

## ATTIVITA' E PROSPETTIVE FUTURE DELL' ASSOCIAZIONE

Cari soci, amici e simpatizzanti,

Questa è la prima edizione 2017 del foglio informativo, che arriva in prossimità della Pasqua, quindi vi porgo innanzitutto i migliori auguri a voi e ai vostri cari da parte di tutto il direttivo. In seguito porteremo a conoscenza dei soci le attività e il programma per l'anno in corso.



Il relativo programma che si sta elaborando per il 2017 vi verrà comunicato di volta in volta, sia attraverso questo organo informativo e sia mediante il nostro sito web, che troverete nell'ultima pagina. Posso già annunciare che il direttivo sta organizzando per il giorno 25 aprile 2017 la giornata dedicata al Nordic Walking con la partecipazione dell'istruttrice Vanessa Cimini, per poi organizzare la giornata mountain bike, corsa podistica e tanti altri divertimenti per i più piccoli.

Mentre con l'amministrazione comunale si sta portando avanti il discorso sulle acquisizioni delle strade private, per renderle comunali. Abbiamo fatto diverse segnalazioni e solleciti riguardante il rifacimento del primo tratto di via A. Manzoni, visto il notevole ritardo, inoltre si è chiesto il rifacimento del manto stradale di via G.Pascoli.

A breve inizierà come ogni anno lo sfalcio dell'erba su tutta colle della Torre, per poi trattare con la Teramo Ambiente sul ritiro settimanale dell'erba dei giardini privati.

Una cosa che non mi stancherò mai di dire è quella di chiedervi di partecipare con idee e iniziative per lo sviluppo del nostro quartiere, vi assicuro che da parte nostra avrete tutta la disponibilità possibile, cercando tutte le soluzioni fattibili. Non esitate a proporvi, le critiche sono bene accette fanno crescere, ma se accompagnati da un po' di partecipazione sono sicuro che diventeranno anche costruttive e pratiche.

Io vado fiero di avere questo direttivo, dove ognuno dei componenti toglie del tempo alla propria famiglia per dedicarla all'associazione, in modo particolare la componente femminile che pur di dare il meglio di se, si sottrae a volte a quel ruolo prezioso che è la guida familiare.

Invito inoltre i vecchi soci al rinnovo delle tessere, ma soprattutto quelli che non sono mai stati associati ad unirsi a questa grande famiglia, rappresentata dalla nostra associazione. Il costo della tessera rimarrà invariato, e come ogni anno vi proporremo convenienti convenzioni con esercizi commerciali, dove con un minimo di spesa potrete ammortizzare il costo della tessera stessa, in allegato troverete le convenzioni

Con la convinzione che questo direttivo vi darà grosse soddisfazioni per la sua operosità, e con la certezza che all'occorrenza non ci mancherà il vostro decisivo sostegno, rinnovo l'augurio per una Santa Pasqua.

Il Presidente

Marco Travaglini

Nell'ultimo numero del nostro "giornalino", datato dicembre 2016, alla prima pagina c'è una vecchia foto della Torretta che si trova sulla sinistra della foce del torrente Sinarca. La foto è antecedente alla sua ristrutturazione e, in sovrapposizione, la scritta "uno sguardo al passato per apprezzare e vivere meglio il presente", mi ha dato uno spunto per raccontare qualche cosa relativa al passato.

Questa torre, insieme ad altre, è stata costruita dopo l'anno 1568 come prevenzione alla minaccia di saccheggi, devastazioni, ed azioni di pirateria sulla costa da parte della flotta ottomana. I turchi, infatti, durante l'estate del 1566 avevano attaccato e saccheggiato diverse città rivierasche abruzzesi (Pescara, Ortona, Vasto); anche Termoli fu saccheggiata messa a fuoco ed in gran parte danneggiata il 2 agosto del 1566. Percorrendo il nostro litorale da sud verso nord si trova una torre diroccata, avente la stessa simmetria di quella del Sinarca, in località "Morgetta" di Petacciato.



Queste torri furono realizzate per volontà del vicerè di Napoli duca Alcalà De Ribera. Le costruzioni iniziarono nell'anno 1568 e, lungo le coste dell'allora Regno di Napoli, ne furono realizzate circa 340 di cui 25 nella Capitanata. Come detto, lo scopo per il quale furono costruite era principalmente l'avvistamento delle navi nemiche onde preparare una difesa adatta a respingere i loro attacchi.

Nel nostro circondario di Termoli sono in essere altre torri; una trovasi innanzi alla porta d'ingresso del borgo vecchio ed è di origine normanna (XII sec.), questa doveva sicuramente servire al corpo di guardia posto all'ingresso della cinta muraria del paese.

