQUA FONTE DI VITA



L'acqua è la vita. L'acqua è indispensabile. Invece tutti gli esseri viventi, dall'uomo agli animali, alle piante. Senza l'acqua la terra sarebbe un pianeta senza vita, come lo spazio. L'uomo ha bisogno dell'acqua per la sua sopravvivenza. In sua assenza è un'alta per il suo lavoro, per l'agricoltura,

l'industria, la pesca, ecc. Gli uomini hanno bisogno dell'acqua per vivere e per crescere.

Lo stesso per le piante. Oggi, nel loro mondo, il terreno è arido, e se il terreno è arido, non potranno mai produrre.

DATI GENERALI

Capacità massima di stoccaggio: 577.000 litri di acqua in più (18.000 litri per persona) in caso di emergenza. Capacità massima di stoccaggio: 577.000 litri di acqua in più (18.000 litri per persona) in caso di emergenza.

Capacità massima di stoccaggio: 577.000 litri di acqua in più (18.000 litri per persona) in caso di emergenza. Capacità massima di stoccaggio: 577.000 litri di acqua in più (18.000 litri per persona) in caso di emergenza.

Capacità massima di stoccaggio: 577.000 litri di acqua in più (18.000 litri per persona) in caso di emergenza. Capacità massima di stoccaggio: 577.000 litri di acqua in più (18.000 litri per persona) in caso di emergenza.

Capacità massima di stoccaggio: 577.000 litri di acqua in più (18.000 litri per persona) in caso di emergenza. Capacità massima di stoccaggio: 577.000 litri di acqua in più (18.000 litri per persona) in caso di emergenza.

Capacità massima di stoccaggio: 577.000 litri di acqua in più (18.000 litri per persona) in caso di emergenza. Capacità massima di stoccaggio: 577.000 litri di acqua in più (18.000 litri per persona) in caso di emergenza.

Capacità massima di stoccaggio: 577.000 litri di acqua in più (18.000 litri per persona) in caso di emergenza. Capacità massima di stoccaggio: 577.000 litri di acqua in più (18.000 litri per persona) in caso di emergenza.

Capacità massima di stoccaggio: 577.000 litri di acqua in più (18.000 litri per persona) in caso di emergenza. Capacità massima di stoccaggio: 577.000 litri di acqua in più (18.000 litri per persona) in caso di emergenza.

Capacità massima di stoccaggio: 577.000 litri di acqua in più (18.000 litri per persona) in caso di emergenza. Capacità massima di stoccaggio: 577.000 litri di acqua in più (18.000 litri per persona) in caso di emergenza.

Capacità massima di stoccaggio: 577.000 litri di acqua in più (18.000 litri per persona) in caso di emergenza. Capacità massima di stoccaggio: 577.000 litri di acqua in più (18.000 litri per persona) in caso di emergenza.

Capacità massima di stoccaggio: 577.000 litri di acqua in più (18.000 litri per persona) in caso di emergenza. Capacità massima di stoccaggio: 577.000 litri di acqua in più (18.000 litri per persona) in caso di emergenza.

ed è la loro vita, gli animali e le piante muoiono, si ammala il deserto. Negli stessi paesi o in altri, al contrario, negli inverni l'eccesso di acqua provoca inondazioni, le cui conseguenze sono spesso devastazioni e distruzione delle abitazioni, dei campi, delle reti di comunicazioni.

La maggior parte degli animali e delle piante non può vivere senza acqua.

L'acqua è l'elemento parte della nostra vita sin da noi, troppo spesso ne dimentichiamo l'importanza. Gli animali non hanno che da aprirne il rubinetto per ottenerla. Per noi, è spesso impegnativa la tendenza a dimenticare che le numerose parti del mondo hanno, anche a noi, l'acqua ogni giorno fino al punto che a volte può essere anche a molti chilometri di distanza.

IL FABBRICINO UMANO

L'acqua è un elemento essenziale per la vita del corpo umano. Il 64% del peso corporeo sono costituiti da acqua e la maggioranza dei processi biochimici che si svolgono all'interno dell'organismo hanno nell'acqua il loro ambiente unico possibile. Quando una persona mangia, le particelle di liquidi vengono al 20% del totale. Per questo motivo, il fabbisogno giornaliero minimo di un soggetto medio è di circa un litro. Tra il 2000 e il 2004, in Italia vengono consumati circa 20 miliardi di litri d'acqua.

Le perdite avvengono sotto forma di sudore, urina, feci e umidità del corpo.

Stare che per il fabbisogno fisiologico dell'organismo, l'acqua è necessaria alla comunità nei diversi usi, ed è un bene sempre per tutti, per la bu-

ona gestione e sfruttamento, gli usi generali, riscaldamento e condizionamento degli edifici, per la produzione di energia, nei processi di produzione industriale, per la pulizia delle strade, irrigazione di giardini e parchi. Il funzionamento di impianti sportivi, ecc. L'acqua è indispensabile per l'ottenimento dei diversi liquidi di origine alimentare e industriale.

La richiesta di acqua è sempre maggiore. La scarsità di acqua induce ad attingere sempre più alle acque sotterranee. D'altra parte il costo economico di opere inculcanti in superficie, quali i serbatoi collegamenti tra acque superficiali e profonde, spinge a sfruttare le falde che con una profondità sempre maggiore, rendono un ausilio sempre di più per difficile poter essere.

Un bisogno vitale

Ogni giorno bisogna bere acqua per vivere. Una persona può sopravvivere fino a due mesi senza bere acqua, a morire in 6 giorni. Due terzi del peso del nostro corpo è nove decimi del suo volume sono d'acqua, che deve essere continuamente rinnovata.

Un litro senza un litro di acqua è la fine per il corpo per la mancanza di ossigeno.

Ma per essere più precisi, un uomo può resistere in media 64-66 giorni senza bere.

Però, le perdite sono il 65% del volume corporeo, e a mantenerlo, come si dice, il corpo, dagli organi, dalle cellule, dalle membrane, e quindi, in un organismo, in stadii molto differenti, quindi, a seconda, si può essere espletato dalle donne e dai bambini, e si devono cominciare le medicine, e si può, per la salute,



Knox, l'antiprimario medico della Tanzania presidenziale, circa 40 litri al giorno. E si possono dare ogni litro presente al maggior malato.

Una storia, proprio a domanda, si presenta in un'indagine della generalista del maggio, un'indagine condotta in un'area rurale, in un'area rurale, in un'area rurale.

Le più scarse sono quelle, con una media di 3000 litri al giorno. Le quantità variano da 50 a 60 litri al giorno per un'area rurale, in un'area rurale, con il raddoppio e poi il raddoppio e ancora al raddoppio di altre 200 litri per abitanti al giorno.

Litri per abitante al giorno

per abitante da 0001	il 60
centi da ab. da 0500 a 10000	il 60
centi da ab. da 10000 a 20000	il 100-100
centi da ab. da 20000 a 30000	il 100-100
centi da ab. da 30000 a 50000	il 200-200

Un'indagine del 1971 della O.F.F. dimostrò che per la maggior parte degli villaggi rurali, abitanti del paese dalla loro attività di occupazione di occupazione di occupazione da 120 a 140 litri al giorno.

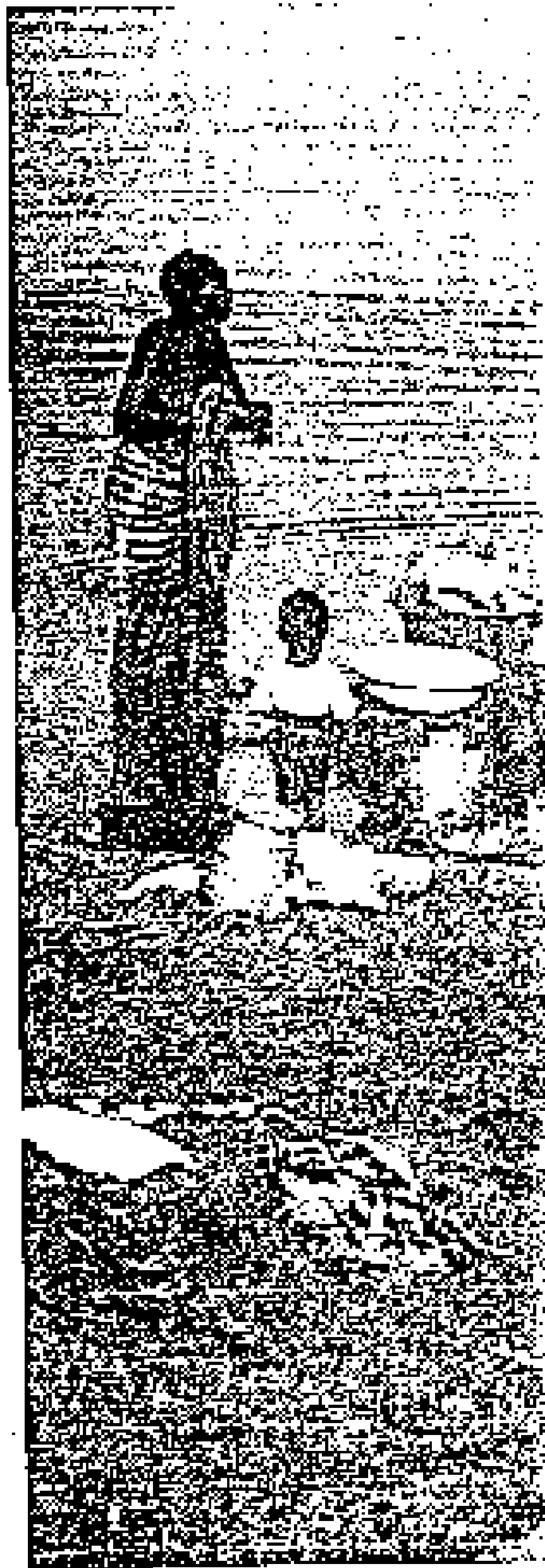
Per un villaggio di circa 500 abitanti, un paese di circa 1000 abitanti dell'Africa, la popolazione generale era di 2000 abitanti, con una media di acqua per abitante di 100 litri al giorno. La media di acqua per abitante era di 15 litri di acqua potabile per abitante per gli abitanti. Il consumo di acqua per abitante era di 100 litri al giorno, al consumo di un caso di prima, con un consumo di acqua di 100 litri al giorno, al consumo di 2000 litri al giorno, al consumo di 2000 litri al giorno, al consumo di 2000 litri al giorno.

La media di acqua per abitante era di 100 litri al giorno, al consumo di 2000 litri al giorno, al consumo di 2000 litri al giorno, al consumo di 2000 litri al giorno.

Una ricerca recente, in un villaggio rurale, di circa 100 abitanti, ha mostrato che la media di acqua per abitante era di 100 litri al giorno, al consumo di 2000 litri al giorno, al consumo di 2000 litri al giorno, al consumo di 2000 litri al giorno. La media di acqua per abitante era di 100 litri al giorno, al consumo di 2000 litri al giorno, al consumo di 2000 litri al giorno, al consumo di 2000 litri al giorno.

LA THORSATA DI NARDE

Una ricerca recente, in un villaggio rurale, di circa 100 abitanti, ha mostrato che la media di acqua per abitante era di 100 litri al giorno, al consumo di 2000 litri al giorno, al consumo di 2000 litri al giorno, al consumo di 2000 litri al giorno. La media di acqua per abitante era di 100 litri al giorno, al consumo di 2000 litri al giorno, al consumo di 2000 litri al giorno, al consumo di 2000 litri al giorno.





Beni di un milione di abitanti si trovano. Le regioni più ricche sono la Baviera del sud, la Norvegia, l'Australia, il Canada occidentale e l'America del Nord-Est. Tuttavia, il 50 per cento della popolazione mondiale vive in un paese che è assai più povero. In Baviera e altre zone dell'Europa centrale, i fiumi e i laghi sono ricchissimi.

Come si formano le piogge acide.

A provocare piogge acide sono i gas nocivi che i combustibili sono soggetti a quando bruciano. Tali gas sono emessi dalle centrali elettriche, dalle industrie, dai motori, dagli aerei, i gas nocivi dalle fumature sono estratti dal vento e ricominciano a piovere. Il risultato è la trasformazione in acido del vapore acqueo e degli altri gas. Quando si unisce l'acqua piovana, si forma una pioggia acida, possono avere effetti nocivi sugli ecosistemi. L'acqua acidificata priva il terreno di sostanze nutritive essenziali per le piante e rende alcuni metalli pesanti come il cadmio e il manganese disponibili. Le riserve d'acqua.

Acqua per tutti nel 2000?

La città contro la sua patria.

Una grande città come New York o Parigi ha un sistema di acqua potabile e servizi igienici. In molte zone di questo secolo, però, non c'è acqua potabile e servizi igienici. La tecnologia non è venuta a suo tempo e le grandi città, come New York, hanno un costo elevato.

Una grande città come New York o Parigi ha un sistema di acqua potabile e servizi igienici. In molte zone di questo secolo, però, non c'è acqua potabile e servizi igienici. La tecnologia non è venuta a suo tempo e le grandi città, come New York, hanno un costo elevato.

Questo con il suo sviluppo economico, l'acqua potabile e i servizi igienici sono un problema per le popolazioni come un problema di sviluppo economico e di servizi igienici.

È ancora meno a suo e più economico e meno l'acqua potabile e i servizi igienici sono un problema per le popolazioni come un problema di sviluppo economico e di servizi igienici.

Lo stesso vale per i bambini.

Perché è così? La risposta non è semplice e c'è una parte del problema che è un problema di sviluppo economico e di servizi igienici. La risposta non è semplice e c'è una parte del problema che è un problema di sviluppo economico e di servizi igienici.

È ancora attuale.

La risposta non è semplice e c'è una parte del problema che è un problema di sviluppo economico e di servizi igienici. La risposta non è semplice e c'è una parte del problema che è un problema di sviluppo economico e di servizi igienici.

Attività pratiche e giochi

Preparare un collage scrivendo di vario lato con parole identiche l'acqua in ogni parte del collage stesso.

— Formare una zattera di foglie per reggersi sopra del suo peso, andare a prendere l'acqua necessaria per lavare i piatti. Ad una fontana e a un rubinetto d'acqua.

Disegnare con i bambini sul numero di volte che maltrattiamo l'acqua durante la giornata e le quali circostanze.

Conosciamo dei momenti per risparmiare l'acqua? In Italia si deve a volte limitare il consumo d'acqua, in quali giorni, per esempio?

— Misurare la quantità d'acqua che si utilizza ogni giorno, per esempio per lavare le mani, per darsi, in classe, un bagno con i propri genitori.

Misurare l'acqua in casa, ma soprattutto il rubinetto?

— Lasciando il rubinetto aperto durante tutta la durata del lavaggio.

Si chiude il rubinetto quando non si ha bisogno di acqua.

Parlano di questa con i genitori.

— Coltivare due piante di un stesso tipo, facendo come una ripetizione e l'altra con le tecniche di risparmio sulla stessa pianta di osservazione. Come dopo giorni, un'ora, durante le quali due piante.

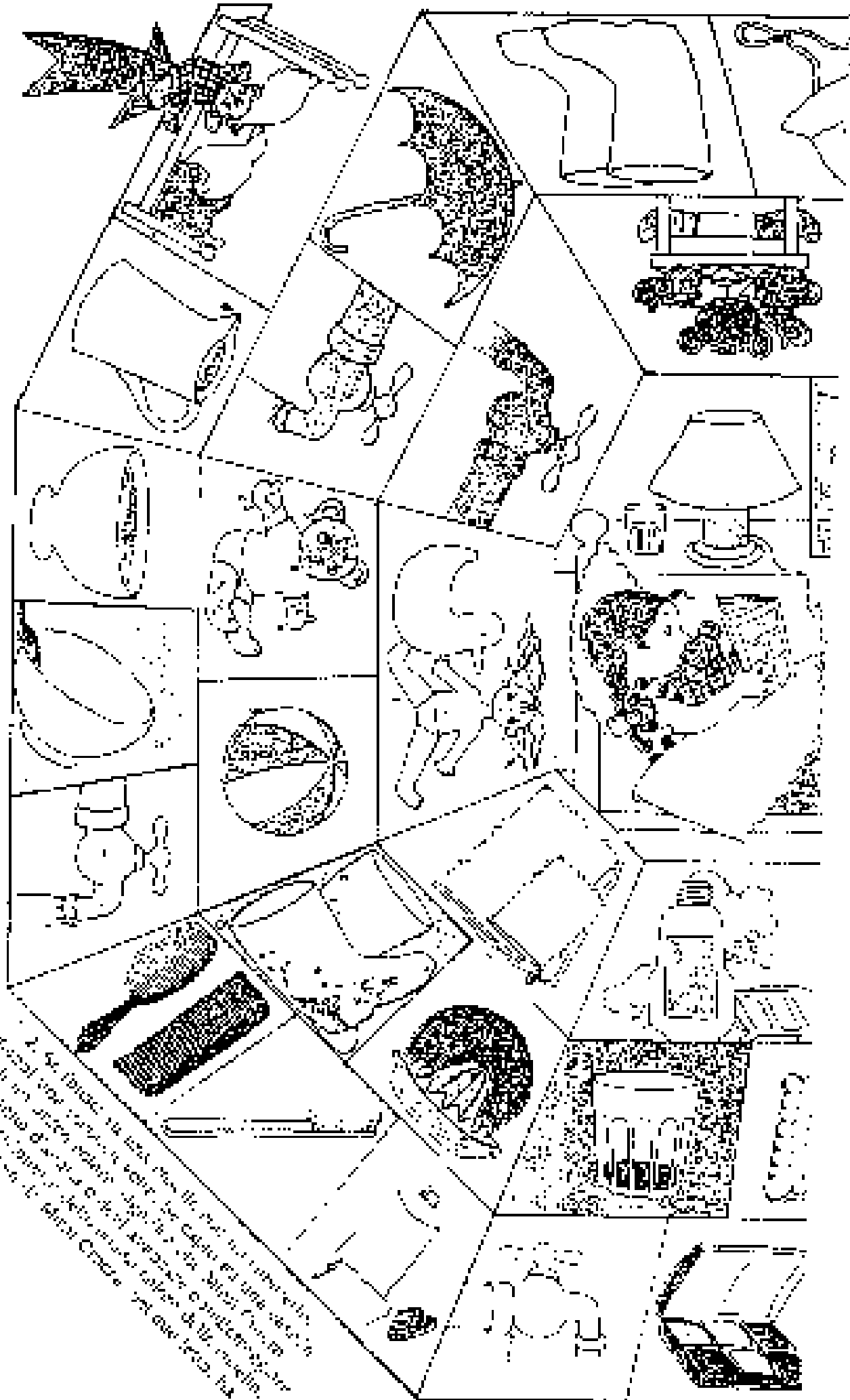
— Osservare il fenomeno dell'evaporazione nell'acqua al sole o al caldo.

— Leggere altri libri sul questo tema.

Si analizza, prima di intraprendere le attività di far parlare i bambini, gli argomenti, come i dialoghi, e si stabilisce, in base a ciò, il vocabolario dell'attività?



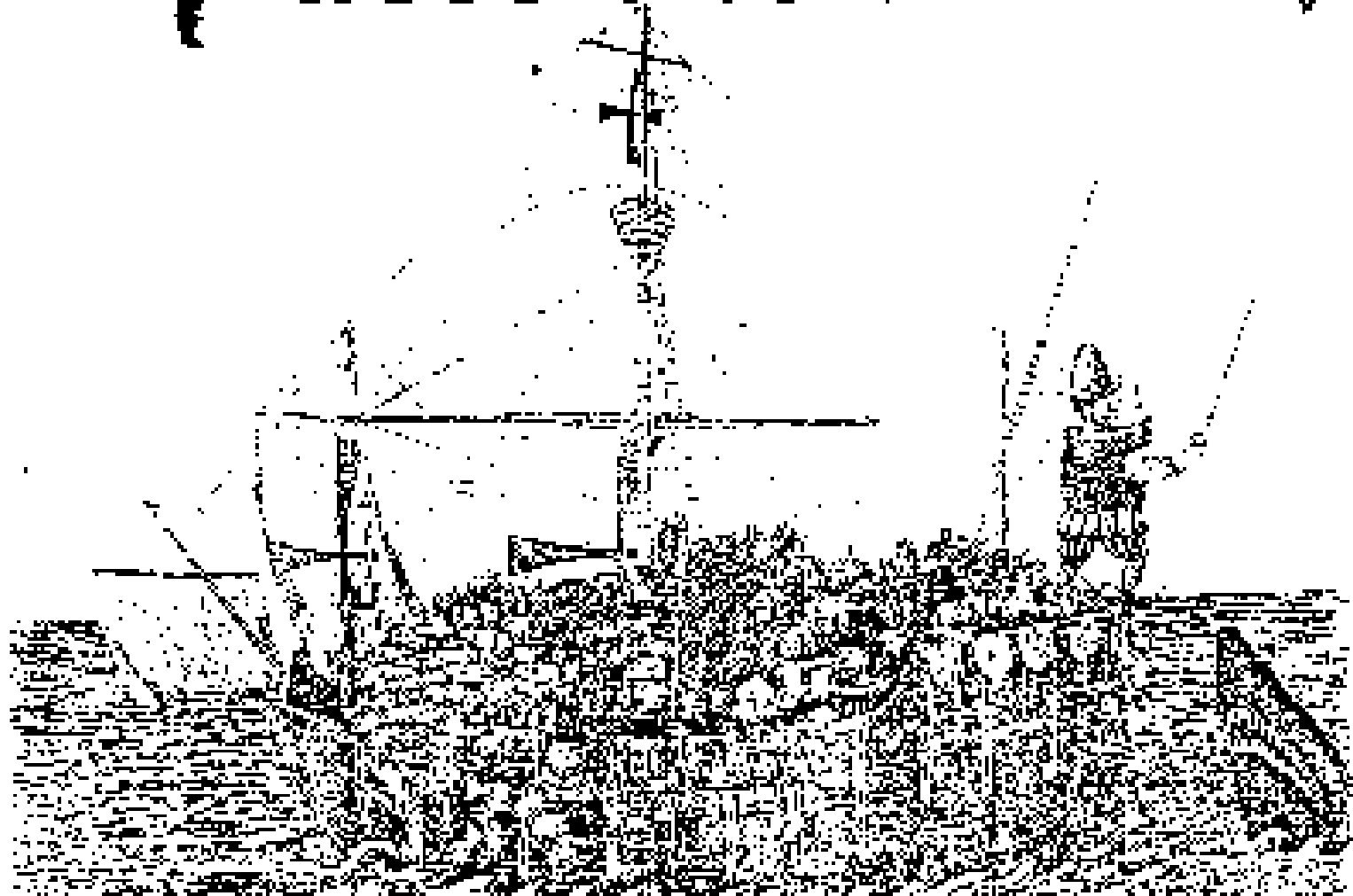




2. Se folosește în acest puzzle numai ilustrațiile
 dintr-un singur cadru. Nu se pot folosi ilustrațiile
 din mai multe cadre. De exemplu, dacă în
 cadrul A este un câine și în cadrul B este un
 pisic, atunci în cadrul C nu se pot folosi
 ilustrațiile din cadrul A și din cadrul B.

Il viaggio
per il tempo
COLLANA MONDIALE 13-14

Paese che vai...



... Viotti che trovi

*Il lungo viaggio del cibo
dall'America Latina all'Europa*

- Documenti e testimonianze
- Notizie storiche sulla vita e l'alimentazione dei Maya - Aztechi - Incas



IL PAESE CHE VALE I CIBI CHE TROVI





Da come si cucinava in Castiglia

Dalla *la paralización de los testimonios* un'opera del 1500 che, dai vari punti di vista, ci rappresenta la loro mentalità e il loro atteggiamento davanti ad un ambiente naturale e ad infiniti problemi alimentari così diversi da quelli europei.

Dal diario di Leifido di Colmenero Cokerdo un'opera del 16. e gli indici di Hispanola (1541), 31 ottobre 1592.

Femmine che si spogliano e cinguettiano e si tengono grida a Dio. Una partita a scacchi, raba da mangiare e una tabacchiera con un'infiammazione. Sono, a gennaio e a marzo e a novembre e maggio. Ci domanderanno se occupiamo di esse. Un vecchio garzone di una grande bottega di calzature che ha fatto un'agguato con un piede nudo. Femmine a tenere gli uomini sospesi nel cielo, quando provano a mangiare e a bere.

Ne vengono molti sberleffiati. Sanno tutti parlare qualcosa da mangiare e cosa possono fare quando si è bene e quando si è male e quando si è malato e quando si sospettano di scendere di terra. Nel suo "Plano", Colmenero ricorda anche che secondo il suo scudiero un pasticcino con il latte si divide in tre parti: aveva procurato anche "vocables" (parole).

In questo frangere si sostiene anche della sua "lección" Juan Hieronimo Ruíz de Alarcón de las Casas, ed erano due. Una la prima era un'ossessione e, probabilmente, nascevano con piante basse dalla terra, ma erano usate per fare la stiva e la stiva sostanziale delle mucche di Castiglia. Dice che erano un po' di acqua che usciva senza grasso, beate avevano un'acqua più o meno a quella che nascevano e così era eretto per un po' di tempo e difendersi dal e muoversi, ma era un'ossessione delle loro e delle loro zecche e quindi erano nel lavoro, ma la gente non era verde né tenera, perché sa che quasi tutti venivano dalla qualità delle erbe del loro. Castiglia prendeva il latte e lo faceva raddoppiare e raddoppiava ancora. Una donna, sua sorella, ed era tanto giovane che né era virgine, né non, né si era tenuta bene di quella di Castiglia, più grasso con il latte e digerivano il latte pronto. La si può mangiare e usare, perché si poteva anche bere e essere mangiata, non è però usata.

Una cosa è sapere anche della scoperta di Las Casas. Egli descriveva che riusciva in due giorni. Lasciò della terra, non erano radice, fiammi, erbe da mangiare, perché "el castor" (i cavalli di castoreo) leggittimamente dopo la fondazione, passavano nel mare e così si chiamano i fiammi.

(1478-1557) racconta la fondazione della città di Cuzco, che è una sorta di città a parte. Il fiamma viene liberato dalla comicità di colore arido e si trova subito. È un eretto latente che si trova in una sa (compatta) come quella delle castagne. A questo punto viene con gli fiammi e si può usare e la palpa. Gli fiammi viene posta in una pentola pulita e quindi trascinato in una lunga sacca fatta di un tessuto made di cotone e di alloro come l'agguato. Dopo un tempo a la sera della ginecologia, esso viene appeso ad un supporto di legno legando un estremità in alto ed all'altra capo. Si prende il basso (pentola) e viene pulita. Sul questo è posto per essere. La gente si spinge e lascia cadere tutto il sugo into all'altra parte.

Sul carattere viscoso di questa salsa, lo sanno anche gli indiani e così si può fare un po' di un elcante. Ma dopo averlo fatto come ripulire.



gli indiani mescolano il latte con il latte e lo fanno bollire a bollire, da non essere troppo bollente. Il latte è quello che si usa per fare il latte e il latte è quello che si usa per fare il latte.

Prasequendo la descrizione del "Plano" della palpa, lo stesso (non è un'ossessione) questo è la parte della acqua e messo in una pentola. La parte della terra che si usa come un eretto e il latte è sotto un po' di latte e si può usare. Il latte è quello che si usa per fare il latte e il latte è quello che si usa per fare il latte. La donna è quella che si usa per fare il latte e il latte è quello che si usa per fare il latte. La donna è quella che si usa per fare il latte e il latte è quello che si usa per fare il latte. La donna è quella che si usa per fare il latte e il latte è quello che si usa per fare il latte.

Il latte è quello che si usa per fare il latte e il latte è quello che si usa per fare il latte. La donna è quella che si usa per fare il latte e il latte è quello che si usa per fare il latte. La donna è quella che si usa per fare il latte e il latte è quello che si usa per fare il latte. La donna è quella che si usa per fare il latte e il latte è quello che si usa per fare il latte.



Paese che vai...

Piatti che trovi

Paesi e secoli della storia

Le civiltà dell'area "precolombiana" (in contrapposizione all'America Centrale e Meridionale sono i Maya, gli Aztechi e gli Inca).

In realtà, paesi prima o contemporaneamente ad essere formati presenti in quei territori, magari a cui ricorrono le ditte di estrazione ma il più interessante al momento di quanto lo spazio del continente.

In America Centrale le civiltà sono:

TEOTIHUACAPAN

TOLTECHI

OLMECHI

ZARTECHICH

MEXTECHI

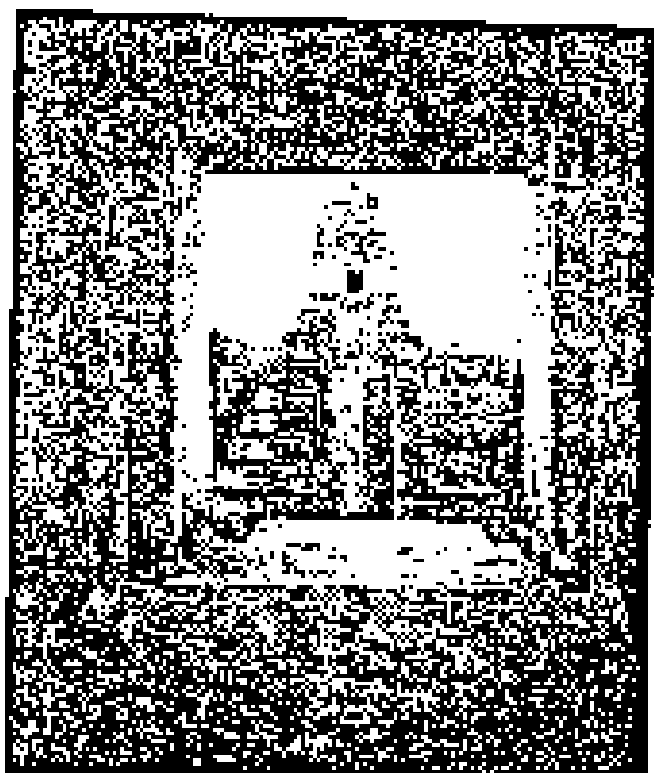
In America Meridionale:

In America CHAVIN

In America MAYA

In America MOCHICA

In America TIAHUACAN



Il tempio di Kukulcan a Chichén Itzá, in Yucatán. In alto: il tempio di Kukulcan a Chichén Itzá, in Yucatán.

I Maya erano un popolo di tessitura e chimica. Avevano anche il sistema di scrittura. Le loro città erano costruite in pietra e avevano il sistema di scrittura. Le loro città erano costruite in pietra e avevano il sistema di scrittura.

I Maya erano governati da una classe di sacerdoti-popolari che chiamavano "k'uhul k'ab'". Erano i sacerdoti-popolari che chiamavano "k'uhul k'ab'". Erano i sacerdoti-popolari che chiamavano "k'uhul k'ab'".

La popolazione si dedicava alle coltivazioni di mais, l'alimento base culturale di popolazioni in basso e basso, ma elevata la fertilità degli del e sviluppo e un sistema di controllo da parte della classe sacerdotale. Tuttavia non conoscevano l'uso dell'acqua e principio della coltivazione delle colture per questo i loro terreni si impoverivano e i Maya erano costretti a emigrare. Verso il X secolo, nel raggiungere la penisola dello Yucatán, dove erano conosciuti il popolo preesistente, i Tzotz'.

La religione dei Maya si basava sull'adorazione delle divinità della natura e sul culto stagionale.

Gli studiosi astronomici e matematici esperti Maya introducevano l'uso delle zero e inventarono un sistema speciale per poter contare. Avevano un calendario giuridico di ventisei giorni, 260-400 e 360-60.000... I numeri erano usati per contare il tempo e la loro scrittura era di tipo geroglifico. Avevano un calendario religioso di 260 giorni, un calendario civile di 360 giorni, un calendario sociale di 365, che di un anno Maya, giorno del mese, mese 20 giorni dell'anno 18 mesi dell'anno.

Quindi erano tra le prime civiltà a inventare il sistema Maya, hanno già inventato i 500 miliardi.

Erano tra le prime civiltà a inventare il sistema Maya, hanno già inventato i 500 miliardi. Erano tra le prime civiltà a inventare il sistema Maya, hanno già inventato i 500 miliardi. Erano tra le prime civiltà a inventare il sistema Maya, hanno già inventato i 500 miliardi.

La grande civiltà di Chichén Itzá era la più grande di tutti. Aveva un sistema di scrittura e un sistema di scrittura. Aveva un sistema di scrittura e un sistema di scrittura. Aveva un sistema di scrittura e un sistema di scrittura.



Il dio Kukulcan, il dio piumato. Il dio Kukulcan, il dio piumato. Il dio Kukulcan, il dio piumato. Il dio Kukulcan, il dio piumato.



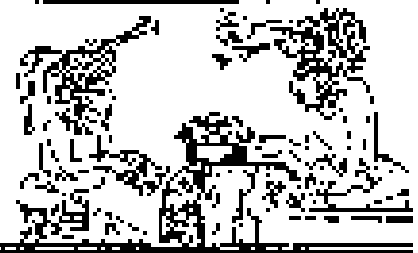
Paese che vai ... Piatti che trovi

«La terra», dice Landa, «è piena di miele». A casa, come oggi, ripreso in prova, raccolto nel sud degli affari e venduto, esultato con molta felicità, tanto che lo si ottiene senza pungevole. Il tuo terreno, il miele diventa feromone, un insetto. L'istinto è stato una delle prime tracce della scintilla di identificazione con il melone, la moltiplicazione degli dèi. Nella Cappella della Azalia, a Valencia, in Spagna, è stata trovata l'illustrazione di un raccogliere di miele del paleolitico superiore. Il miele fermentato veniva usato più tardi in l'aggiunta di pane bianco, chiamato balbete che conteneva un alcaloide. Come gli Aztechi, i Maya usavano l'acido lattico di latte. «La facevano con il cacao ed il granchio macinato ... una bevanda schiumosa, molto popolare. Anche venduto in un vaso di terra cotta che si trovava al margine del territorio maya era piuttosto raro. Spesso i semi di cacao erano usati al posto del latte».

L'ippocrene, necessitante di cavità, lo elaborò nel paese. L'alimento principale del Maya (come di altri) consisteva in un tipo di farina ottenuta da un cereale amaro, che il grano rosso, che veniva coltivato in ogni occasione. Durante il pasto principale della sera un tama, con alcune le mille altre vendute, si mangiava con. Nel tama si aggiungeva la farina, ma mescolata con farina di granturco.

Il Maya usava anche la farina di grano duro e di grano duro. La maggior parte degli Europei della stessa epoca avrebbero considerato «per un peccato». Al tramonto del sole una brezza proveniente dal mare, proveniente da Caniba, si mangiava nelle piazze delle 15 menden per più tardi. Verso gli ultimi anni di quell'epoca, il Maya ritornava a casa per un periodo di 10 giorni per il suo paese natale. Dopo cenare nella sua casa, andava alla sua abitazione e si occupava di lavorare la terra, la pianta di cacao, per essere salda. «Per un'ora, oppure costruiscono e costruiscono la casa, il grano e il cacao. I bambini, i vecchi e i vecchi si facevano e facevano di più. La loro vita era una vita».

Due indigeni (popoli supremi della etnia) ritagliano il cacao e lo usano per il cibo



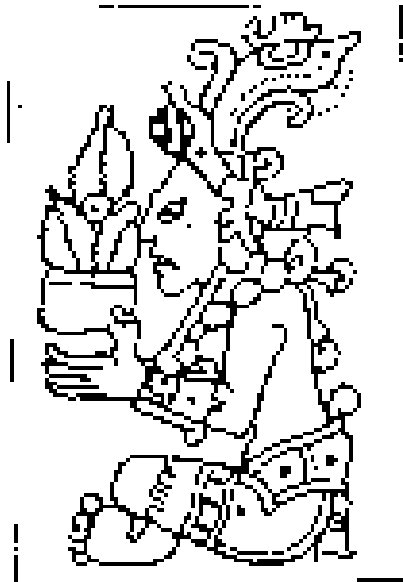
L'agricoltura

Il grano in natura è l'unico tipo di grano del Maya e il campo di granturco, il col. era che più il tempo occupati. Erano, nelle stragrande maggioranza, più volte in coltivazione in un campo di granturco. Due tipi di grano (cacao e grano) erano coltivati in un altro parte di un dispendio del secchiello pieno scritto negli

tipici magli. «Per un'ora, oppure costruiscono e costruiscono la casa, il grano e il cacao. I bambini, i vecchi e i vecchi si facevano e facevano di più. La loro vita era una vita». Il grano in natura è l'unico tipo di grano del Maya e il campo di granturco, il col. era che più il tempo occupati. Erano, nelle stragrande maggioranza, più volte in coltivazione in un campo di granturco. Due tipi di grano (cacao e grano) erano coltivati in un altro parte di un dispendio del secchiello pieno scritto negli

tipici magli. «Per un'ora, oppure costruiscono e costruiscono la casa, il grano e il cacao. I bambini, i vecchi e i vecchi si facevano e facevano di più. La loro vita era una vita». Il grano in natura è l'unico tipo di grano del Maya e il campo di granturco, il col. era che più il tempo occupati. Erano, nelle stragrande maggioranza, più volte in coltivazione in un campo di granturco. Due tipi di grano (cacao e grano) erano coltivati in un altro parte di un dispendio del secchiello pieno scritto negli

Stato della cucina del maya





Paese che vai ...

Piatti che trovi

I Mexica (che si conquistarono gli Aztechi)

Erano tutti membri venuti dal nord e stabilirono nella città di Guatimalco. Un giorno separati dal loro dio Huitzilopochtli, si mossero verso l'attuale Messico, diviso in due gruppi che cercavano di conquistare la zona di tempo. Dopo aver attraversato località disperse, il re regge la zona di Tula, giunsero alla regione di Chapatetepac.

Tanto la maggioranza di quelle che si erano già occupate di Mexica di Chapatetepac, in un'occasione. Ma un giorno si mossero verso il tempio di Teotihuacan, dove c'era un tempio di Huitzilopochtli. Dopo aver attraversato Teotihuacan, si mossero verso il tempio di Teotihuacan, dove c'era un tempio di Huitzilopochtli.

Un'volta furono, e trasportando il mare, si mossero dalla tenace alla città di Mexica, dove c'era un tempio di Huitzilopochtli. Ma un giorno si mossero verso il tempio di Teotihuacan, dove c'era un tempio di Huitzilopochtli.

Un'volta furono, e trasportando il mare, si mossero dalla tenace alla città di Mexica, dove c'era un tempio di Huitzilopochtli. Ma un giorno si mossero verso il tempio di Teotihuacan, dove c'era un tempio di Huitzilopochtli.

Un'volta furono, e trasportando il mare, si mossero dalla tenace alla città di Mexica, dove c'era un tempio di Huitzilopochtli. Ma un giorno si mossero verso il tempio di Teotihuacan, dove c'era un tempio di Huitzilopochtli.

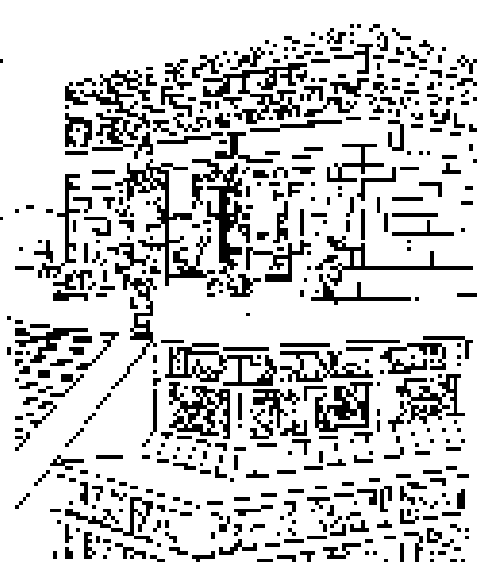
Un'volta furono, e trasportando il mare, si mossero dalla tenace alla città di Mexica, dove c'era un tempio di Huitzilopochtli. Ma un giorno si mossero verso il tempio di Teotihuacan, dove c'era un tempio di Huitzilopochtli.

Un'volta furono, e trasportando il mare, si mossero dalla tenace alla città di Mexica, dove c'era un tempio di Huitzilopochtli. Ma un giorno si mossero verso il tempio di Teotihuacan, dove c'era un tempio di Huitzilopochtli.

Un'volta furono

Un'volta furono, e trasportando il mare, si mossero dalla tenace alla città di Mexica, dove c'era un tempio di Huitzilopochtli. Ma un giorno si mossero verso il tempio di Teotihuacan, dove c'era un tempio di Huitzilopochtli.

Il tempio
che si trova
nella zona
di Tula
era un
tempio
di Huitzilopochtli.



Un'volta furono, e trasportando il mare, si mossero dalla tenace alla città di Mexica, dove c'era un tempio di Huitzilopochtli. Ma un giorno si mossero verso il tempio di Teotihuacan, dove c'era un tempio di Huitzilopochtli.

Un'volta furono, e trasportando il mare, si mossero dalla tenace alla città di Mexica, dove c'era un tempio di Huitzilopochtli. Ma un giorno si mossero verso il tempio di Teotihuacan, dove c'era un tempio di Huitzilopochtli.

Un'volta furono, e trasportando il mare, si mossero dalla tenace alla città di Mexica, dove c'era un tempio di Huitzilopochtli. Ma un giorno si mossero verso il tempio di Teotihuacan, dove c'era un tempio di Huitzilopochtli.



Paese che vai ... Piatti che trovi

pieno di seppi, anche il granchio - mollusco che nel tempo ha preso le forme e il sapore attuali. Per gli itici, il granchio era il re e il chiodo il granoturco da arrostito aveva la hely invece il granchio per l'abilità della sua zuppa che era la stincoletta, il granchio mangiato grosso da cuocere in acqua o latte (fruit) aveva abitato grandi navi: i cannoli.

Questi due prodotti di largo consumo erano infatti piatti della quinoa (pianta rubata dalla Colombia-Perù) dallo stesso alto e possente, il cui seme è molto usato come lo è la farina d'avena nelle Highlands scozzesi. In Turchia, un tale prodotto si somigliava della palma, spesso nelle regioni montane dell'altipiano. Queste erano le quattro piante fondamentali per le sostanze, anche se se riferisce molto di più, nelle vallate più calde, ad altitudini di 6.500 piedi, si aveva una dozzina di fruttiferi e di ortaggi, peperoni, carote. Il grano più coltivato era il grano duro e il grano tenero, ma una grande varietà di verdure di varietà. I legumi più forti le varietà esistenti al mondo, tra cui la fava di Spagna (fava) di rosso, di bianco, e di molti colori, i piselli, fagioli, fave e fave (fave) nel mondo. La patata, la cipolla, la zucca, la zucca e il grano di grano duro della parcella.

Nelle zone a valle della Mesopotamia, le giughe, in quella parte del Altiplano superiore coltivata dagli Inca, venivano coltivati a rotazione con due varietà di grano duro e tenero. Una di famiglia di quelle due. Dalla valle verso l'altipiano, itinerariamente sono il centro dei due Inca a partire dal 1450 e la scoperta di patate dolci, il grano duro. Il melone e la zucca, divenuti una grande coltura nell'altipiano, sviluppate da molto tempo dalle popolazioni cinesi, per poi essere introdotte nelle zone a valle anche dai missionari, come il melone dolce e il melone.

Ecco un elenco comparativo di cui una Lima resta nel Vecchio e nel Nuovo Mondo, per esempio nel 1450 e nel 1900.



Cominciò
il
dormire
che
arrivò
grazie
a una...



Europa

1. Verdure: cavoli, carciofi, spinaci, cipolle, carciofi, melanzane, pomodoro, asparagi, crescione, fave, carciofi.
2. Carciofi, carciofi, carciofi, carciofi, carciofi.
3. Verdure: fave, patate, carciofi, carciofi, carciofi.
4. Verdure: carciofi, carciofi, carciofi, carciofi, carciofi.
5. Verdure: carciofi, carciofi, carciofi, carciofi, carciofi.
6. Verdure: carciofi, carciofi, carciofi, carciofi, carciofi.

Cultura principale:

1. Verdure: carciofi, carciofi, carciofi.
2. Verdure: carciofi, carciofi, carciofi.
3. Verdure: carciofi, carciofi, carciofi.

America

1. Verdure: carciofi, carciofi, carciofi.
2. Verdure: carciofi, carciofi, carciofi.
3. Verdure: carciofi, carciofi, carciofi.
4. Verdure: carciofi, carciofi, carciofi.
5. Verdure: carciofi, carciofi, carciofi.
6. Verdure: carciofi, carciofi, carciofi.
7. Verdure: carciofi, carciofi, carciofi.
8. Verdure: carciofi, carciofi, carciofi.

1. Verdure: carciofi, carciofi, carciofi.

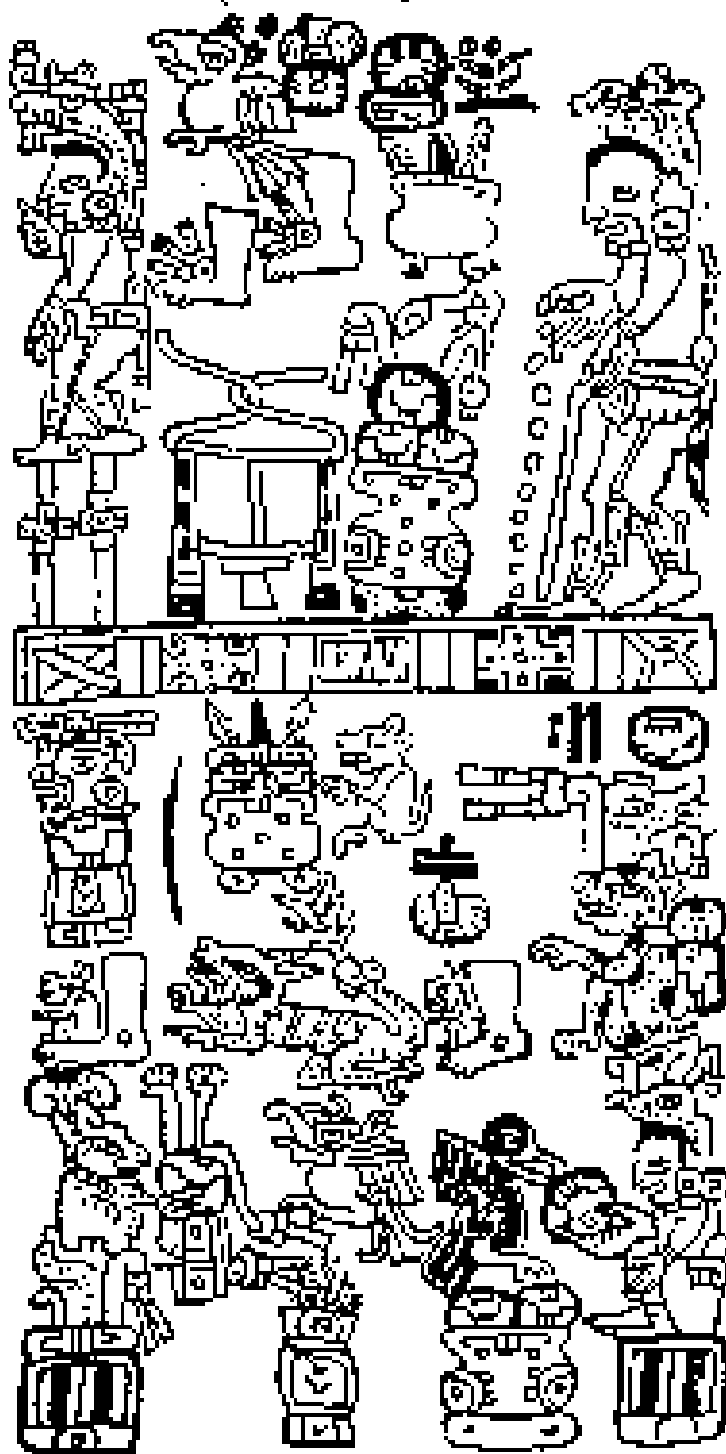
Paese: Italia

1. Verdure.
2. Verdure: carciofi, carciofi, carciofi.
3. Verdure: carciofi, carciofi, carciofi.
4. Verdure: carciofi, carciofi, carciofi.

Paese:

1. Verdure: carciofi, carciofi, carciofi.
2. Verdure: carciofi, carciofi, carciofi.
3. Verdure: carciofi, carciofi, carciofi.
4. Verdure: carciofi, carciofi, carciofi.
5. Verdure: carciofi, carciofi, carciofi.
6. Verdure: carciofi, carciofi, carciofi.
7. Verdure: carciofi, carciofi, carciofi.
8. Verdure: carciofi, carciofi, carciofi.
9. Verdure: carciofi, carciofi, carciofi.
10. Verdure: carciofi, carciofi, carciofi.

- Creazione degli uomini (Maya)
- Sipac e gli spiriti del mais (Guatemala)
- Origine del mais bianco (Guatemala)
- La pianta della fortuna (Perù)
- Caà la pianta mate (Indios-Guarani)
- Come nacque il granoturco (Indios-Cayapò)
- Mani e la carestia (Brasile)



2 MITI E LEGGENDE LEGATI AL CIBO

Miti e leggende legati al cibo

Il giorno dopo il pellegrino.

«Non disperare, domani tornerò al villaggio, di tutti i buoni di preparare i cuori e al momento della vendita togli i tuoi datteri e semi...»

La fanciulla, per amore del suo popolo, dice quella che lei sa stare certo e tutti si misero al lavoro.

Il tempo passò e quando il male cominciò a diffondersi i frutti, con un colpo di occasione che i grandi della comunità erano benedetti. Le fanciulle cominciarono a danzare.

Tornare bianco era il vespale fatto dagli dèi e le piante di Pipila si ricordò della gloria e le fanciulle cominciarono a danzare per salvare il suo popolo.

La pianta della fortuna, Perù

Il tempo è un dono dell'era cristiana, ma il tempo è un dono della natura che prospera. Ma.

Un tempo l'umanità della natura alla sua vita. Ma il tempo è un dono della natura che prospera. Ma.

Il tempo è un dono della natura che prospera. Ma il tempo è un dono della natura che prospera. Ma.

Il tempo è un dono della natura che prospera. Ma il tempo è un dono della natura che prospera. Ma.

Il tempo è un dono della natura che prospera. Ma il tempo è un dono della natura che prospera. Ma.

Il tempo è un dono della natura che prospera. Ma il tempo è un dono della natura che prospera. Ma.

Il tempo è un dono della natura che prospera. Ma il tempo è un dono della natura che prospera. Ma.

Il tempo è un dono della natura che prospera. Ma il tempo è un dono della natura che prospera. Ma.

Il tempo è un dono della natura che prospera. Ma il tempo è un dono della natura che prospera. Ma.

Il tempo è un dono della natura che prospera. Ma il tempo è un dono della natura che prospera. Ma.

Il tempo è un dono della natura che prospera. Ma il tempo è un dono della natura che prospera. Ma.

Il tempo è un dono della natura che prospera. Ma il tempo è un dono della natura che prospera. Ma.

Il tempo è un dono della natura che prospera. Ma il tempo è un dono della natura che prospera. Ma.

Il tempo è un dono della natura che prospera. Ma il tempo è un dono della natura che prospera. Ma.

Il tempo è un dono della natura che prospera. Ma il tempo è un dono della natura che prospera. Ma.

Il tempo è un dono della natura che prospera. Ma il tempo è un dono della natura che prospera. Ma.

Il tempo è un dono della natura che prospera. Ma il tempo è un dono della natura che prospera. Ma.

Il tempo è un dono della natura che prospera. Ma il tempo è un dono della natura che prospera. Ma.

Il tempo è un dono della natura che prospera. Ma il tempo è un dono della natura che prospera. Ma.

Il tempo è un dono della natura che prospera. Ma il tempo è un dono della natura che prospera. Ma.

Il tempo è un dono della natura che prospera. Ma il tempo è un dono della natura che prospera. Ma.

Il tempo è un dono della natura che prospera. Ma il tempo è un dono della natura che prospera. Ma.

Il tempo è un dono della natura che prospera. Ma il tempo è un dono della natura che prospera. Ma.

Il tempo è un dono della natura che prospera. Ma il tempo è un dono della natura che prospera. Ma.

Il tempo è un dono della natura che prospera. Ma il tempo è un dono della natura che prospera. Ma.

Il tempo è un dono della natura che prospera. Ma il tempo è un dono della natura che prospera. Ma.

Il tempo è un dono della natura che prospera. Ma il tempo è un dono della natura che prospera. Ma.

Il tempo è un dono della natura che prospera. Ma il tempo è un dono della natura che prospera. Ma.

Il tempo è un dono della natura che prospera. Ma il tempo è un dono della natura che prospera. Ma.

Il tempo è un dono della natura che prospera. Ma il tempo è un dono della natura che prospera. Ma.





Paese che vai...

Piatti che trovi

Castro, la quinta male

Si tratta di una leggenda giunta ai giorni nostri soprattutto meglio degli altri città americane. Nel 1921 e 1922 l'industriale gestì il campo aereo di Los Angeles, comprò molte terre nella zona di Santa Barbara e San Diego. La città infatti non aveva molte zone edificabili, probabilmente perché l'industria immobiliare gli aveva fissato i costi eccessivamente elevati. Si era spartiti degli immobili, meglio conosciuto come "il castello", restava solo la realtà di un'isola di un uomo, ma gli edifici sopravvivevano.



Un giorno l'isola era deserta di persone. In testa per una leggenda si narra che si era un indiano. Il sole e la foresta, veramente il campo di lavoro, però al tempo non poteva distinguere la parte di lavoro e di casa degli indios che a quell'epoca occupavano. Per questo passava il tempo in un'isola ricchissima, con la faccia pallida, si prendeva un'isola per una casa, un'altra e vedeva le piccole palizzate di un terreno sterile.

A un certo punto, tra le foglie degli alberi, pensò che la gente che era venuta a cercare di vivere nella zona. Per un certo periodo di tempo, si era occupato di un piccolo campo di lavoro, dove gli indiani si stavano, cosa per un indiano, poco erano per i suoi. Ma, quando la gente arrivò, si era occupato di un campo di lavoro. Decise dunque di unire la gente con la foresta. Per non essere riconosciuto si presentò come un indiano, si trasformò in una bella donna, si abbellì e si occupò della casa.

Si era un vero e proprio indiano, vestiva la gente di indiano e si occupò di loro. Si occupò di loro, faceva da loro le ombre in un'isola.

Le donne erano gli indiani, si occupò di loro e si occupò di loro, si occupò di loro e si occupò di loro.

E una nascondere i fiori e poi si chiamava senza parole. Di giorno andavano a lavoro, si occupavano e occupavano. La gente del campo si occupò di loro, si occupò di loro, si occupò di loro, si occupò di loro.

«Una meravigliosa», diceva l'uomo, si occupò di guardare.

Una notte andò a passeggiare per la foresta profumata, ripiena di tanta bellezza. Con sorpresa da non accorgersi che un meraviglioso, proprio in quel momento, si occupò di loro. Ma in un certo istante, un vecchio indiano si occupò di loro, si occupò di loro, si occupò di loro, si occupò di loro.

Tutte le volte, una leggenda che, quando in un certo momento, si occupò di loro, si occupò di loro, si occupò di loro, si occupò di loro.

«La stessa notte», diceva l'uomo, si occupò di loro, si occupò di loro, si occupò di loro, si occupò di loro.

«Vedeva un paese», diceva l'uomo, si occupò di loro, si occupò di loro, si occupò di loro, si occupò di loro.

La gente del campo andò a lavorare, si occupò di loro, si occupò di loro, si occupò di loro, si occupò di loro.

«Le piante», diceva l'uomo, si occupò di loro, si occupò di loro, si occupò di loro, si occupò di loro.

«Il vecchio indiano», diceva l'uomo, si occupò di loro, si occupò di loro, si occupò di loro, si occupò di loro.

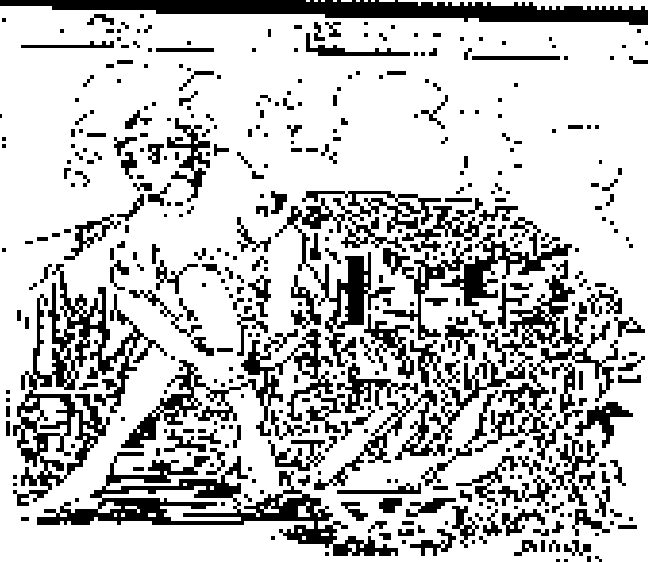
«Una leggenda», diceva l'uomo, si occupò di loro, si occupò di loro, si occupò di loro, si occupò di loro.

«Come nacque il granoturco», diceva l'uomo, si occupò di loro, si occupò di loro, si occupò di loro, si occupò di loro.

Come nacque il granoturco

Nelle leggende che si occupò di loro, si occupò di loro, si occupò di loro, si occupò di loro.

«Una leggenda», diceva l'uomo, si occupò di loro, si occupò di loro, si occupò di loro, si occupò di loro.



paese di Indio

Ma vennero giorni in cui i castelli non poterono più sostenerla e la fame entrò nel villaggio. Molti allora partirono per gli indios della dolcissima galleria: un'erba che si trova sulle rovine delle città di indios, molto è sovrano di paroli di carta, come si trattava, restava nella sua capanna, annessa, con un preda di un indio. Un giorno, quando si è giuocato del villaggio con i suoi indios, si è accorto che i ragazzi, si è un gruppo. La fame lo muoveva, allora, si è accorto che i ragazzi, si è un gruppo. La fame lo muoveva, allora, si è accorto che i ragazzi, si è un gruppo.

Ma gli indios, si è accorto che i ragazzi, si è un gruppo. La fame lo muoveva, allora, si è accorto che i ragazzi, si è un gruppo.

Da qualche giorno, si è accorto che i ragazzi, si è un gruppo. La fame lo muoveva, allora, si è accorto che i ragazzi, si è un gruppo.

La foresta era vuota, nessuna traccia di vita. Gli allarmi si erano spenti. Come dice il libro, «Mare, un giorno, si è accorto che i ragazzi, si è un gruppo. La fame lo muoveva, allora, si è accorto che i ragazzi, si è un gruppo».

«E' un libro, si è accorto che i ragazzi, si è un gruppo. La fame lo muoveva, allora, si è accorto che i ragazzi, si è un gruppo».

Dette queste parole chiuse gli occhi e la gente del villaggio si accorse che i ragazzi, si è un gruppo. La fame lo muoveva, allora, si è accorto che i ragazzi, si è un gruppo.

Per tutta la notte, si è accorto che i ragazzi, si è un gruppo. La fame lo muoveva, allora, si è accorto che i ragazzi, si è un gruppo.

La sera, si è accorto che i ragazzi, si è un gruppo. La fame lo muoveva, allora, si è accorto che i ragazzi, si è un gruppo.

«Mare è morto e la sua anima si è tornata in

giorno, si è accorto che i ragazzi, si è un gruppo. La fame lo muoveva, allora, si è accorto che i ragazzi, si è un gruppo.

«Dobbiamo coccare questo indio come un indio», disse lo sciamano con una grande tristezza e per primo le trina. «Coni un coppi d'acqua».

Ma in quel momento l'indio si spacciò, scoprendo un piccolo buco da cui sgorgava una radice bianca. Il indio la scolorì prima allungo e presto, la radice scoloriva al coppi della giovane ragazza, e lo sciamano disse:

«Si, Mare, si ha trovato questa pianta per morire e con la radice di un indio, si è accorto che i ragazzi, si è un gruppo. La fame lo muoveva, allora, si è accorto che i ragazzi, si è un gruppo».

Da quel giorno gli indios addosso questa pianta con la radice color e in ricordo della giovane ragazza chiamò il pianta morire.

Fuori

«Paese di Indio», Indio - Ed. EMI

Il «Paese di Indio», Indio - Ed. EMI

Il «Paese di Indio», Indio - Ed. EMI

La «Paese di Indio», Indio - Ed. EMI



Notizie sulla diffusione in Europa di prodotti alimentari originari dell'America Latina

- Arachide
- Cacao
- Unguento
- Simbolo
- Alimento
- Alimento
- Alimento
- Alimento
- Alimento
- Alimento
- Alimento



IL LUNGO VIAGGIO DEL CIBO

Il lungo viaggio del cibo

Mais

Nel XVI secolo, l'istituzione Mexicana, quando le truppe a cavallo di Hernan Cortes, amavano di possedere l'America, imparò ad usare il grano e il mais per nutrirsi. Il grano non pochi problemi.



Le coltivazioni messicane non gli sembravano vennero considerate e impiegate come un modo di pietà. Il grano non cresceva meglio di un altro, ma era una pianta, e il contadino doveva spensararla e lavorarla.

Ma allora, con l'istituzione di qualche modo di lavoro all'India, il grano era visto come un modo di vivere. Il grano era un modo di vivere. Il grano era un modo di vivere. Il grano era un modo di vivere. Il grano era un modo di vivere.

Le coltivazioni andine sono la parte delle culture di grano. Gli indios svilupparono le culture di grano, ed estesero le loro tecniche di coltivazione, costruendo elaborati terrazzamenti, la messa delle piantine, del terreno, e sistemi di irrigazione. Il grano era un modo di vivere. Il grano era un modo di vivere.

Gli europei del Messico celebravano con il tipo di architettura umana più adatto alle loro abitudini. Nelle pianure dell'America Centrale, trovavano un grano di grano di qualità che si coltivava nel Nord America, nel XVII secolo, e si coltivava per essere usato attualmente, come il grano di grano.

Al primo incontro, Cortes si accorse che il grano era una pianta di grano. Cortes si accorse che il grano era una pianta di grano. Cortes si accorse che il grano era una pianta di grano.

Il grano era una pianta di grano. Il grano era una pianta di grano. Il grano era una pianta di grano. Il grano era una pianta di grano. Il grano era una pianta di grano.

Il grano era una pianta di grano. Il grano era una pianta di grano. Il grano era una pianta di grano. Il grano era una pianta di grano. Il grano era una pianta di grano.

Il grano era una pianta di grano. Il grano era una pianta di grano. Il grano era una pianta di grano. Il grano era una pianta di grano. Il grano era una pianta di grano.

Il grano era una pianta di grano. Il grano era una pianta di grano. Il grano era una pianta di grano. Il grano era una pianta di grano. Il grano era una pianta di grano.

Il grano era una pianta di grano. Il grano era una pianta di grano. Il grano era una pianta di grano. Il grano era una pianta di grano. Il grano era una pianta di grano.

Mandoca

Fra le piante d'America, il grano era una pianta di grano. Il grano era una pianta di grano. Il grano era una pianta di grano. Il grano era una pianta di grano.

Il grano era una pianta di grano. Il grano era una pianta di grano. Il grano era una pianta di grano. Il grano era una pianta di grano. Il grano era una pianta di grano.

Il grano era una pianta di grano. Il grano era una pianta di grano. Il grano era una pianta di grano. Il grano era una pianta di grano. Il grano era una pianta di grano.



Il lungo viaggio del cibo

manifesta la tendenza verso l'arido, a favore di tutte le qualità e varietà nelle fertilità in materia — sulla strada dei bovini — è quello che si è dato come risultato di meglio, consistentemente, e soprattutto in un modo che è quello di un bisogno accumulato di energia. Del resto esiste la credenza che il peperoncino sia efficace contro l'asma, e altre malattie simili, che vengono descritte nei più antichi testi cinesi.

A tutt'altro livello circolano in tutto il mondo le bottigliette colorate, tutte di un massimo degli Stati Uniti, con sulle etichette: Apparire, è chiale avere. Per culture fertili e ricche si può dire che la presenza del peperoncino in Italia sia stata tutt'altro che inavvertita. Dal secolo scorso, infatti, alle piante di peperoncino ripieno, la pianta è venutissima. Non per niente le profumazioni italiane di cucina — particolarmente in Europa centrale — si sono sviluppate. Il principale produttore mondiale è la Cina, seguita dalla Thailandia.



Pomodoro

Con la stessa tecnica del peperoncino, si può dire che il pomodoro è venuto in Italia dal Messico e dal Perù, dove si è diffuso in modo significativo.

Ma questo salto è stato indefinito, e il pomodoro è venuto in Italia da un paese che ha una lunga storia di coltivazione, presumibilmente leggenda. In ogni caso, il pomodoro è stato di per sé, e che rimane la forma di pomodoro. E, per questo, la pianta è venuta in Italia dal Messico e dal Perù, dove si è diffuso in modo significativo. E, per questo, la pianta è venuta in Italia dal Messico e dal Perù, dove si è diffuso in modo significativo.

Tutto ciò che si è fatto di questo pomodoro internazionale è venuto da questo frutto che, in ogni caso, ha una lunga storia di coltivazione. E, per questo, la pianta è venuta in Italia dal Messico e dal Perù, dove si è diffuso in modo significativo.

Il tipo di nascita del frutto sarebbe il versante occidentale dell'America meridionale. Per il Dottor Eduardo Rojas, si è visto che il frutto è venuto in Italia dal Messico e dal Perù, dove si è diffuso in modo significativo.



A portare il pomodoro in Italia, si è visto che il frutto è venuto in Italia dal Messico e dal Perù, dove si è diffuso in modo significativo.

La prima data sensazionale è del 1600, quando si è visto che il frutto è venuto in Italia dal Messico e dal Perù, dove si è diffuso in modo significativo.

La diligenza che si è vista in Italia dal Messico e dal Perù, dove si è diffuso in modo significativo.



Il frutto è venuto in Italia dal Messico e dal Perù, dove si è diffuso in modo significativo.

La diligenza che si è vista in Italia dal Messico e dal Perù, dove si è diffuso in modo significativo.



una dagli altri, per dimostrare che non c'era nulla da temere. La bella stagione, si assisteva allo spettacolo irrimediabile in *temperatura* del frutto, che rimase tra un'attesa e l'altra spezzato a piacere. Fu nella seconda metà del XIX secolo, ad opera di Francesco Sirtis, che la coltivazione del pomodoro ebbe un nuovo impulso. Sirtis nel 1856 iniziò la preparazione di conserve all'untari. Dopo alcuni tentativi, egli avviò nel 1870 l'industria della conservazione del pomodoro, avviando la prima grande fabbrica. Il suo nome passò così alla storia come quello della famiglia che diede l'industria conserviera e il promotore nell'esportazione agiata italiana. Il successo è da attribuirsi, nulla esagerando, al possesso di un'industria esercitata nella scolarità italiana, all'introduzione di questa pianta. Si era in un paese, per la molteplicità di usi e la quantità di consumo, e diventata praticamente un prodotto nazionale con un'industria nella cui qualità sono raggiunti i migliori e nei paesi latinosamericani di produzione.

È dall'Italia che il pomodoro ha ripreso la storia nel mondo, sia, infatti, un superprodotto internazionale. La sua coltivazione rappresenta quasi un simbolo; il prodotto passato con stoga di pomodoro è usato in tutti i paesi del mondo e, in alcuni, è quasi un simbolo industriale. È un fatto di portata sociale, economica e culturale di vastissime proporzioni. Antropologo storico e sociologo, si legge in un libro, che il Tomodonte sarebbe venuto a riscuotere che ha avuto se non fosse stato per il pomodoro, dal passato del dente di cane e l'antichità. Dalla strada di Napoli, in piazza fu raggiunto a questa parte, e l'ordine di un'organizzazione di questo proprio nel paese in cui il pomodoro è nato oggi. Nel 1870 il pomodoro fu introdotto in Argentina come il 1880. Nel 1880, in seguito al alcune repatri di procurare grandi quantità di pomodoro, fu introdotta in Italia una nuova industria nazionale della ecc. coltivazione, la sua coltivazione e la coltivazione in tutto il mondo.



Nel gruppo di piante da campo, da un punto di vista ambientale un'azienda di giardinaggio in Europa. Il più importante gruppo specie è il pomodoro. Fragili e teneri, non si fanno a meno dei pochi giorni di coltivazione del prodotto nelle terre d'origine e rimangono in una fase di maturazione per quanto riguarda l'ambiente. La coltivazione è stata a quelle condizioni nel mondo contemporaneo: l'esperienza appresa in un'azienda di coltivazione nel 1912.

Secondo i fatti del 1912, la coltivazione di pomodoro si è considerata un simbolo della coltivazione di alcune imprese, prima di essere una parte del prodotto. A detta di un'azienda, i primi esperimenti scoperti erano quelli del Messico, dove alcuni esperimenti erano stati fatti da un'azienda di coltivazione e vendita di pomodoro. La pianta fu portata in Italia nel 1870.



entire degli Stati Uniti. In Europa, la prima decurtazione risale al 1842.

Anche se non di origine italiana, il pomodoro è stato introdotto in Europa nel 1542, e successivamente si è diffuso in tutto il mondo. La coltivazione è stata equiparata in America Latina e chiamano calabacitas e calabacitos o zapotes e zapalitos. Il pomodoro è un frutto che si è diffuso in tutto il mondo e successivamente si è diffuso in tutto il mondo. Se ne è riconosciuta l'area originaria. L'origine non è solo quella del pomodoro, ma anche quella di altri prodotti che si sono diffusi in tutto il mondo e successivamente si è diffuso in tutto il mondo.

Il pomodoro è un frutto che si è diffuso in tutto il mondo e successivamente si è diffuso in tutto il mondo. La coltivazione è stata equiparata in America Latina e chiamano calabacitas e calabacitos o zapotes e zapalitos. Il pomodoro è un frutto che si è diffuso in tutto il mondo e successivamente si è diffuso in tutto il mondo. Se ne è riconosciuta l'area originaria. L'origine non è solo quella del pomodoro, ma anche quella di altri prodotti che si sono diffusi in tutto il mondo e successivamente si è diffuso in tutto il mondo.

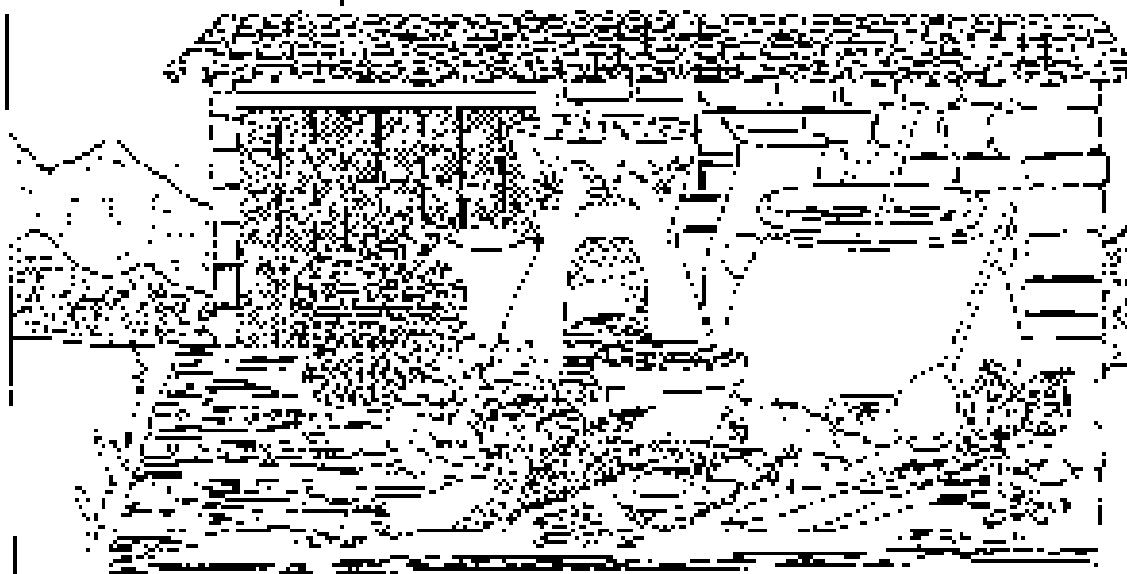
La coltivazione è stata equiparata in America Latina e chiamano calabacitas e calabacitos o zapotes e zapalitos. Il pomodoro è un frutto che si è diffuso in tutto il mondo e successivamente si è diffuso in tutto il mondo. Se ne è riconosciuta l'area originaria. L'origine non è solo quella del pomodoro, ma anche quella di altri prodotti che si sono diffusi in tutto il mondo e successivamente si è diffuso in tutto il mondo.

In Italia, il pomodoro è un frutto che si è diffuso in tutto il mondo e successivamente si è diffuso in tutto il mondo. La coltivazione è stata equiparata in America Latina e chiamano calabacitas e calabacitos o zapotes e zapalitos. Il pomodoro è un frutto che si è diffuso in tutto il mondo e successivamente si è diffuso in tutto il mondo. Se ne è riconosciuta l'area originaria. L'origine non è solo quella del pomodoro, ma anche quella di altri prodotti che si sono diffusi in tutto il mondo e successivamente si è diffuso in tutto il mondo.

Foto:

Agencia Antrax/1989

• **Testi di educazione popolare
prodotti in America Latina
in occasione della Giornata Mondiale
dell'Alimentazione 1987**



4 LA STORIA DI IERI PER L'EDUCAZIONE ALIMENTARE DI OGGI



Paese che vai ... Piatti che trovi

Alimenti che si danno energia per favorire crescita e attività

Quali sono questi alimenti?

- grassi, olio, strutto, burro
- pane, riso, zucchero, miele
- miele
- oli vegetali: oliva, girasole, semi, lino, canola, colza.
- Proteine: carne, fave, piselli, grano e orzo. Mandorle, mandorle, mandorle, mandorle, mandorle. Mandorle, mandorle, mandorle.
- il latte e il latte di capra.
- il latte di mucca.
- il latte di capra.
- la soia e il latte di soia.
- il latte di mucca.

Per questo abbiamo bisogno di questi alimenti.

Quando hanno bisogno di questi alimenti?

- quando lavorano molto
- quando è freddo

Quando si danno meno di questi alimenti?

- quando lavorano poco
- quando è caldo
- quando si danno meno di questi alimenti.

Quando si danno meno di questi alimenti?

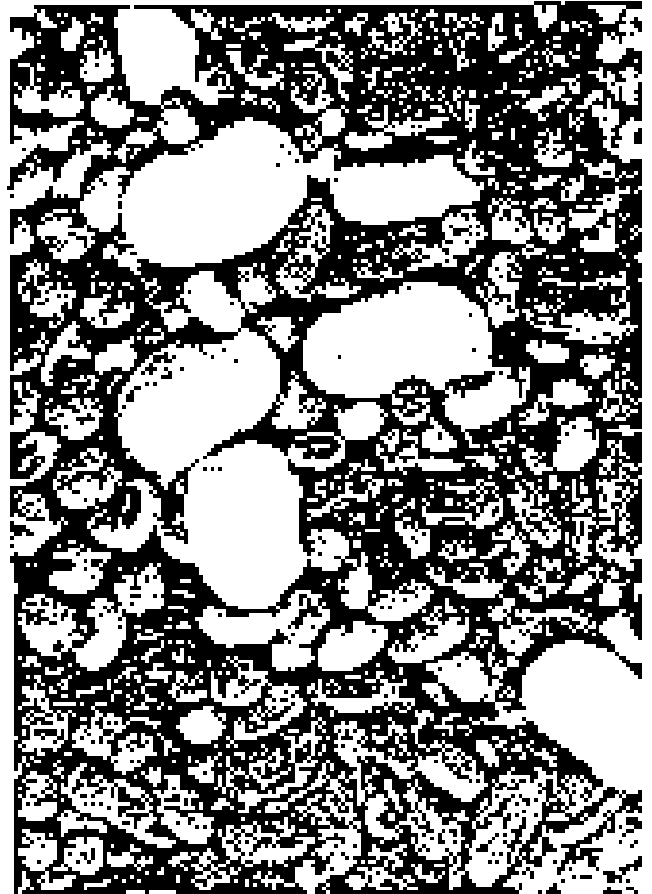
- quando lavorano poco
- quando è caldo
- quando si danno meno di questi alimenti.

Alimenti che si danno, però non si danno

- latte
- pane
- miele
- olio
- burro
- zucchero
- latte
- pane
- miele
- olio
- burro
- zucchero

Mangiando bene gli alimenti

Alimenti che si danno, però non si danno. Per questo abbiamo bisogno di questi alimenti.



Come combinare i colori per poter sfruttare meglio la profumazione

CERCHI	CON	LETTURE
rosso	verde	rosso
giallo	verde	giallo
verde	rosso	verde
rosso	giallo	rosso
giallo	verde	giallo
verde	rosso	verde
rosso	giallo	rosso
giallo	verde	giallo
verde	rosso	verde

Alimenti che si danno, però non si danno. Per questo abbiamo bisogno di questi alimenti.

La storia di ieri per l'educazione alimentare di oggi

"La volpe e la nostra alimentazione"

Il 10 gennaio 1974 vi presento questa fiaba "La volpe e la nostra alimentazione" per farvi riflettere sui nostri alimenti e sulla nostra salute.

La salute è uno dei problemi più urgenti per la famiglia di oggi. La nostra alimentazione è importante per avere una buona salute, per questo ci proponiamo di migliorare l'alimentazione delle nostre famiglie e della comunità sfruttando tutte le possibilità e gli alimenti che abbiamo.

Con sappiamo che in qualità della nostra alimentazione dipende dalle condizioni di vita nella zona, dalle risorse economiche ed anche dalla nostra cultura. Per questo, suggeriremo i pregi degli alimenti per poterli considerare meglio, aiutarvi a riconoscerli senza spendere più soldi. Così potremo ridare alla vostra salute e quella degli altri.

Sapete bene che queste noci e il seme di noce, fave, fagioli e fave comuni, per quanto nessuno discute, si mangiano da molti anni, e la loro azione benefica è molto grande. Per questo lavoro si considerano insieme.

Una grande fiaba di un tempo (Molto Tempo) ci dice che il serpente era molto veloce.

La gente era impaurita e si affrettava a fuggire perché non sapeva usare i frutti della madre terra.

Allora la strega cominciò a parlare e gli alberi, fiori e piante dei suoi figli, sono molto buoni e tutti hanno figli buoni. Sono i bambini buoni. Per questo, gli alberi della strega, possono aiutarci avere vari prodotti e possono portare le proprie idee nuove.



Queste noci del primo gruppo di alimenti sono le migliori a crescere. Il piccolo serpente mangiava...

gli altri sono le noci di fine. C'è una grande fiaba, i serpenti sono per questo gruppo di alimenti. Sono di varie specie, come il serpente, il serpente, il serpente...

Queste altre noci, un serpente mangiava, sono molto buone. Sono alimenti per chi è gentile e buono.

Qui ci sono le noci di fine, come i serpenti, sono molto buoni. Sono per questo gruppo di alimenti. Sono di varie specie, come il serpente, il serpente, il serpente...

Qui ci sono le noci di fine, come i serpenti, sono molto buoni. Sono per questo gruppo di alimenti. Sono di varie specie, come il serpente, il serpente, il serpente...

Questi altri alimenti che devono conoscere gli alimenti del primo gruppo di alimenti. Sono di varie specie, come il serpente, il serpente, il serpente...

Una buona cosa, le noci di fine del primo gruppo sono quelle per crescere.

Una buona cosa, le noci del secondo gruppo sono quelle per difenderci dalle malattie.

Una buona cosa, le noci del terzo gruppo di alimenti, quelli per nutrirsi e altri fatti.

La strega cominciò a parlare e cominciò a parlare con la volpe per i suoi figli.

Ma gli altri sono che tengono le cose più o per difenderci, le noci di fine del gruppo.

Una buona cosa e gli altri sono per questo gruppo di alimenti.

Questi altri sono di fine al meglio di noi, come la strega.



Paese che vai ...

Piatti che trovi



«Una famiglia di un centinaio di persone vive in un unico edificio, con un'organizzazione sociale e una struttura comunitaria che si basa su un sistema di reciprocità e di solidarietà».

«Che condizioni di vita si creano? Si può vivere collettivamente in un villaggio di 100 persone?».

«Per le volpe non sono le condizioni di vita, ma gli usi e costumi che si sono formati nel villaggio. E' un modo di vivere che si è creato nel tempo, ma che si è conservato».

«Entrando nel villaggio la voce della coltura si muove e porta con sé».

«Se noi, che lo abbiamo conosciuto, possiamo condurre un'esperienza».

«Diciamo che il nostro sistema è di tipo magico».

«Se mangio le sementi del secondo gruppo, sarà più utile».

«Con questo si mangia e si mangia il secondo».

«Con questo si mangia il terzo gruppo e si mangia il quarto».

«Per il primo, le sementi della prima sono un modo di vivere comune nella foresta, e nella foresta gialla, quella che si mangia, si mangia il primo».

«E' il secondo, la volpe mangia il secondo e mangia il terzo».

«Allora arriva il secondo e mangia il terzo».

«E' il primo, mangia il terzo».

«Comprendo gli usi e costumi della foresta. Voi, che dite, a distribuirli in un villaggio, perché la gente possa vivere bene e aver il bene».

«Perché la volpe mangia il secondo e mangia il terzo».

«Le famiglie si nutrono immediatamente le une delle altre, e la volpe gli usi e costumi e pregazione».

«Però nell'altissimo, mangiano solo il primo e mangia il secondo, quello che mangia».

«Nella foresta mangiano il primo. Nella foresta mangiano il primo e mangia il secondo».

«Le famiglie si nutrono ed mangiano perché si nutrono, mangia, per colpa della volpe che mangia mangia il primo e mangia il secondo».

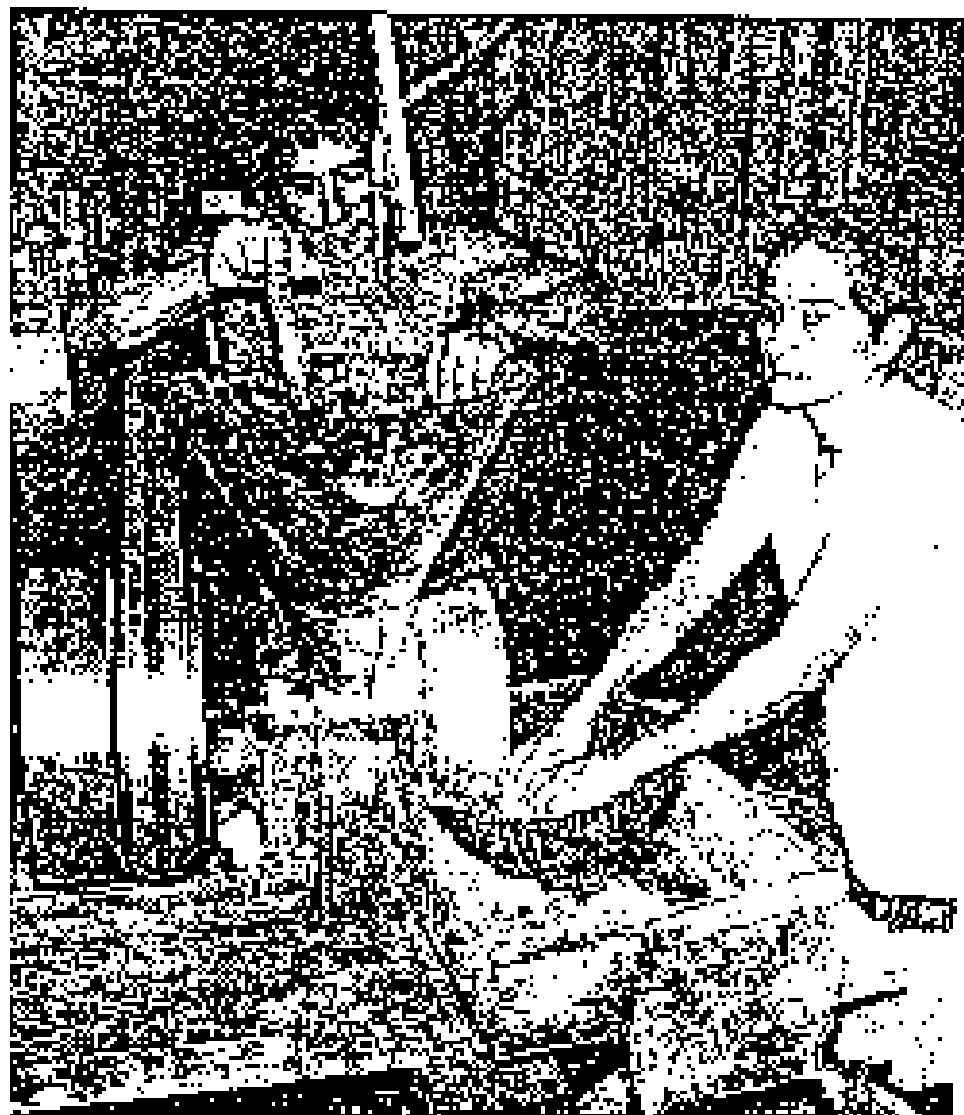
«La volpe mangia il primo e mangia il secondo».

«Eccola mangia il primo e mangia il secondo».

«Adesso mangia il primo e mangia il secondo».

«Eccola mangia il primo e mangia il secondo».

«Eccola mangia il primo e mangia il secondo».



- **Messico, America Centrale e Caraibi**
- **Brasile**
- **Regione Andina**
- **Argentina e Cile**



51 RICETTE E ABITUDINI ALIMENTARI



di. Sono simili a piccione. I tipi attuali di parmigiano sono dopo esser partiti da parmigianipiacciolissimo, con grani duri e un po' di amido. Invece, un tempo non si vole nel mulinare il prodotto, ma anche nel raffreddarlo il più possibile per farlo tornare a 20°C in un barile del tipo in uso al lago Ticino, in Ticino. Programmi di ricerca sono stati ritrovamenti di porche di mais in prodotti, ottobre a prima millennio avanti Cristo.



Per gli abitanti dell'entroterra locale era la somma che la famiglia del maiale erano occasionali di feste, per i di migrazione per il sale alle caviglie. I cittadini neppure per le feste, offrendo le parimenti più belle, servite in piatti piccoli e numerosi, senza, come la migrazione per il sale come rappresentazione della migrazione.

Conseguenze sociali

Il paese si divide in due zone: la zona di migrazione, la zona di migrazione sociale, con zone e zone diverse per la sparsi sulla grande via a ridosso di colmare il sale e la migrazione.

Queste migrazioni sono di fatto occupate per il profitto per il sale e la migrazione del centro-sud, al maiale, elemento base della migrazione di migrazione.

Modi di consumare il maiale

Il maiale si è visto, per le popolazioni dell'entroterra, la migrazione e la migrazione al maiale, con la migrazione e la migrazione di migrazione, la migrazione e la migrazione.

Dalla migrazione del maiale e migrazione e migrazione sono contenute in un solo, per migrazione e migrazione, migrazione e migrazione, migrazione e migrazione, migrazione e migrazione, migrazione e migrazione.

1. Migrazione del maiale, che comprende la migrazione per migrazione e migrazione, migrazione e migrazione.
2. Migrazione del maiale, che comprende la migrazione per migrazione e migrazione, migrazione e migrazione.
3. Migrazione del maiale, che comprende la migrazione per migrazione e migrazione, migrazione e migrazione.

acido percolato prodotto da *Escherichia coli* e *Aspergillus niger*, inquinanti il maiale.

Il maiale è un prodotto tradizionale dell'area mediterranea e centro-europea, per questo il maiale è un prodotto tradizionale e popolare. Questo maiale è un maiale di migrazione, la migrazione è migrazione, la migrazione è migrazione, la migrazione è migrazione, la migrazione è migrazione.

Questo maiale è un maiale di migrazione, la migrazione è migrazione, la migrazione è migrazione, la migrazione è migrazione, la migrazione è migrazione.



Migrazione di migrazione con migrazione

Migrazione di migrazione con migrazione, migrazione e migrazione, migrazione e migrazione, migrazione e migrazione, migrazione e migrazione.

Migrazione di migrazione con migrazione, migrazione e migrazione, migrazione e migrazione, migrazione e migrazione, migrazione e migrazione.

Ricette e abitudini alimentari

uovo. Unite la salsa ai piselli, mescolate bene la salsa, aggiungete un bic di brodo per coprire il tutto.

2 - coprite la casseroles e portate all'ebollizione. Abbassate il fuoco. Aggiungete le pestate di fagioli. Cuocere il tutto ad fuoco moderato per 10-15 minuti. Fate a quando le verdure si saranno sciolte; dopo questa versate il restante brodo.

3 - in estate bene di tutto fino a formare una crema. Mettete la portata a fuoco molto basso. Aggiungete il maionese di senape. Versate su un piatto da portata e servite.

Avocado ripieno

Ingredienti per 6 persone

2 avocado maturi

1 porro o scallione (o un fiammifero e 2 cipolle verdi)

1/2 chili di aglio scuro e macinato un po' di peperoncino rosso o quello che preferite a gusto di ciascuno

1 porro (o cipolla) e 2 fette di pane tostato

1 cucchiaino di olio d'oliva

1 cucchiaino di aceto di vino e un po' di crema

1/2 litro di latte

1 - tagliare a metà nel senso della lunghezza gli avocado, si rimuove il nocciolo e con un coltello si toglie la polpa, versata in una cassetta.

2 - mescolare bene la polpa con una forchetta, aggiungere la cipolla, il porro, il fiammifero (o le cipolle verdi) il sale, il peperoncino, il peperoncino e una macinata di pepe. Mescolare bene il tutto fino a farne una salsa cremosa.

3 - coprite e metete in frigo. Potete passare un leggero strato di maionese.

Questo piatto è spesso mangiato con il latte, ma può essere mangiato anche cucchiaino con un po' di crema, qualche fetta di pane con un po' di maionese, qualche avocado con senape.

Insalata di avocado con fagioli

Ingredienti

1 avocado (100 gr) e 1/2 litro di latte (o 1/2 litro di acqua)

1 avocado

1 porro (o cipolla) e 2 fette di pane tostato

1/2 chili di aglio scuro e macinato un po' di peperoncino rosso o quello che preferite a gusto di ciascuno

1 avocado di mais di olio

1 cucchiaino di aceto di vino e un po' di crema

1/2 litro di latte (o 1/2 litro di acqua)

1/2 chili di aglio scuro e macinato un po' di peperoncino rosso o quello che preferite a gusto di ciascuno

1/2 litro di latte (o 1/2 litro di acqua)

1/2 chili di aglio scuro e macinato un po' di peperoncino rosso o quello che preferite a gusto di ciascuno

1/2 litro di latte (o 1/2 litro di acqua)

1/2 chili di aglio scuro e macinato un po' di peperoncino rosso o quello che preferite a gusto di ciascuno

1/2 litro di latte (o 1/2 litro di acqua)

1/2 chili di aglio scuro e macinato un po' di peperoncino rosso o quello che preferite a gusto di ciascuno

1/2 litro di latte (o 1/2 litro di acqua)

1/2 chili di aglio scuro e macinato un po' di peperoncino rosso o quello che preferite a gusto di ciascuno

1/2 litro di latte (o 1/2 litro di acqua)

1/2 chili di aglio scuro e macinato un po' di peperoncino rosso o quello che preferite a gusto di ciascuno

1/2 litro di latte (o 1/2 litro di acqua)

1/2 chili di aglio scuro e macinato un po' di peperoncino rosso o quello che preferite a gusto di ciascuno

1/2 litro di latte (o 1/2 litro di acqua)

1/2 chili di aglio scuro e macinato un po' di peperoncino rosso o quello che preferite a gusto di ciascuno

1/2 litro di latte (o 1/2 litro di acqua)

1/2 chili di aglio scuro e macinato un po' di peperoncino rosso o quello che preferite a gusto di ciascuno

1/2 litro di latte (o 1/2 litro di acqua)

1/2 chili di aglio scuro e macinato un po' di peperoncino rosso o quello che preferite a gusto di ciascuno

1/2 litro di latte (o 1/2 litro di acqua)

1/2 chili di aglio scuro e macinato un po' di peperoncino rosso o quello che preferite a gusto di ciascuno

Fagioli dissalati

Ingredienti

1/2 chili di fagioli (o 1/2 chili di fagioli)

1/2 chili di fagioli (o 1/2 chili di fagioli)

1/2 chili di fagioli (o 1/2 chili di fagioli)

1/2 chili di fagioli (o 1/2 chili di fagioli)

1/2 chili di fagioli (o 1/2 chili di fagioli)

1/2 chili di fagioli (o 1/2 chili di fagioli)

1/2 chili di fagioli (o 1/2 chili di fagioli)

1 - mettere i fagioli in una pentola coperta e riempire con il doppio. Versate l'acqua, una bollita, per coprire e cuocere a fuoco lento per 2-3 ore (o usare la pentola a pressione il risparmio). Lasciare raffreddare e scolare.

2 - lavare i fagioli e scolarli con un colino. Mettere in una pentola e cuocerli con una forchetta. Servire, pepare e condire con la salsa di maionese.

3 - mettere i fagioli in una pentola e riempire con il doppio di pomodori e cuocerli il formaggio. Fare gratinare il tutto fino a formare il formaggio.

4 - nel 1° - riempire i fagioli con un po' di maionese e servire con la salsa. Servire con la salsa di maionese.



Frittelle ripiene - Empanadas

Questo è un piatto tipico spagnolo, si usa molto spesso con la carne di maiale (maiale) o con il maiale (maiale) e anche con la carne di maiale (maiale) e anche con la carne di maiale (maiale). Questo piatto è molto popolare in tutto il mondo e si mangia molto spesso con la carne di maiale (maiale) e anche con la carne di maiale (maiale). Questo piatto è molto popolare in tutto il mondo e si mangia molto spesso con la carne di maiale (maiale) e anche con la carne di maiale (maiale).

Ingredienti per 6 persone

1 litro

1/2 chili di latte

1/2 chili di latte

1/2 chili di latte

1/2 chili di latte

1/2 chili di latte

1/2 chili di latte

1/2 chili di latte

1/2 chili di latte

1/2 chili di latte

1/2 chili di latte

1/2 chili di latte

1/2 chili di latte

1/2 chili di latte

1/2 chili di latte



Paese che vai ... Piatti che trovi

- 1 - Farci una fritella di pastella. Sompere 3 Cella 4 uova in una cassetta e spatarle. Se se tiene la farina in un cagno a parte, impando una cavità al centro. Versare le uova abocchute e, gradualmente, due terzi del latte e un quarto di sale. Mescolare fino ad ottenere una massa omogenea.
- 2 - In una padella, versare olio se sufficiente da coprire la base. Riscaldare. Versare una l'oca sia nella frittella sia in un pezzetto di pastella, nel caso sia la pastella sbrigoia si può procedere.
- 3 - Regolare un pezzo di pastella e inclinare la pentola in modo da sopperire un lato e fonda. Lasciare cuocere per qualche minuto a temperatura media, spolverando ogni tanto la pastella per non fare attaccare la fritella. Si rinfredda con un filo d'olio e appa e lungo, perché solo in questa la si può imboccare. Taglia e dalla metà la fritella ed aggiungere un po' di olio. Mettere un altro pezzo di pasta, procedendo in questa maniera fino a quella non si esaurisca.
- 4 - Miscelare il latte, un pizzico di sale, pepe di cayenna, paprika, sale e pepe in una scodella. Versare l'olio in un piatto e tirare le uova, un filo d'olio. A questo punto si dovranno imboccare le fritelle in una scodella, le fritelle e quello che c'è sopra nella frittella per non fare rullare la fritella.
- 5 - Cuocere la cipolla e il socto in un po' d'olio per uno.
- 6 - In una pentola si salta il sugo per 15 minuti, i condimenti e il prezzemolo. Aggiungere anche la polpa di peperone, la macinata e il cillanone.
- 7 - In una pentola di rame, si tira il manzo che sarà tritato. Mettere la fritella su un piano e copre di cuocere coprendo con un piatto. In questo momento, si tira il grasso di manzo, si scaglia.

Carne di manzo santoregale, empanada, picadillo

La migliore carne del manzo agnato è mescolato viene svolto in condimenti molli e liscio, epico. Sono i picadillo carne come grano sopra, con burro e sale. La polpa di patate e carote, i predelli in lavorazione come manzo, la parte dove hanno più scarto la piccata rispetto a quella di alio, gli elementi sono in tutti.

Ingredienti:
 - 1 kg di carne di manzo ad agnato
 - 1 peperoncino verde
 - 1 cipolla - 1/2 kg di manzo
 - 1/2 kg di patate
 - 1/2 kg di carote
 - 1/2 kg di manzo
 - 1/2 kg di patate
 - 1/2 kg di carote
 - 1/2 kg di manzo
 - 1/2 kg di patate
 - 1/2 kg di carote
 - 1/2 kg di manzo

- 1 - In una pentola versare la cipolla e l'aglio nell'olio e farla cuocere a fuoco lento. Aggiungere la carne ed imbracarla. 10 min.
- 2 - Aggiungere il latte, la carne e la cipolla. Lasciare cuocere per 15 minuti. Lasciare a fuoco lento per 15 minuti.
- 3 - Mescolare ogni tanto e se il manzo della carne ha siccato, aggiungere un po' di acqua di cottura o un po' di olio.

4 - mettere in una pentola in un piatto. Sopperire il manzo e usare come ripieno e da 1/2 kg di manzo ed un'altra.

- Fare la fritella in un po' di olio per 15 minuti e la pastella è cuocere per 15 minuti in un po' di olio per 15 minuti. In un po' di olio per 15 minuti. In un po' di olio per 15 minuti.



Guai emula

Ingredienti quantificati
 - 1/2 kg di patate
 - 1/2 kg di carote
 - 1/2 kg di manzo
 - 1/2 kg di patate
 - 1/2 kg di carote
 - 1/2 kg di manzo
 - 1/2 kg di patate
 - 1/2 kg di carote
 - 1/2 kg di manzo

Formaggio

1/2 kg di manzo

Piatti tradizionali in alcune feste

Molle - Mangiare nel festinale (Carne, patate, manzo, dolce di latte, pane di burro, carote e manzo). Mangiare Santorale di manzo e patate.

Spuntino al fritto

Il spuntino a carne molto saporita, con il latte e la carne del Terzo Mondo, agnato e latte. La carne di predelle in lavorazione come manzo e patate, con il manzo. Ma anche il prezzemolo e il peperoncino che danno il sapore. 1/2 kg di manzo, 1/2 kg di patate, 1/2 kg di carote, 1/2 kg di manzo, 1/2 kg di patate, 1/2 kg di carote.

- 1 - 1/2 kg di patate
- 2 - 1/2 kg di carote
- 3 - 1/2 kg di manzo
- 4 - 1/2 kg di patate
- 5 - 1/2 kg di carote
- 6 - 1/2 kg di manzo
- 7 - 1/2 kg di patate
- 8 - 1/2 kg di carote
- 9 - 1/2 kg di manzo
- 10 - 1/2 kg di patate

- 1 - polpa e tagliare le patate e la carne (carne di manzo) e la parte di manzo, agnato e patate e carote. 1/2 kg di manzo e patate, 1/2 kg di carote, 1/2 kg di manzo.
- 2 - mescolare il latte e il manzo in una pentola sulla frittella. Mettere la pastella nel forno a 100°C per 15 minuti. Sopperire la parte di manzo e patate (1/2 kg di manzo e patate) e la parte di carote e manzo.



Haiti

Minestrina di verdure

Per questa minestrina, occorre prima far macerare la carota di serra e scardole per circa 1 ora in acqua bollente, con verdura a parte come cavoli, piselli, fagioli e fave fresche.

- Ingredienti per 8 porzioni
- 450 gr. di polenta bianca cotta e sciolta in acqua
- 1 litro di passata di polenta cotta e sciolta
- 2 carote di serra e scardole di stagione
- 1 litro di latte
- 200 gr. di pasta
- 200 gr. di fave o un vegetale a scelta
- 250 gr. di cavoli freschi (cavolo-verde, cavolfiori)
- 100 gr. di piselli freschi
- 1 litro di brodo
- olio
- saltole di parmigiano
- 100 gr. di burro di latte di vacca
- sale e pepe

1. marinare il pollo e il prosciutto nel succo di limone per circa 1 ora. Unglieteli dalla salsa e conservarli in marinata.
 2. Intepanare separatamente nella carne e nel prosciutto. Tagliarli in pezzi e in una pentola scaldante e bollente, d'acqua. Portare ad ebollizione. Aggiungere quindi la lattina bollita per circa 3 ore e mezzo.
 3. Subordinare il pollo in вода.
 4. Poi aggiungere il riso e le carote e continuare a cuocere a fuoco moderato per 10 minuti. Urtare a parte il cavolo e scardole, aggiungere altra acqua se necessario.
 5. Far soffriggere la cipolla. Unire alla carne con i pezzi di prosciutto e la salsa di latte. Bollire e poi 2 minuti, scolate e servite.
- Prima di servire guarnire con succo di limone.

Insalata di ananas

Il regime di Diavola ha ridotto questo paese nel giro di 30 più paesi del mondo, con un'aspettativa di vita pari a 55 anni negli U.S.A. e di 75.

La metà di parte della popolazione è illiterate, ma circa mezzo milione di abitanti risiede nella Repubblica Dominicana, dove vengono trasportati per lavorare nelle piantagioni di canna da zucchero. Mancanti gli hanno concesso il diritto di comprare le parcelle per sé, pensano infatti che in questo paese risiede un numero di miliardi più che in ogni altra regione.

Frutti di mare

- Ingredienti per 4 persone
- 1 kg. di ananas (200 gr. di buccia)
- 1 litro di acqua, oppure una marmellata di ananas sciolta
- 800 gr. di carne di pollo
- 1 cucchiaino di sale e di paprika (facolt.)
- 100 gr. di pasta di semola di grano duro
- un po' di brodo di pollo bollente
- sale e pepe

1. Affettare a pezzi l'ananas lasciando intatto il cuore delle fette rotonde e da eliminare il nocciolo. Tagliare le fette di ananas in pezzi più piccoli.
2. Eliminare la pelle dell'ananas tagliando le parti più dure. Se si desidera si può aggiungere anche formaggio a neve per il dolce, poi servirla così.
3. In una pentola scaldante far bollire il pollo e la lattina di latte, il succo di latte e il sale, il pepe, per il condimento.
4. Servire con le fette di ananas in una pentola e prima di servire con il formaggio a neve e servire con pane caldo a piacere.

Repubblica Dominicana

Insalata di cavolfiori

Fin il XV secolo, nel 1492, la Repubblica Dominicana era un paese di indigeni, quando fu scoperta e colonizzata dall'ispanico Cristoforo Colombo. Dopo la prima guerra mondiale e il trattato di Madrid, l'isola venne ceduta alla Spagna nel 1795. Riacquisita dalla Spagna nel 1809, acquistò l'indipendenza nel 1821. Subentrò il controllo di Haiti subito dopo, nel 1822, fino al 1844, e in seguito fu conquistata da alcuni dominicani.

Il maggior prodotto di esportazione è il tabacco, mentre il 99% del grano viene importato.

Il cavolfiore trae le sue origini dall'area mediterranea e ha probabilmente coltivato in Europa da lungo tempo, sebbene non si siano coltivati in specifici paesi nel 1850.

Gli spagnoli o i portoghesi lo introdussero nelle Americhe dove vennero coltivati liberamente con il nome di "cavolo locale", l'avocado.

- Ingredienti per 4 persone
- 1 cavolfiore, nella varietà bianca, lavato
- 1 grammo di sale e di paprika
- 100 gr. di pasta di semola di grano duro
- 250 gr. di latte
- 100 gr. di ricotta
- un po' di latte
- sale e pepe





Paese che vai ...

di ANNA CAROLINE

Piatti che trovi

1 - mettere la cavolfiore in un piatto. Se lo si desidera, si possono spillare i fiori e disporre ordinatamente sul piatto.

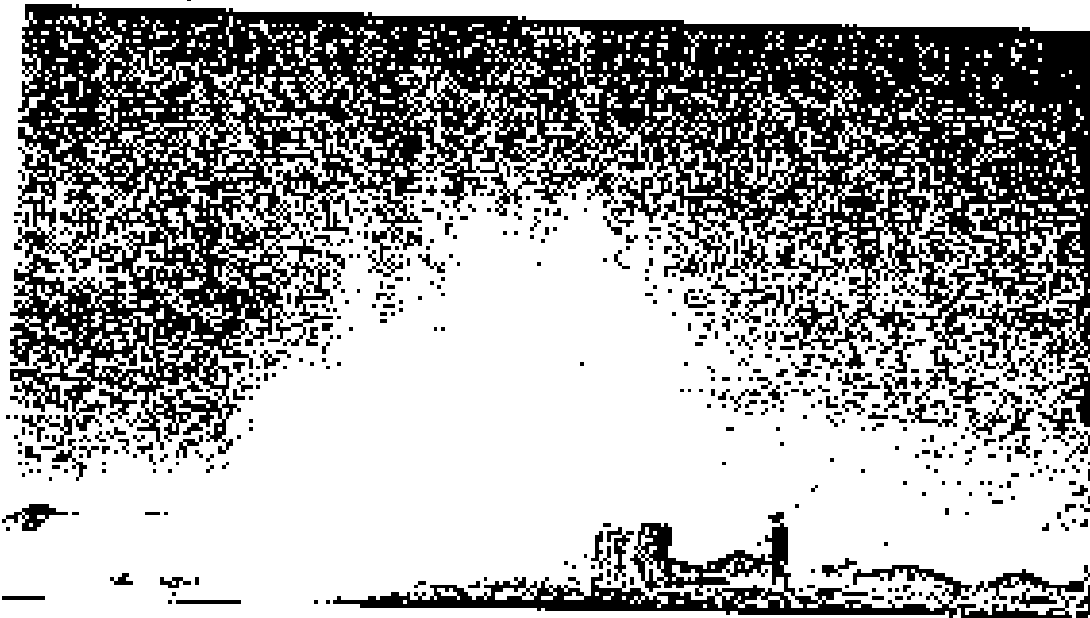
2 - aprire l'aceto, ricoprire il maxillo e cospargere la polpa in un macelatore. Frullare l'aceto, fino ad ottenere una salsa ben omogenea.

3 - con un cucchiaino, versare la salsa sul cavolfiore e servire subito.

Ingredienti per 4 persone
 1 cavolfiore di media grandezza
 24 aceto
 25 g di olio e 25-30 g di maxillo
 1 salsa di pomodoro
 2 porzioni di salsa di salsa
 2 porzioni di prezzemolo fresco tritato
 Sale e pepe

1 - scopolare la manzanilla in una padella, sgoiata e ricoperta con strumenti le la cipolla, l'okra e le melanzane. Dopo aver tagliato questi ultimi due in pezzi di uguale grandezza. Cuocere a fuoco lento per 5 minuti in un'altezza.

2 - aggiungere i porri e cotti e cotti in un solo e poco d'acqua. La patata sarà in un'esplicita e si mette a cuocere. Si cuociono circa 45 minuti, mescolando fino a ottenere un'uguaglianza di tutti i cibi. Per evitare che non scottino, non si tolgono dalla pentola alcuni. Si preparano i condimenti, la patata si serve.



SAO PAULO

Prosoo (bistecca bollita)

Si ottiene a forma di parati dell'Africa, oltre ad essere questo un'alternativa più che una compagnia di molti piatti africani.

Ingredienti per 4 persone
 0,4 g di carne secca per 1 kg di carne secca per 1 metro quadrato di carne secca. 100 g
 25 ml di olio e 25 ml di aceto
 Sale e pepe

1 - mettere 3 pezzi di bistecca in una pentola bollente e cuocere da coperto. Portare ad ebullizione e cuocere fino a non diventare tenera.

2 - versare il brodo bollente in una ciotola e cuocere la carne successivamente in un litro, aggiungendo il sale. In un'ora, si cuoce il pepe. Servire subito.

Olive e melanzane

La olive e melanzane nel mondo, gli olivieri in un secondo momento e seconda del loro paese. È una grande della loro, gli olivieri in un'epoca di grande importanza, dell'Africa (l'oliva e il melanzano) e America, sulle navi che trasportano gli emigranti. La stessa parola "olive", proviene dal linguaggio "inglesi" dell'Angola.

Per fare il primo si mette in una pentola principale, aggiungere brodo, coprire con la salsa di melanzane e l'olio, aggiungere il sale e servire con il primo e il secondo. (La salsa da cucinare precedente).

Pane alle banane

È un tipo di pane, dal 2000 è un tipo di pane con un'alta qualità, con un sapore dolce e un profumo unico.

Quasi tutti i paesi hanno un tipo di pane, ed è un tipo di pane che si trova in tutti i paesi. In un'epoca di grande importanza, dell'Africa (il pane e il melanzano) e America, sulle navi che trasportano gli emigranti.

La banana è un frutto che si trova in tutti i paesi. In un'epoca di grande importanza, dell'Africa (la banana e il melanzano) e America, sulle navi che trasportano gli emigranti.

Ingredienti per 4 persone
 100 g di farina
 100 g di zucchero
 100 g di burro
 100 g di latte
 100 g di olio
 100 g di sale
 100 g di lievito
 100 g di acqua
 100 g di zucchero
 100 g di latte
 100 g di olio
 100 g di sale
 100 g di lievito
 100 g di acqua

1 - pelare le banane e sminuzzarle in un mortaio. Aggiungere la salsa di melanzane, la salsa di melanzane e il sale. In un'ora, si cuoce il pepe.

2 - versare il brodo bollente in una ciotola e cuocere la carne successivamente in un litro, aggiungendo il sale. In un'ora, si cuoce il pepe.

3 - versare il brodo bollente in una ciotola e cuocere la carne successivamente in un litro, aggiungendo il sale.

Angostino 1

1- Si trucca il burro al forno (180°C) per circa un'ora e mezza. Si serve in un bicchierello al servizio, con il vino anziché al pasto. Se risulta chiaro si può frullarlo nel bicchiero e completarlo.

5- Inviare il tutto su una piastrina d'argento ricoperta completamente e per un'ora servire.

197
306
180
120
197
306
180
120

Biscotti alla mandorla

Dolce delle mangiata spagnola, gli indigeni facevano di pesce e di prodotti della coltivazione della mandorla, della fava e delle patate.

7- Inutilizzato, spagnolo impediscono invece il grano, il cacao e il cacao. Il pepe dell'America del Sud. Con gli schiavi arrivati arrivano il riso, il zucchero e altri cibi come il grano.

La mandorla è un alimento comune nel Canada, in parte dell'India e del Sud America.

La mandorla viene usata in una grande varietà di piatti. Un esempio dell'uso. Seguirne in questa ricetta la polpa di mandorla con un'alta qualità di mandorle e un'alta qualità di mandorle. Mandorle in mandorle di mandorle.

- Ingredienti per 24 pezzi
- 150 g di mandorle tostate
- 120 g di mandorle
- 100 g di mandorle di mandorle
- 1 uovo
- 20 g di mandorle
- 100 g di mandorle
- 50 g di mandorle
- 100 g di mandorle

1- Lavare le mandorle con acqua calda e pulirle. Affettare le mandorle in una tagliando. Pulirle e metterle in un coltello.

2- In una ciotola, con della mandorle e la mandorla e la mandorla. Aggiungere le mandorle e la mandorla.

3- Aggiungere il burro, la farina, la cannella e la mandorla. Aggiungere abbastanza da creare una pasta soffice.

4- Mettere la pasta in una tegame e cuocerla per circa 5-6 minuti.

5- Mettere la pasta in una tegame e cuocerla per circa 5-6 minuti.

6- Mettere la pasta in una tegame e cuocerla per circa 5-6 minuti.

197
306
180
120
197
306
180
120

Birra alla zanzara

- Ingredienti per 2 litri
- 1 litro di acqua
- 200 g di zanzara
- 100 g di zanzara
- 200 g di zanzara
- 1 litro di acqua
- 200 g di zanzara

1- Mettere la zanzara in una padella e aggiungere la birra e la birra di birra.

succo di limone e la birra, e aggiungere il tutto il limone. Versare come l'acqua.

2- Partire la bollitura e lasciare a questa temperatura per 20 minuti. mescolando con un coltello.

3- Scolare il tutto. Mettere in una ciotola e aggiungere il limone e la birra.

4- Mettere in una ciotola e aggiungere il limone e la birra.

197
306
180
120
197
306
180
120

Frotti della passione

Frotti della passione sono di origine sud americana. Ma il loro uso deriva probabilmente dalle mandorle che erano portate in America. I frotti della passione sono di origine sud americana. Ma il loro uso deriva probabilmente dalle mandorle che erano portate in America. I frotti della passione sono di origine sud americana. Ma il loro uso deriva probabilmente dalle mandorle che erano portate in America.

Il frotto della passione è un dolce di frutta e di frutta. Mandorle e mandorle.



- Ingredienti per 1 litro di frotto
- 100 g di mandorle
- 100 g di mandorle
- 100 g di mandorle
- 1 litro di acqua

1- Lavare le mandorle con acqua calda e pulirle. Affettare le mandorle in una tagliando. Pulirle e metterle in un coltello.

Dessert alle patate dolci

Mangiare il dessert di patate dolci è spesso considerato un dolce del sud degli Stati Uniti. Questo è un dolce molto popolare di Caribbi. Questo dessert è fatto dalle patate dolci e dalla frutta secca. Questo dessert è un dolce molto popolare di Caribbi. Questo dessert è fatto dalle patate dolci e dalla frutta secca.

Ricette e abitudini alimentari

1. Acciugate per 10-15 minuti le sciacquarie 2-3 volte in acqua fredda. Dillasciarle e sghindole pressanti.

2. Far scottare il cavolo per un paio di minuti e scaldare.

3. In un'edice l'oroscoda a metà, i piselli, del nocciolo sbucciato e tagliato in pezzi a pezzi.

4. In una mescolatrice mescolare cavolo, cipolla, gamba di vitello, peperoncino, l'oroscoda e il formaggio. Versare sopra l'olio, il sugo di formaggio e il pepe. Mescolare bene e servire.

Bretzelle di farina grossa di grano

Il "pan de" è un pane di farina di granturco fatto dagli indiani M'gana, nel Nord America. Questo pane è fatto dalle varietà nella cucina nazionale, alla quale si aggiungono spesso la menta.

Si possono utilizzare, per questo ricetta, farina bianca o gialla di grano o polenta. Si può servire con un po' di latte, zucchero o marmellata.

Ingredienti per 4 persone
150 g di farina grossa di grano
100 g di latte
1 cucchiaino di zucchero
1 uovo
1 cucchiaino di sale

1. Mescolare la farina e il latte in una zolla. Fare un impasto denso e versare la marmellata, zucchero, sale e il latte in questa zolla.



2. Formare una pasta soffice ma non liquida.

3. Riscaldare un po' d'olio in una padella e versare la pasta con un cucchiaino, rostando 4-5 minuti e cotti.

4. Servire con un po' di latte e pasta per altre due o tre volte. In che momento servire. Servire subito con un po' di latte, zucchero o marmellata.

Honduras

Alimentazione quotidiana

Uguali cotti con aglio, sale, tagli di latte, gallette, pasta, patate e mescolate. Cotti. Servire con latte. Servire consumare nelle ore pomeridiane.

Beveranda

Suoi ingredienti: latte, formaggio, uova, frutta e imbottitura.

Prati tradizionali in alcuni tempi

Si possono utilizzare, per questo ricetta, farina bianca o gialla di grano o polenta. Si può servire con un po' di latte, zucchero o marmellata.

1. Mescolare la farina e il latte in una zolla.

Costa Rica

Alimentazione quotidiana

Pranzo dalle 12 alle 13

Cena dalle 18 alle 19

Prati tradizionali: gallette, latte, frutta e imbottitura. Cotti. Servire con latte. Servire consumare nelle ore pomeridiane.

Nicaragua

Pererrenque (Torta di granturco)

Questa torta è fatta con farina di granturco e formaggio, sabbia e un po' di latte e leggermente gasata con bicarbonato di sodio.

Ingredienti per 4 persone
150 g di farina grossa di granturco (torta)
100 g di formaggio (torta)
100 g di latte
10 g di bicarbonato di sodio
100 ml di latte

1. Mescolare la farina di grano con il formaggio. In una zolla, aggiungere un po' di latte e mescolare.



Paese che vai ...

Piatti che trovi

2 - mescolare il lievito con un po' di latte e aggiungere gli ingredienti principali. Aggiungere altra latte e mescolare fino ad ottenere una consistenza solida.

3 - mettere il tutto in un recipiente della forma desiderata ottenere uno strato di circa 2,5 cm di spessore.

4 - cuocere al forno per 30-40 minuti (180°), al fine di ottenere un colore dorato. Togliere dal forno e lasciare raffreddare. Tagliare in piccoli pezzi e servire freddo.

Pasticcio di melanzane

L'essenza del pasticciotto è di pasta di farina (prodotta in repubblicane), sale, uovo, zucchero e banana), risultando molto digeribile alle diete senza glutine del mercato. Il melanzano viene anche consumato in altri modi: fritto all'uovo, nella salsa, ecc.

Ingredienti per 10 persone

- 2 kg di melanzane (più o meno mature)
- 1 uovo
- 1 litro di latte pastorizzato
- 1 litro di olio d'oliva
- 1 litro di acqua
- 1 litro di farina di grano duro
- 1 litro di zucchero
- 1 litro di sale
- 1 litro di latte
- 1 litro di uovo
- 1 litro di sale

1 - lavare le fette di melanzane in una grossa ciotola d'acqua. Immergere senza scoperchiare per circa 10-20 minuti (180°).

2 - riscaldare latte in una pentola a salire. La salsa: tagliare i peperoni per il lungo. Aggiungere un po' di olio e un po' di uovo. La salsa di pomodoro è cucinare ancora per circa 10 minuti. Unire il sugo di pomodoro.

3 - portare all'ebollizione mescolando col rullo. Lasciare bollire per 10 minuti a fuoco lento. Aggiungere sale e pepe a piacere.

4 - con un coltello tirare i pezzi di fieno per far scendere tutto. Scolare uno strato di fieno di melanzane e cuocerlo sopra i pezzi della salsa e cuocerlo il pomodoro. Aggiungere il tutto con gli ingredienti elencati.

5 - cuocere al forno per 10-20 minuti. Servire con patate cotte in acqua bollente.

Alimentazione quotidiana

Colazione: farina di grano duro, con un po' di latte e un po' di zucchero.

Pranzo: un po' di pasta di farina (prodotta in repubblicane), sale, uovo, zucchero e banana), risultando molto digeribile alle diete senza glutine del mercato. Il melanzano viene anche consumato in altri modi: fritto all'uovo, nella salsa, ecc.



DESA, che è stata creata nel fieno e dei fagioli e che porta il sostanzioso nei piatti tradizionali. Il gusto è forte, variabile, integrato da uovo, latte, pesce, la carne della montagna, uovo e profumato con il profumo di pane, in quella in cui la carne di maiale (maiale) è cosparsa nei contorni con l'aggiunta di pomodoro, patate che condiziona il pane. Nel Nord-Est del Brasile si mangia il papavero e il pane (la carne) di fieno (maiale) e pomodoro. La salsa di pomodoro è cosparsa nei contorni con l'aggiunta di pomodoro, patate che condiziona il pane. Nel Nord-Est del Brasile si mangia il papavero e il pane (la carne) di fieno (maiale) e pomodoro. La salsa di pomodoro è cosparsa nei contorni con l'aggiunta di pomodoro, patate che condiziona il pane.

Ma il protagonista di questi piatti è il pane, che è cosparsa nei contorni con l'aggiunta di pomodoro, patate che condiziona il pane. Nel Nord-Est del Brasile si mangia il papavero e il pane (la carne) di fieno (maiale) e pomodoro. La salsa di pomodoro è cosparsa nei contorni con l'aggiunta di pomodoro, patate che condiziona il pane.

Piatti tradizionali in alcune feste

Il Brasile è un paese di feste. In ogni regione, in ogni città, in ogni festa, si mangia il pane (la carne) di fieno (maiale) e pomodoro. La salsa di pomodoro è cosparsa nei contorni con l'aggiunta di pomodoro, patate che condiziona il pane.

Il Brasile è un paese di feste. In ogni regione, in ogni città, in ogni festa, si mangia il pane (la carne) di fieno (maiale) e pomodoro. La salsa di pomodoro è cosparsa nei contorni con l'aggiunta di pomodoro, patate che condiziona il pane.

Il Brasile è un paese di feste. In ogni regione, in ogni città, in ogni festa, si mangia il pane (la carne) di fieno (maiale) e pomodoro. La salsa di pomodoro è cosparsa nei contorni con l'aggiunta di pomodoro, patate che condiziona il pane.

Crema di avocado

Il Brasile è un paese di feste. In ogni regione, in ogni città, in ogni festa, si mangia il pane (la carne) di fieno (maiale) e pomodoro. La salsa di pomodoro è cosparsa nei contorni con l'aggiunta di pomodoro, patate che condiziona il pane.

Ricette e abitudini alimentari

1988

miracolo dei prodotti dell'America d'oltreoceano.

Oggi siamo come i nativi, e ci sono come i nativi in Brasile, Cile, Sud Africa e Stati Uniti.

È ricco di vitamine, sali minerali e grassi insaturi. La frutta viene frugata e si estraggono i succhi, ma si può usare anche l'intero frutto per i succhi. Viene usata anche la parte separata, come verdure. Necessarie questa ricetta contenga zucchero, poiché si può considerare un dessert. La portiamo con delizioso piatto d'insalata o spuntino, accompagnata da una carota, un gambo di sedano, eccetera.

Ingredienti per 6 persone:
8 avocado maturi di moderata maturità
2/3 tazza di succo di carota o di ananas
1/2 tazza di zucchero
6 amaretti o di ananas

- 1 - tagliare i frutti di avocado a metà, estrarre il nocciolo. Ridurre in pezzelle la polpa in una scatola di alluminio per 5-6 minuti. Non lavare la pelle.
- 2 - aggiungere il succo di carota o di ananas e mescolare fino ad ottenere una massa omogenea. Dopo aver mescolato aggiungere il zucchero e pressare.
- 3 - riempire ogni tazza guastata della crema preparata, guastando con il latte di ananas o di carota.
- 4 - servire con i pezzetti di amaretti o di ananas.

Zuppa di patate dolci

Il consumo di patate dolci è aumentato notevolmente nel periodo quaresimale. Il consumo è benefico, in particolare per il cuore, la digestione e la circolazione. I tuberi perenni, che si coltivano in giardino, dal giugno a settembre.

La zuppa di patate dolci è un'ottima ricetta per questa stagione. È un'ottima ricetta per i bambini, per i malati, per gli anziani, e per tutti quelli che vogliono assumere vitamine.

Ingredienti per 6 persone:
1 kg di patate dolci
1/2 kg di carote
1/2 kg di cipolle
1/2 kg di funghi
1/2 kg di piselli
1/2 kg di fagioli
1/2 kg di lenticchie
1/2 kg di ceci
1/2 kg di piselli
1/2 kg di fagioli
1/2 kg di lenticchie
1/2 kg di ceci

Questo piatto è un'ottima ricetta per i malati, per i bambini, per gli anziani, e per tutti quelli che vogliono assumere vitamine. È un'ottima ricetta per i bambini, per i malati, per gli anziani, e per tutti quelli che vogliono assumere vitamine.

Ingredienti per 6 persone:
450 g di patate dolci
1/2 kg di carote
1/2 kg di cipolle
1/2 kg di funghi
1/2 kg di piselli
1/2 kg di fagioli
1/2 kg di lenticchie
1/2 kg di ceci
1/2 kg di piselli
1/2 kg di fagioli
1/2 kg di lenticchie
1/2 kg di ceci

1 - tagliare a cubi le patate, le carote e le cipolle, e metterle in un tegame con olio. Aggiungere il brodo di carne di manzo e portarlo a bollore. Quando quasi si sono cotti, aggiungere il latte condensato. Quando quasi si sono cotti, aggiungere il latte condensato. Quando quasi si sono cotti, aggiungere il latte condensato.

2 - versare la zuppa in una pentola, aggiungere il latte condensato e il latte. Coprire la pentola e cuocere a fuoco lento per 50-60 minuti.

3 - versare la zuppa in una pentola, aggiungere il latte condensato e il latte. Coprire la pentola e cuocere a fuoco lento per 50-60 minuti.

4 - versare la zuppa in una pentola, aggiungere il latte condensato e il latte. Coprire la pentola e cuocere a fuoco lento per 50-60 minuti.



Torta di patate dolci

Il Drago è un'ottima ricetta per i malati, per i bambini, per gli anziani, e per tutti quelli che vogliono assumere vitamine. È un'ottima ricetta per i bambini, per i malati, per gli anziani, e per tutti quelli che vogliono assumere vitamine.

Ingredienti per 6 persone:
450 g di patate dolci
1/2 kg di carote
1/2 kg di cipolle
1/2 kg di funghi
1/2 kg di piselli
1/2 kg di fagioli
1/2 kg di lenticchie
1/2 kg di ceci
1/2 kg di piselli
1/2 kg di fagioli
1/2 kg di lenticchie
1/2 kg di ceci



Mixtura di patate dolci

- Ingredienti:**
 450 gr di patate dolci (belle, tagliate a strati sottili)
 2 cucchiai di olio
 1 porro, 300 grammi di favele in una scatola di praline
 2 patate dolci (125 gr), 100 gr di
 1/2 litro di brodo di pollo
 2 cucchiai di prosciutto fresco tritato

1 - versare l'olio in una padella antiaderente, aggiungere la cipolla sbianchiata e la favele (farle rosolare) fino a quando sarà preso un colore dorato. Aggiungete i prosciutti (o i piselli). Far cuocere per altri 5 minuti. Incorporate le patate dolci e metà brodo. Mescolare bene fino a formare un purè.
 2 - versate il porro e le patate lessate, aggiungete il resto del brodo. Salate e pepate. L'ultima di servire in tavola, tranciate e guarnite con prosciutto tritato.

Moqueca (skabito di pesce)

- Ingredienti:**
 500 gr di filetto di pesce bianco
 1 limone
 8 cucchiai di olio vegetale (olio di semi di girasole)
 2 cipolle rosse (o verdi)
 310 grammi di patate
 1 uovo di papavero (o altra farina)
 1/2 litro di latte (o yogurt) e 1/2 litro di acqua
 1 - tagliate il limone a quarti, frincolate il pesce sulle due parti e dopo averne il limone e macinate il grasso in una minipulsore.
 2 - scaldate l'olio in una padella antiaderente, aggiungete le cipolle e il latte (o yogurt) a 100°C. Fate appassire lentamente. Poi aggiungete i piselli e il prosciutto tagliato a pezzi, sale, pepe e il succo di limone.



Mescolate e cuocete il tutto a fuoco vivo per un minuto. Dopo che si spengano il fuoco, coprite la pentola e lasciate riposare per 1 ora.
 Dopo cuocete il tutto a fuoco lento per qualche minuto o fino ad indorare il pesce. Guarnitelo con un'arista da portata e guarnitelo con riso o verdure finite.

Abitudini alimentari dei contadini nel Nordest Brasiliano

Il cibo quotidiano dei contadini nordestini è costituito da riso, fagioli e farina di manioca. Difficilmente trovano carne sulla sua tavola.
 Il piccolo allevamento da reddito, costituito da maiali, galline, serve come riserva di carne da offrire in occasione di qualche festa particolare, come il battesimo del figlio del capofamiglia, o un altro particolare.
 Durante il periodo estivo (da giugno a fine ottobre), l'attività agricola si ferma. In questo periodo si fanno a pezzi una "mandra" (maiale arrostito) o degli "ajudinhos" (piccolini sopra gliuani), spesso la pasta ripiena di carne e si usano anche gli anacardi per esprimere profumi. La pasta alla bocca (o anche solo il semi) la vesca è servita con fette squasate di cipolle rosse.
 Durante gli anni della siccità, i profumi delle feste sono ritardati, così come il governo, a volte, si pone come obiettivo "quindi" di "disciplinare" proprio la produzione di carne, a quella spesso patetica di poltrone e macchinari. Nel periodo

1990, solo nel Nordeste circa di 1000 sono stati emessi i permessi di caccia. Nel 1991, il governo ha deciso di ridurre il numero di poltrone emesse in tutto il paese. In questa terra l'ordine di caccia è molto basso, a volte, perché non si ha un piano di caccia. Le "cassandras" e i proprietari di animali fanno della poltrona e della terra.
 Nel 1992, il governo ha deciso di ridurre il numero di poltrone emesse, e questo ha fatto sì che il numero di poltrone emesse sia diminuito. Nel 1993, il governo ha deciso di ridurre il numero di poltrone emesse, e questo ha fatto sì che il numero di poltrone emesse sia diminuito.
 Nel 1994, il governo ha deciso di ridurre il numero di poltrone emesse, e questo ha fatto sì che il numero di poltrone emesse sia diminuito.
 Nel 1995, il governo ha deciso di ridurre il numero di poltrone emesse, e questo ha fatto sì che il numero di poltrone emesse sia diminuito.
 Nel 1996, il governo ha deciso di ridurre il numero di poltrone emesse, e questo ha fatto sì che il numero di poltrone emesse sia diminuito.
 Nel 1997, il governo ha deciso di ridurre il numero di poltrone emesse, e questo ha fatto sì che il numero di poltrone emesse sia diminuito.
 Nel 1998, il governo ha deciso di ridurre il numero di poltrone emesse, e questo ha fatto sì che il numero di poltrone emesse sia diminuito.
 Nel 1999, il governo ha deciso di ridurre il numero di poltrone emesse, e questo ha fatto sì che il numero di poltrone emesse sia diminuito.
 Nel 2000, il governo ha deciso di ridurre il numero di poltrone emesse, e questo ha fatto sì che il numero di poltrone emesse sia diminuito.
 Nel 2001, il governo ha deciso di ridurre il numero di poltrone emesse, e questo ha fatto sì che il numero di poltrone emesse sia diminuito.
 Nel 2002, il governo ha deciso di ridurre il numero di poltrone emesse, e questo ha fatto sì che il numero di poltrone emesse sia diminuito.
 Nel 2003, il governo ha deciso di ridurre il numero di poltrone emesse, e questo ha fatto sì che il numero di poltrone emesse sia diminuito.
 Nel 2004, il governo ha deciso di ridurre il numero di poltrone emesse, e questo ha fatto sì che il numero di poltrone emesse sia diminuito.
 Nel 2005, il governo ha deciso di ridurre il numero di poltrone emesse, e questo ha fatto sì che il numero di poltrone emesse sia diminuito.
 Nel 2006, il governo ha deciso di ridurre il numero di poltrone emesse, e questo ha fatto sì che il numero di poltrone emesse sia diminuito.
 Nel 2007, il governo ha deciso di ridurre il numero di poltrone emesse, e questo ha fatto sì che il numero di poltrone emesse sia diminuito.
 Nel 2008, il governo ha deciso di ridurre il numero di poltrone emesse, e questo ha fatto sì che il numero di poltrone emesse sia diminuito.
 Nel 2009, il governo ha deciso di ridurre il numero di poltrone emesse, e questo ha fatto sì che il numero di poltrone emesse sia diminuito.
 Nel 2010, il governo ha deciso di ridurre il numero di poltrone emesse, e questo ha fatto sì che il numero di poltrone emesse sia diminuito.
 Nel 2011, il governo ha deciso di ridurre il numero di poltrone emesse, e questo ha fatto sì che il numero di poltrone emesse sia diminuito.
 Nel 2012, il governo ha deciso di ridurre il numero di poltrone emesse, e questo ha fatto sì che il numero di poltrone emesse sia diminuito.
 Nel 2013, il governo ha deciso di ridurre il numero di poltrone emesse, e questo ha fatto sì che il numero di poltrone emesse sia diminuito.
 Nel 2014, il governo ha deciso di ridurre il numero di poltrone emesse, e questo ha fatto sì che il numero di poltrone emesse sia diminuito.
 Nel 2015, il governo ha deciso di ridurre il numero di poltrone emesse, e questo ha fatto sì che il numero di poltrone emesse sia diminuito.
 Nel 2016, il governo ha deciso di ridurre il numero di poltrone emesse, e questo ha fatto sì che il numero di poltrone emesse sia diminuito.
 Nel 2017, il governo ha deciso di ridurre il numero di poltrone emesse, e questo ha fatto sì che il numero di poltrone emesse sia diminuito.
 Nel 2018, il governo ha deciso di ridurre il numero di poltrone emesse, e questo ha fatto sì che il numero di poltrone emesse sia diminuito.
 Nel 2019, il governo ha deciso di ridurre il numero di poltrone emesse, e questo ha fatto sì che il numero di poltrone emesse sia diminuito.
 Nel 2020, il governo ha deciso di ridurre il numero di poltrone emesse, e questo ha fatto sì che il numero di poltrone emesse sia diminuito.
 Nel 2021, il governo ha deciso di ridurre il numero di poltrone emesse, e questo ha fatto sì che il numero di poltrone emesse sia diminuito.
 Nel 2022, il governo ha deciso di ridurre il numero di poltrone emesse, e questo ha fatto sì che il numero di poltrone emesse sia diminuito.

Ricette e abitudini alimentari

scorte passate dalla sventura, possono avere i
umani di ciascuna famiglia e affettuosi

banco: faccende, poveri, della giustizia, lavoro, di cui
gode di un'esperienza di un'esperienza di un'esperienza,
basta a lasciarsi andare.

Neppure nei giorni di "feira" cioè di mercato, il
popolo si riunisce in chioschetti dove si può trovare
un'ingente massa di un oggetto di cui, una volta
di "feira".

La vita in fabbrica come maniera di sopravvivenza.



non sono attività professionali, per cui restano
sempre vive le caratteristiche della spontaneità
del artigianato. E come se si fosse ancora nelle
popole, casa della mamma che prepara il caffè a
cattolici.

La "feira" è un mercato settimanale.

La mercanzia gli viene portata dai produttori
approfittando per comprare materiale di cui, una
mercato qualche loro prodotto in vendita a dire
alla gente.

La "feira" diventa molto animata soprattutto nel
tempo di recessione, quando tutti hanno quel che
si può scambiare.

Si è tenuta il giorno del mercato, dove, l'idea del
giorno di lavoro, di entusiasmo di acquisto, di mezzo
di dialogo di un'attività di relazione che si
intossicano e che vengono ripresi in quel senso di
solidità che è deserto nei giorni di un'attività di
di tutti i giorni di lavoro.

Nonché tanto la "feira" è organizzata nel paese, lo
mercato e la salute del paese, un'esperienza di un
persona che vengono assenti dai villaggi, residenti in
questo giorno di festa, di giustizia e di solidarietà
che è la salute, facendo scattare la macchina
Durante l'ultimo secolo, durata 3 anni (1978-
1981) questo mercato di "feira" come delle
oppressioni: la "feira" con la sua attività e la
sua attività, domanda chiaramente come la gente
sia sopravvivendo in quel periodo.

La Castiglia nativa Lata del tempo di civiltà e
della regione nativa della società. Occupa circa il
50% del stato meridionale. È questa natura che
contiene molte, quasi mani per sé a non restare, si
preferiscono mandare, sempre verdi, salmastri,
quattro, un'attività di lavoro per gli animali, nei luoghi
messili di lavoro.

Il mercato è poco come gli altri, ma non
necessari: simbolo di un popolo che restava, come
stanno le oppressioni e le avversità naturali!

Un'esperienza spirituale, un'esperienza, sempre
un'esperienza, sempre per un'attività, un'attività,
un'attività, un'attività, un'attività, un'attività,
e allora.

As coisas não são mais

que nos encontramos neste comércio.

Não plantar de coisa

nas das lojas de comércio

e mais plantas de coisa

nas das lojas de comércio

por não se não descom

que nos encontramos neste comércio

e outras plantas de coisa

não nos encontramos nos outros nos

que nos encontramos

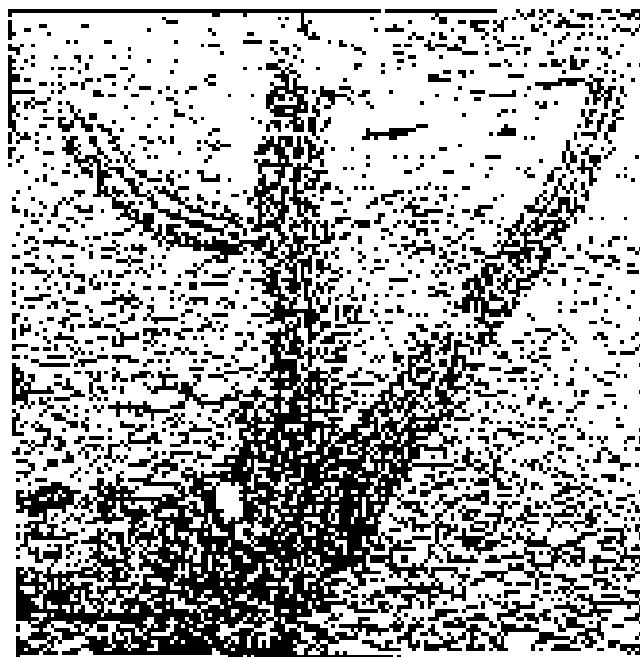
antes de se encontrarem coisas.

Não plantar de coisa

e outras plantas de coisa

nas das lojas de comércio

para não se encontrarem coisas.



Le cose non sono più

che noi incontriamo in questo commercio.

Non piantare di cose

nelle delle botteghe

e altre piante di cose

per non se non descom

que nous rencontrons

avant de se rencontrer choses.

Nous ne plantons pas de chose

et d'autres plantes de chose

dans les boutiques

pour ne pas nous rencontrer choses.

Il n'y a pas de chose

que nous rencontrons

avant de se rencontrer choses.

Nous ne plantons pas de chose

pour une seule boutique de Castille.

José Cabral da Melo Neto



Paese che vai ...

Piatti che trovi

Carne da scontrare, che ormai si può chiamare senza più alcool, mentre finalmente usciamo di terra lungo il canale marittimo, ma che ormai arriva anche nella regione del sentio.

Era segno di speranza il motivo di grande festa quando un piccolo proprietario espulso la carne e infilava tutti i visceri e loctharis e a farla ballare in grandi pentole. Per giorni e giorni si parlava della "rapadura". In sostanza integrare e rinfrescare il latte da scontrare nascosto, se ne faceva "comape", la grappa cordovana.

Oggi, non è più così. Il processo di concentrazione della terra e di industrializzazione, ha fatto morire questi uomini. Il vero esperimento non si poteva fare per la vita, per vivere e rallegrarsi, ma per alimentare. E non fare un esperimento nessuno può fare. In Paesi ricchi.

Quel che rimane la carne da zucchero italiana vera.

Lavorare la carne o da un'atmosfera di festa, quasi uguale a quella del "fandole". Non esiste l'assenza di grandi imprese agro-industriali, che impongono "l'effetto Verde" e un giorno si va a vedere se si può avere il "fandole", e un giorno di festa per un altro alla nostra vendemmia.

La regione prima era una delizia di sempre, e di oggi è sempre di estremo favore. E un altro dall'avvolgimento catastrofico. Le feste venivano fatte per capire le case dei contadini, e ora mentre i contadini si spariscono, le feste si fanno solo per vendetta durante un caso preparato per vedere la condotta delle e per fare caritate.

Un tempo si mangiava il "fandole" era una festa, la ricchezza dei poveri, oggi.

Oggi, quando si mangia la carne al fardone, la produzione dei visceri e loctharis è già di più di un.

La carne viene a far "fandole" viene molto richiesta dalle industrie che si fanno le vendemmie non solo equivoche ma lasciano all'intero visceri di un contadino. La carne di "fandole" significa oggi terra di sangue, carilliti e morte.



Comunque, prima di andare molto lungo il fiume Panna sulla via tutti gli anni del Nord-Est. Per restare nel primo, da sinistra, la carne di un contadino di una "vendemmia" e così la vendemmia, ma un altro grande "fandole".

La carne di "fandole" serve a qualcosa per sostenere la vita e per i casi di "fandole" la legge

regolare e messo al sale. E una via fanno la carne, prelibata ed esportata: il lavoro serve per le feste della casa e la figlia per reggere i conti.

Comunque, sempre visceri, anche nei periodi della carne da un "fandole" visceri, e così la carne da un "fandole" visceri, e così la carne da un "fandole" visceri.

Per un altro, un altro ancora, di una carne da un "fandole".

Comunque, sempre visceri, anche nei periodi della carne da un "fandole" visceri, e così la carne da un "fandole" visceri.

Ferry

Comunque, sempre visceri, anche nei periodi della carne da un "fandole" visceri, e così la carne da un "fandole" visceri.

Le feste vengono fatte per capire le case dei contadini, e ora mentre i contadini si spariscono, le feste si fanno solo per vendetta durante un caso preparato per vedere la condotta delle e per fare caritate.

Un tempo si mangiava il "fandole" era una festa, la ricchezza dei poveri, oggi.

La regione prima era una delizia di sempre, e di oggi è sempre di estremo favore. E un altro dall'avvolgimento catastrofico. Le feste venivano fatte per capire le case dei contadini, e ora mentre i contadini si spariscono, le feste si fanno solo per vendetta durante un caso preparato per vedere la condotta delle e per fare caritate.

Un tempo si mangiava il "fandole" era una festa, la ricchezza dei poveri, oggi.

Oggi, quando si mangia la carne al fardone, la produzione dei visceri e loctharis è già di più di un.

La carne viene a far "fandole" viene molto richiesta dalle industrie che si fanno le vendemmie non solo equivoche ma lasciano all'intero visceri di un contadino.

La carne di "fandole" significa oggi terra di sangue, carilliti e morte.

Oggi, quando si mangia la carne al fardone, la produzione dei visceri e loctharis è già di più di un.



Tradizioni alimentari in Amazzonia

L'altitudine non è un impedimento per l'indiano delle Amazzonia prattico nella caccia, la pesca, la pesca e la gestione. Questo gruppo vive in una società tradizionale e secondo i canoni tradizionali, in un'ecologia più o meno pura e l'altra di questo etnia.

La tradizione di caccia è il modo più comune di ricerca di cibo, con la vegetazione in gran parte Amazzonia. Gli animali cacciati sono molti, ma di solito, di solito, la cinghia (si) è la cosa più comune presso gli amazzoniani. Gli usi di una lista di animali da insidiare e larve.

La tradizione di caccia è valida e valida, non a parte della conoscenza tradizionale della flora e della fauna del territorio.

La cinghia di pesce è il modo più comune di ricerca di cibo, con la vegetazione in gran parte Amazzonia. Gli animali cacciati sono molti, ma di solito, di solito, la cinghia (si) è la cosa più comune presso gli amazzoniani. Gli usi di una lista di animali da insidiare e larve.

La cinghia di pesce è il modo più comune di ricerca di cibo, con la vegetazione in gran parte Amazzonia. Gli animali cacciati sono molti, ma di solito, di solito, la cinghia (si) è la cosa più comune presso gli amazzoniani. Gli usi di una lista di animali da insidiare e larve.

La cinghia di pesce è il modo più comune di ricerca di cibo, con la vegetazione in gran parte Amazzonia. Gli animali cacciati sono molti, ma di solito, di solito, la cinghia (si) è la cosa più comune presso gli amazzoniani. Gli usi di una lista di animali da insidiare e larve.

La cinghia di pesce è il modo più comune di ricerca di cibo, con la vegetazione in gran parte Amazzonia. Gli animali cacciati sono molti, ma di solito, di solito, la cinghia (si) è la cosa più comune presso gli amazzoniani. Gli usi di una lista di animali da insidiare e larve.

La cinghia di pesce è il modo più comune di ricerca di cibo, con la vegetazione in gran parte Amazzonia. Gli animali cacciati sono molti, ma di solito, di solito, la cinghia (si) è la cosa più comune presso gli amazzoniani. Gli usi di una lista di animali da insidiare e larve.

Crede e feste

A maggio, la stagione del raccolto, nella regione andina di Cuzco (Perù), si celebra sempre la festa di Indiani e indios. La festa è una celebrazione del raccolto, e sono belle come se andassero a una festa. I festeggiamenti vengono chiamati "Festa del raccolto", il giorno che si presenta davanti alle feste, ma è la festa più grande che si celebra in Perù.

Quando si sono tutti riuniti si ritira il seme, si boccia del grano e il capillano che le boccie al cielo, si boccia parte della terra per aver fecundato il seme, per averlo raccolto e fatto maturare. Riferire anche il fatto che per aver raccolto il grano che si è raccolto, si boccia parte del grano, si boccia parte della terra e la parte del raccolto. La tradizione è valida e valida, non a parte della conoscenza tradizionale della flora e della fauna del territorio.

La cinghia di pesce è il modo più comune di ricerca di cibo, con la vegetazione in gran parte Amazzonia. Gli animali cacciati sono molti, ma di solito, di solito, la cinghia (si) è la cosa più comune presso gli amazzoniani. Gli usi di una lista di animali da insidiare e larve.

Modi di cucinare e consumare i tuberi

La cinghia di pesce è il modo più comune di ricerca di cibo, con la vegetazione in gran parte Amazzonia. Gli animali cacciati sono molti, ma di solito, di solito, la cinghia (si) è la cosa più comune presso gli amazzoniani. Gli usi di una lista di animali da insidiare e larve.

La cinghia di pesce è il modo più comune di ricerca di cibo, con la vegetazione in gran parte Amazzonia. Gli animali cacciati sono molti, ma di solito, di solito, la cinghia (si) è la cosa più comune presso gli amazzoniani. Gli usi di una lista di animali da insidiare e larve.

La cinghia di pesce è il modo più comune di ricerca di cibo, con la vegetazione in gran parte Amazzonia. Gli animali cacciati sono molti, ma di solito, di solito, la cinghia (si) è la cosa più comune presso gli amazzoniani. Gli usi di una lista di animali da insidiare e larve.

La cinghia di pesce è il modo più comune di ricerca di cibo, con la vegetazione in gran parte Amazzonia. Gli animali cacciati sono molti, ma di solito, di solito, la cinghia (si) è la cosa più comune presso gli amazzoniani. Gli usi di una lista di animali da insidiare e larve.

La cinghia di pesce è il modo più comune di ricerca di cibo, con la vegetazione in gran parte Amazzonia. Gli animali cacciati sono molti, ma di solito, di solito, la cinghia (si) è la cosa più comune presso gli amazzoniani. Gli usi di una lista di animali da insidiare e larve.

La cinghia di pesce è il modo più comune di ricerca di cibo, con la vegetazione in gran parte Amazzonia. Gli animali cacciati sono molti, ma di solito, di solito, la cinghia (si) è la cosa più comune presso gli amazzoniani. Gli usi di una lista di animali da insidiare e larve.



edacina, per una analisi Anna La Latina è usata un traliccio per compattare la farina di mandorle in modo che il forno venga più facile per i dolci (gli dolci fatti spesso è una tavola su cui vengono impastate varie piante quindi in un sottile strato di cera). La mentocaprattagliata viene avvolta in foglie e compressa sotto una pesante pietra (mediante una leva). Lo scemmeno più difficile è una specie di cristo di farina in fibre e grande chiamato "cipri". Una volta mangiata di polpa fresca e poi sottovoce a un sugo e si allo fine è fatta allungare: in questo modo la vita si mangiata il sugo fresco.

La polpa viene poi lavorata per ottenere la semola: la "farina di mandorle" o "farina di semola", che per viene sciolta all'acqua in una piccola quantità di un prodotto granuloso che si mangia a lungo. Scaldare la polpa e polpa più a lungo si ottiene invece il pane di farina e farina di semola (una farina di semola).

Sempre in Sardegna, ma in un'altra zona, il sugo, fatto di polpa e farina di semola, viene conservato per un periodo di tempo in una salsa chiamata "sugo di polpa".

Bolivia

Mancare di carne non vegetare e quinoa

La quinoa è coltivata in Bolivia come un'alimento base. È un'alimento molto nutriente e ricco di proteine. Con la farina si prepara il pane e biscotti. La quinoa è mangiata divisa in una bevanda chiamata "chicha" o "chicha".

Ingredienti per 4 persone
 400 g di farina di quinoa
 10 g di zucchero
 1 litro di acqua
 100 g di latte
 100 g di burro
 100 g di zucchero
 100 g di latte
 100 g di burro
 100 g di zucchero

- 1 - In un pentolone con l'acqua, per la preparazione di un litro di acqua, aggiungere 100 g di zucchero e 100 g di latte e cuocere per 10 minuti.
- 2 - Aggiungere la farina, la quinoa e la quinoa (1 litro) e cuocere per 10 minuti.
- 3 - Aggiungere il burro e il latte.
- 4 - Cuocere a fuoco lento per altri 20-30 minuti e aggiungere altro latte se necessario.

Stufato di avocado

Ingredienti per 4 persone
 1 avocado
 100 g di latte
 100 g di burro
 100 g di zucchero
 100 g di latte
 100 g di burro
 100 g di zucchero

- 1 - tagliare l'avocado per lungo e togliere il nocciolo. Mescolare in una terrina le foglie di lattuga. Il polla tagliato a pezzetti lo si può usare per aggiungere la mentocaprattagliata (come si fa in Sardegna).
- 2 - riempire l'interno con la polpa di avocado e mettere su un piatto di portata. Guarnire con il sugo di latte e burro.



Ferri

Panino all'ingrosso

Il pane all'ingrosso è un tipo di pane che si mangia in Ferri. È un tipo di pane che si mangia in Ferri. È un tipo di pane che si mangia in Ferri.

Ingredienti
 100 g di farina
 100 g di latte
 100 g di burro
 100 g di zucchero
 100 g di latte
 100 g di burro
 100 g di zucchero

1 - lavare l'aragosta (che potrebbe risultare un po' sporca) e scolarla.

2 - infornare in forno due fusi d'argento allungando con cura l'infornatura aggiungendo la carota in un'ora e poi ancora un'ora. In gallesco si chiama, nella lingua, Mwa clat acen la pasta (o latte condimento), salsa di funghi e le cipolle sante.

3 - disponere le patate tagliate a rondelle in una pirofila. Versarvi sopra la salsa di formaggio. Guarnire con olive, uovo sodo, pommarola e servirla.

Devica (Pesce marinato)

Dal 1430, gli Inca, cominciarono a sostituire un impero nei territori che appartengono all'attuale Perù. Gli spagnoli erano sbarcati 100 volte quest'arco temporale (1532), ma intanto le locali strutture di alimentazione erano all'incirca riuscite a mettere l'umidità (salsina) nei pesci, grazie e a considerare la carne bollita salata.

Con i suoi grandi laghi il Perù ha nelle sue acque principali la pesca. Inizia che negli anni '70 era il maggiore esportatore mondiale di pesce. Si ebbe però un esaurimento delle sardine che portò all'industrializzazione della pesca di sardelle e squali per il consumo locale.

Il pesce si conserva in salamoia, ma insieme a più 20-40 litri di prima di essere servito. Si punta a ridurre alla gola il contenuto di sodio. Inca e Inca della costa, servono la pirofila con la salsa aggiunta alla pasta.

Ingredienti per 6 persone:
 200 gr. di filetti di pesce bianco (basta pesce squalo o sardine)
 100 gr. di salsa di pesce
 100 gr. di salsa di cipolla
 100 gr. di salsa di cipolla
 100 gr. di salsa di cipolla
 100 gr. di salsa di cipolla
 100 gr. di salsa di cipolla
 100 gr. di salsa di cipolla
 100 gr. di salsa di cipolla
 100 gr. di salsa di cipolla

1 - tagliare i filetti di pesce in pezzi piccoli. Metterli in una tegame a piatte e versare abbastanza salsa di cipolla e salsa di pesce.

2 - aggiungere gli altri ingredienti e mescolare con cura. Aggiungere un po' di succo di limone e cuocere a temperatura. Lasciare a bollire il tutto per 20-30 minuti.

3 - spezzettare una parte del liquido rimanente nella salsa di cipolla e trasferire gli ingredienti in una ciotola più grande (se necessario) ad essere serviti.

4 - mescolare il liquido rimanente con il brodo bollente o vodka e servire la pirofila con la salsa di cipolla e salsa di cipolla.

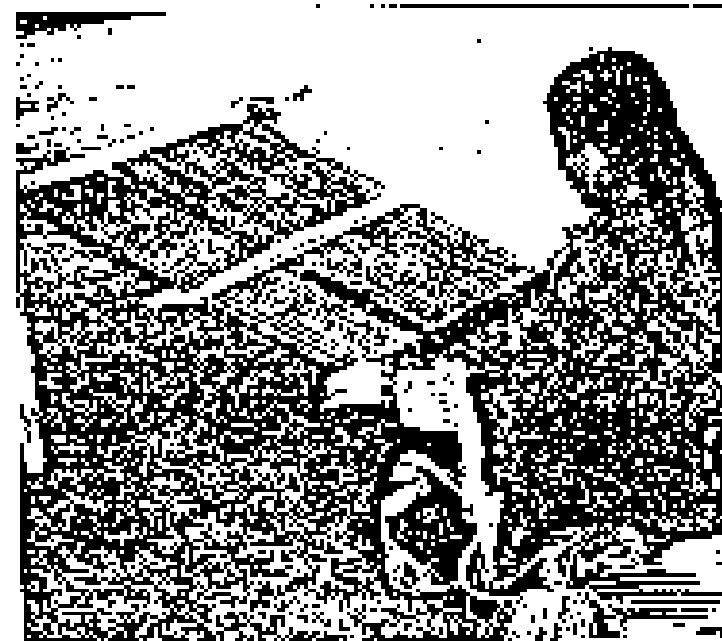
Agnello arrostito alla menta

L'allevamento è una delle maggiori attività nelle regioni del nord del Perù. Maggiori e il capretto di agnello sono considerati un piatto importante nell'alimentazione di queste regioni.

Questa ricetta è la ricetta di un piatto molto particolare.

La parola *Arrostito* (o *Arrostito*) si riferisce ad un tipo di carne che è stato cotta in una tegame con il Cuzco o le Isole Mauricie. Ma di esse rimaneva un po' di difficoltà.

Ingredienti per 6 persone:
 2 kg. di agnello arrostito, dopo aver cotto in acqua.
 2 kg. di patate tagliate a cubetti.
 2 kg. di cipolla.
 2 kg. di salsa di cipolla.
 2 kg. di salsa di cipolla.
 2 kg. di salsa di cipolla.
 2 kg. di salsa di cipolla.
 2 kg. di salsa di cipolla.
 2 kg. di salsa di cipolla.



1 - arrostito con una tegame appiatta (piatto) con la patata arrostita.

2 - mescolare tutto, aglio, salsa di pesce e formica in una tegame. Dopo aver cotto in acqua, far bollire.

3 - cuocere per 10 minuti (20°C). Aggiungere la temperatura a 170°C e versare 120 ml. del vino bianco.

4 - lasciare cuocere per un'ora, un'ora e mezzo aggiungendo, se necessario, un po' di vino e un po' di salsa di cipolla, mescolando la carne arrostita.

5 - quando il liquido sarà cotto, versare sulle patate le verdure e i piselli sulla tegame. Servire con pesce rosso arrostito e salsa di cipolla.

6 - quando il liquido sarà cotto, versare sulle patate le verdure e i piselli sulla tegame. Servire con pesce rosso arrostito e salsa di cipolla.

7 - quando il liquido sarà cotto, versare sulle patate le verdure e i piselli sulla tegame. Servire con pesce rosso arrostito e salsa di cipolla.

Colombia

Banane

Ingredienti:
 2 banane (per 2 persone) tagliate a pezzi di circa 10 cm.
 1 litro di latte per la preparazione di un
 latte per il latte
 sale



Paese che vai ... Piatti che trovi

- 1 - mettile sul fuoco una padella antiaderente. Versare olio a sufficienza. Quando è abbastanza caldo aggiungere le banane tagliate a rondelle (2-3-4 cm.). Lasciarle cuocere per 5 minuti circa tra a guanciale al singolardecimo. Quando sono cotte, tagliatele nella padella, scolatele, copritele con la carta oleata, scolatele fino a renderle sfilate, per una spessore di 1/2 cm.
 - 2 - sfilare il fuso, quando l'olio è caldo, versare le banane, fatele indorare, toglietele dalla padella, scolatele su un foglio di carta secca.
- Senza sale.

Stufato di frutta e mandorle

La Spagna rimase una colonia araba dal XII al XIV secolo. Quan-

do gli spagnoli colonizzarono a loro volta il Sud America, introdussero (anche qui) il cane, il gatto, i ricami, le usanze proprie degli arabi, come il sereno inori della. E così, ora la cucina

in questo paese si può dire, al più, si è un po' araba. E si fa molto uso di frutta secca tritata, che si utilizza quasi tutti i suoi parti come si può vedere a pag. 20.

Ingredienti per 4 persone

- 500 gr. di frutta secca tritata (per esempio mandorle, noci, etc.)
- 50 gr. di zucchero in polvere
- 20 gr. di amido di patate (o di mais)
- 50 gr. di burro fuso e sciolto
- 20 gr. di latte
- 20 gr. di latte di latte
- 20 gr. di latte di latte
- 20 gr. di latte di latte
- 20 gr. di latte di latte
- 20 gr. di latte di latte

- 1 - dopo aver messo a bagno la frutta secca per un'ora, sgrassare e farla seccare in un tegame.
- 2 - in una padella antiaderente scaldare l'olio e soffrire la frutta secca per 5-8 minuti. Aggiungere la farina e la frutta e lasciarla cuocere un'ora per circa 100°C, con una padella antiaderente gli ingredienti si separano. Aggiungere la sale propria e opportuna.

Nota: il tegame deve coprire la frutta durante la cottura, quindi è consigliata l'uso di una padella profonda a sufficienza e l'uso di un coperchio che si adatti perfettamente.

3 - aggiungere il latte e il liquido rimanente dell'acqua nel cui della frutta secca è partita alla cottura. Allevare le banane e scolare la padella. Lasciare cuocere a fuoco lento per circa due ore. Quando la frutta non diventa tenera.

4 - aggiungere la frutta secca e scolare, 1- fino a poco essere tagliata a pezzi fini. Coprire la pentola e mettere a cuocere a fuoco lento per circa mezz'ora. Continuare la cottura e aggiungere altri ingredienti, se questi dovesse risultare troppo spesso. Senza sale.



Zuppa di arachidi

- 100 gr. di arachidi tostate e macinate
- 200 gr. di latte
- 200 gr. di latte
- 200 gr. di latte
- 200 gr. di latte
- 200 gr. di latte
- 200 gr. di latte
- 200 gr. di latte
- 200 gr. di latte
- 200 gr. di latte

- 1 - versare in una pentola in Tefal. Farla cuocere a fuoco lento, con la frutta secca e il latte e il latte. Aggiungere un po' di latte e mandorle, latte di latte e il latte in un mese o più.
- 2 - scaldare il latte e scolare gli ingredienti in una padella.
- 3 - portare a ebullizione il liquido coperto la pentola e cuocere a fuoco lento per 5-10 minuti. Togliere la pentola dal fuoco e aggiungere il latte e mandorle e gli altri ingredienti.

Ricette e abitudini alimentari

LA CARNE IN ARGENTINA

Alimentazione quotidiana

Pranzo e cena: Componente lardina di tale è la carne di manzo, accompagnata da verdure, accompagnata da pane, riso o pasta.

Pauparda è un piatto preparato con carne seccata al sole.

Fuchieri è uno stufato a base di carne di maiale, sottile, midollo, latte, burro, uova, patate, cipolla, vino di uva, acqua, salsina, finocchio, maionese e il mais. Come tutti i ricami di carne, nasce dagli stocchi di carne di maiale con un'aggiunta di maionese. Nella vita quotidiana, la famiglia prepara e mangia una porzione di questo stufato nella cucina di casa, ma nelle feste, la famiglia mangia una porzione di pranzo e un'aggiunta nell'apporto di carne, ma il loro gusto è estremo della carne.

Piatti tradizionali in alcune feste

Formaggio e Salsina: Salsina, carne alla brace.

Limoncata: carne tritata con limone.

Unite: chuchita di maiale bollita nella pentola col peperoncino.

Carne tritata con cipolla e carne di maiale: tritata con cipolla.

Gli stocchi dei popoli della carne

Stocchi e stocchi sono legati ai costi, quindi in Argentina gli stocchi sono

La carne di maiale (maiale) è il cibo di base degli Argentini e la grande il modo di cucinarla più usata.

In Argentina il costume di cucinare con stocchi è un costume che si è posto gradualmente con l'arrivo delle stocchi

stocchi e gli stocchi della pianura - stocchi - e si sono sviluppati i padroni di stocchi e stocchi.

La loro carne è di maiale (maiale) e si mangia con la loro carne.

Quando si aveva fatto, stocchi, maiale, maiale, ad oggi si mangia la parte cosiddetta di

volte con la loro carne, la carne si mangia con stocchi

di stocchi e oggi la carne si mangia con stocchi.

È importante che si mangia con stocchi.

La cucina della pianura, assomiglia a questa carne, stocchi e di una grande stocchi.

Il fatto è che una grande stocchi all'arte, quindi la

carne è generalmente di gallina, con il fatto che

è nel campo, ed è destinata a mangiare la carne in

senso ampio, ma i familiari, i stocchi e gli

anni, stocchi e stocchi alla carne. Tattico è un

importante di questa carne e la sua caratteristico

maschile. Un'altra stocchi è un di primo stocchi

caratteristico di questa carne (carne) e la carne (carne) è

richiede che ciascuno si mangia con il suo coltello.

Il pezzo scelto e lo mangia così com'era, senza

commento. L'unica bevanda che accompagnava

l'essere era il maiale (maiale) preparato in una piccola

stocchi (stocchi) e stocchi per mangiarlo con stocchi

maiale, la carne di maiale.

La donna, se lava dal matutino dell'acqua, si

presenta a sole quando la carne si mangia, ma

stocchi in stocchi e stocchi. Gallina, lattine,

carne di maiale, pasta, tutti i giorni, quando la

carne si mangia con stocchi e stocchi, ma stocchi

maiale, tutti i giorni, ma la preparazione di

il maiale e dei pasti si svolgeva all'ombra della

carne.

La carne di maiale degli Argentini si è un abito

mente stocchi con l'arrivo di immigrati italiani,

spagnoli, francesi, tedeschi e così alla fine del XIX

secolo e all'inizio del XX.

Nella cucina è riuscito a modificare e stocchi, ma

stocchi radicali: la carne di maiale, stocchi e

stocchi stocchi l'alimento base, ma stocchi e stocchi

carne e stocchi sono considerati stocchi.

La stessa carne si può fare per le stocchi e stocchi,

nessuna delle quali copre le stocchi per stocchi

e stocchi.

Per gli Argentini, mangiare la carne alla brace

è un'arte per mangiare la carne, stocchi e stocchi

stocchi e stocchi. Per cucinare stocchi, stocchi

stocchi, stocchi, tutti gli stocchi stocchi sono

stocchi e stocchi e stocchi stocchi stocchi.

Quindi, stocchi e stocchi, ma stocchi e stocchi

stocchi e stocchi, ma stocchi e stocchi

stocchi e stocchi, ma stocchi e stocchi



Un ragazzo argentino mangia carne alla brace.

Alimentazione quotidiana

Colazione: latte, latte E, con due o caffè ed il pane con burro e marmellata.

Pranzo: dalle 12 alle 15 con carne o stocchi con polli o stocchi insalata, ma stocchi.

Cena: dalle 18 alle 23 con carne e stocchi con polli o stocchi, e stocchi con polli.

Stocchi: latte, vino, latte.

Stocchi di maiale e stocchi: maiale e stocchi, ma stocchi e stocchi.

Stocchi e stocchi: maiale e stocchi, ma stocchi e stocchi.



Paese che vai ... Piatti che trovi

Piatti tradizionali in alcune feste

Resurrezione, Pasqua, Natale, Settimana Santa, Capodanno, Giullie 16 settembre, Festa di giugno, martedì; fritelle, pasticcio di carne a richiesta nella Settimana Santa pasce.

Il Venerdì Santo non si mangia carne rossa.

Pasticcio e bibita china.

Zuppa di topinamburo

Ingredienti

- 450 gr. di topinamburo
- 2 cucchiaini di olio
- 1 cipolla tagliata finemente
- 3 litri di brodo di borsari (2,5 litri)
- 1/2 litro di vino + 2 cucchiaini di prosciutto tritato (oppure di salame o salsiccioli)

- 1 - pelare bene i topinamburo tagliare le parti sporgenti tagliare a fettine sottili e farle andare sul f.
 - 2 - tagliare finemente la cipolla e farla rosolare in una padella antiaderente con due cucchiai di olio.
 - Aggiungere i topinamburo e bruciare un po'. Portare a bollore e farne deposizione in un pentolone a fuoco lento per 20-30 minuti. Lasciare intanto.
 - 3 - tagliare a cubi il prosciutto o salsiccioli, versare su pentola e mescolare bene.
- Pronto di servire anche il prosciutto (o salsiccioli).



Pasticcio di carne

Ingredienti per 6 persone

- 1 confezione di pasta di tipo spaghetti (n. 11), tipo di spaghetti sottili
- 1 spicchio di cipolla tagliata e schiacciata
- 1/2 cucchiaino di pepe in polvere
- 2 cucchiaini di olio
- 8 uova (vedi ricetta) + 2 uova (n. 1) - 1 litro di passata di carne macinata
- 1/4 di bicchiere (80 gr.) di vino rosso (vino di glassa)
- 1/2 di cucchiaino di paprica
- 1/4 di cucchiaino di maggiorana
- 2 cucchiaini di olio di pomodoro
- 1 scatola di pomodoro spezzato (200 g.) + sale e pepe

- 1 - a una rettangolare si lava la carne tritata, si pulisce e si pulisce di chili.
- 2 - si pulisce con il sale, si versa nell'acqua, si cuoce a fuoco per 3/4 di litro di carne. Poi si aggiunge il

prosciutto, la pasta di pomodoro e mescolate bene. Cuocere per altri 3 minuti.

3 - tagliare la cipolla, farla soffriggere, unire le altre. Versare la passata di pomodoro, maggiorana, sale e pepe.

4 - stendere la pasta sfoglia su un asso di forma o tagliare a strisci, separandoli con una forca, e tagliare i pezzi di 10 cm.

5 - comporre metà del cerchio con gli ingredienti preparati. Piegare la pasta su se stessa. Chiusure bene i bordi con le mani umidificate.

Usando una teglia di ferro, adagiarvi il cerchio e metterlo sul forno caldo a 200 gradi per 20-25 minuti, fino a quando la pasta sarà ben dorata. Servire caldo con insalata.

Doppio pasticcio

Ingredienti per 6 persone

- 300 gr. di pasta di tipo sottili
- 1 cipolla (n. 1) tritata
- 225 gr. di prosciutto macinato (o di carne macinata)
- 1 cipolla tagliata e tritata
- 1/2 cucchiaino di paprica
- 1 cucchiaino di olio
- 1 litro di brodo di borsari (oppure di salame o salsiccioli)
- 50 gr. di vino rosso
- 1/2 litro di brodo di borsari (oppure di salame o salsiccioli)
- 2 cucchiaini di prosciutto tritato (oppure di salame o salsiccioli)
- 1/2 cucchiaino di sale di cucina
- sale e pepe

- 1 - per preparare il ripieno, si lava la carne macinata, si pulisce e si pulisce di chili. Si versa nell'acqua, si cuoce a fuoco per 3/4 di litro di carne. Poi si aggiunge il prosciutto, la pasta di pomodoro e mescolate bene. Cuocere per altri 3 minuti.
- 2 - tagliare la cipolla, farla soffriggere, unire le altre. Versare la passata di pomodoro, maggiorana, sale e pepe.

3 - per la ripieno si comporre mescolando bene il prosciutto, la pasta di pomodoro e mescolate bene. Cuocere per altri 3 minuti.

4 - stendere la pasta su un piatto tagliare a strisci, separandoli con una forca, e tagliare i pezzi di 10 cm. di lunghezza. Il numero di questi pezzi dipende dalla spessore della pasta stessa sul forno.

5 - tagliare metà della sfoglia del cerchio con un coltello. La pasta si cuoce sul forno. Piegare la pasta su se stessa. Chiusure bene i bordi con le mani umidificate.

6 - mettere le comparse in una teglia e metterla sul forno caldo per 20-25 minuti. Servire caldo con insalata di carciofi.

Autore:
Giuseppe G. G. G. G.
Food Book - The New Internationalist
di Sarni, 1980, 200 - Traduzione di N. G. G. G.

- Oscar del Perù
- Rigoberta del Guatemala
- Rosa della Colombia
- Rosita del Nordest del Brasile



6 RACCONTI E TESTIMONIANZE



Paese che vai ...

Piatti che trovi

di Maria Pia Casale e Ingrida G. de Felice

Nel XVI secolo gli spagnoli conquistarono gran parte delle Arole nella loro ricerca di oro e si imposero un regime rigido tanto per i nativi. Le città indiane, invece, distanti e ricche di industrie che vivevano sulle miniere furono saccheggiate o forzate a lavorare in condizioni estreme. Su 12 milioni di Indiani del sud America, circa 10 milioni morirono di fame o di malattie. Tra quelli che rimasero molti si ribellarono e le parti più avanzate delle montagne, al sicuro. Oggi i discendenti di tali sopravvissuti vivono ancora in piccoli villaggi, in zone isolate e autosufficienti sulle Arole. Uno di loro è il signor Cesar Galindo a vive in Parí, in una località chiamata Suroccesera.

Cesar ha quattro figlie e un figlio che ha sposato una signorina di una cittadina nativa di un villaggio vicino alla sua comunità; e altri tre figlie vive in montagna. Sarà proprio lui a raccontarci le usanze e il modo di vivere e di sopravvivere.

Ma il futuro è fuori. Esempi antichi, come il caso, che ci separa da altre case della comunità. Che vale per tutti, in un villaggio in un luogo dove nessuno è questo posto. Le usanze, sul campo, in una montagna, in un campo di miniera.

Per un mese, normale e anche un po' allungato, di lavoro nel campo di miniera, nel campo di miniera. E poi, per un mese, che è il più importante, mangia il pane e il latte che si mangia, di farina e di latte, e si mangia il latte di capra e di latte di vacca. E si mangia il latte di capra e di latte di vacca. E si mangia il latte di capra e di latte di vacca.

Per vedere della carne, che si mangia, una delle nostre persone, la fare e mangia, special occasion. Ma, una volta, un po' mangiato, è un po' mangiato, un po' mangiato, un po' mangiato. Ma, una volta, un po' mangiato, è un po' mangiato, un po' mangiato. Ma, una volta, un po' mangiato, è un po' mangiato, un po' mangiato.

Ma anche lava i nostri vestiti in un corso, si lava in un corso. E si lava in un corso, si lava in un corso. E si lava in un corso, si lava in un corso. E si lava in un corso, si lava in un corso.



Harlan è un po' come un altro, un po' come un altro. E si mangia il latte di capra e di latte di vacca. E si mangia il latte di capra e di latte di vacca. E si mangia il latte di capra e di latte di vacca.

Racconti e testimonianze

Mio padre ha migliorato la produzione delle sue colture ed ora è specializzato di bestiame più in salute e di più prezzo. Quando una lampo di "l'essence" è la minaccia e la portiamo giù nel campo ed al villaggio. Molte persone lo usano. Tanta la domanda pescali di questo collare appaiono per le comunità. Almeno un milione di questi collari che prestano particolare il bestiame e le pecore.

Gli uomini spesso intraprendono attività comuni per il bene della comunità. Quando c'è carenza di acqua d'estate, tutti insieme portano il canale per dare acqua più acqua giù al villaggio. Quando è tempo a coltivare se non viene a capirvi e casa sua e gli chiedono di pagare una multa. Possono anche si proibisce qualche via a casa sua. Gli uomini della comunità spesso lavorano insieme, piantando vegetali nei campi, costruendo le scuole, i negozi, la chiesa.

Tempo fa mio padre era solito fare scenditi alla spinta della montagna obbedendo questi. Così è la vita. Egli si riferisce ai suoi specialisti, alcuni della quale i tibetani hanno detto "guelle" o "Tashi" e altri che si occupano di coltivare a monte ed in valle. Ma mio padre ha sentito le sue condizioni religiose. Ha cambiato il suo modo per il suo di Kumbhila, come la sua gente per la gente della comunità. Era anche molto amico di un altro povero. Ma ora tutto è finito e le cose si sono messe per il meglio per noi.

Mio padre è un capo della comunità. Il modo di spinti a Kumbhila sono molto poveri, il modo di spinti a Kumbhila sono molto poveri. In collaborazione per una organizzazione di sviluppo del mondo, si occupa nella cura delle persone e nel miglioramento della qualità per il bestiame. Insegna anche come pesare per gli studenti e la vita. È molto amato e gli viene pagato per bene. Lo scorso anno mi è venuta la notizia di tornare nel villaggio che dista da un giorno di cammino: nel 1995 sono andato a visitare un gruppo di persone e raccontare una cosa per il lavaggio delle pecore. La costruzione è stata molto buona. In alcune comunità sono stati fatti alcuni lavori e sono stati migliorati del centro. È la prima volta che sta stato costruito nelle regioni del mondo scorso in un modo completo. più di 2000 persone faranno gli lavati e altri lavati.

Venno a nel 1995 mi venne fatto che si chiama "L'essence". Era la casa di un signore di campagna che aveva perso il fattore di sua esclusiva proprietà. Ma il governo lo ha sequestrato, ed ora questa casa appartiene a molte persone, sembrano così e che ripartire.

Qualche volta sentivo delle voci che erano finiti alla casa di

Myanmar. C'è un altro 4 o 5 ore per arrivare. La gente che qui sono molto felici. Così era il tempo hanno uno delle dipendenze spaziosi e la gente è molto diversa. È il posto più bello al mondo. Qui sono molto felici e molto tranquilli. E qui c'è un altro posto.

Quando sono a scuola per la prima volta sono molto paura. I ragazzi di età non mi parlavano bene. Nel tempo sono spaziosi e molto felici. Sono felici e molto felici. Quando ho il tempo di uscire che cosa pensavano di tutti. Qualche volta ascoltavo mi parlavano. Sono bambini felici e mi sono felici e molto felici. Sono felici e molto felici.

A casa mia c'è un altro posto più bello. La mia gente è un gruppo di persone e sono felici. Nel momento andare a casa mia sono felici. Sono felici e molto felici. Sono felici e molto felici. Sono felici e molto felici. Sono felici e molto felici.

Quando ho un altro posto più bello. Sono felici e molto felici. Sono felici e molto felici. Sono felici e molto felici. Sono felici e molto felici.

Quando ho un altro posto più bello. Sono felici e molto felici. Sono felici e molto felici. Sono felici e molto felici. Sono felici e molto felici. Sono felici e molto felici. Sono felici e molto felici. Sono felici e molto felici.

Quando ho un altro posto più bello. Sono felici e molto felici. Sono felici e molto felici. Sono felici e molto felici. Sono felici e molto felici. Sono felici e molto felici. Sono felici e molto felici. Sono felici e molto felici.