La seconda è la Torre del Mulino che azionava, tramite pale, un mulino dove il vescovo/barone di Termoli faceva macinare il grano; di essa non abbiamo notizie relative alla sua costruzione però questa torre è da ricordare per due motivi: il primo è da riferire alla fucilazione dei F/lli Brigida (Federico e Basso Maria) con altri termolesi; il secondo è che idealmente, nelle sue vicinanze, si interseca il 42° parallelo nord con il 15° meridiano est da Greenwich. Oggi, detto incrocio è stato ricalcolato con apparecchi di precisione e trovasi diversi metri più a nord/est. Lungo l'esterno della cinta muraria del borgo vecchio (lungomare Armando Di Bitonto) esistono le rovine di una terza torre detta Tornola; si pensa che anche questa fosse stata realizzata ai tempi della Torre Sinarca e per gli stessi motivi di avvistamento di navi piratesche. Un violento terremoto verificatosi durante l'anno 1805 la distrusse totalmente.

Tornando a parlare della Torre Sinarca, c'è da dire che attualmente la stessa è adibita a ristorante tipico gestito dalla famiglia Lanzone.



Prima della ristrutturazione era un rudere come dalla foto del giornalino; il progetto per il suo recupero venne eseguito dall'arch. Antonio De Felice ed i lavori, effettuati nel 1963, furono svolti da due valenti muratori e da un attento manovale. Quindi poco più di cinquant'anni or sono è stata recuperata una struttura muraria che ha una storia e che ne è testimone; questo con la maestria e la buona volontà di due artigiani. Per la torre in località "Morgetta" di Petacciato, nel 2003 e cioè a 40 anni di distanza dai lavori della Torre Sinarca iniziarono le opere per il suo recupero, ma tutto è rimasto come prima: un rudere, con consumo di denaro pubblico senza alcun risultato.

Questa Associazione, sorta nel 1995, ha adottato come marchio di distinzione il disegno di una torretta che sovrasta le onde del mare; abbiamo avuto questa ispirazione proprio dalla Torre Sinarca.

La festività della Pasqua coincide con l'arrivo della primavera. Dopo il lungo inverno con l'avvicinarsi di giornate tiepide e soleggiate la natura rinasce a nuova vita uscendo dal suo sepolcro invernale. Per sottolineare meglio la "rinascita a nuova vita" l'uovo è certamente il simbolo della Pasqua maggiormente rappresentativo: è con il significato di vita che esso entra a far parte della tradizione cristiana. Molto spesso accade che il sacro si mescoli al profano comunque è luogo comune che l'uovo è simbolo di vita. La tradizione di regalare uova come augurio risale a tempi antichissimi, addirittura precedenti al cristianesimo. Infatti come simbolo della vita che si rinnova, l'uovo veniva dato in dono durante i riti di primavera per festeggiare la fecondità. I Persiani consideravano l'uovo di gallina un segno di buon auspicio simbolo della natura in rinnovamento già 3000 anni fa. In modo analogo gli Egizi donavano uova dipinte a parenti ed amici a inizio primavera come augurio di rinascita, mentre nella tradizione cinese si è sviluppata l'idea per cui l'origine della terra risale ad un uovo gigante. Nella tradizione cristiana le uova rappresentano la resurrezione di Cristo e a Pasqua si colorano e decorano le uova, una leggenda ce ne può spiegare il perché: Maria Maddalena era una delle donne che erano andate al sepolcro di Gesù ma l'aveva trovato vuoto, allora corse alla casa nella quale erano i discepoli, entrò trafelata e annunciò loro la straordinaria novità. Pietro la guardò incredulo e poi disse che l'avrebbe creduta solo se le uova che portava nel cestino sarebbero diventate rosse, immediatamente le uova divennero rosso porpora! (Colore che rappresenta il sangue versato da Gesù). Da allora alla fine di ogni messa per la celebrazione della Pasqua venivano distribuite ai fedeli uova colorate di rosso. Gli antichi contadini romani sotterravano nei campi un uovo colorato di rosso come simbolo di fecondità e quindi propizio per il raccolto. In Grecia tutt'ora si usa scambiarsi uova rosse in onore del sangue di Cristo, e una delle tradizioni più vive nella chiesa Ortodossa è quella di offrire uova sode dipinte di rosso durante il pasto consumato a Pasqua. In Germania e in Austria si regalano uova verdi il Giovedì Santo. In Armenia si usa dipingere le uova con immagini di Gesù, della Madonna o con scene della passione. Nei paesi dell'Europa orientale si utilizzano motivi stilizzati geometrici bicolore: blu e bianco, rosso e bianco e altre combinazioni.

In Occidente l'usanza di scambiarsi uova colorate risale al Medioevo. Si racconta che nel 1176, quando re Luigi VI rientrò a Parigi alla fine della seconda crociata, per festeggiarlo, il priore dell'abbazia di Saint Germandes-Pres gli donò la metà dei prodotti delle sue terre, incluse una grande quantità di uova. Le uova vennero dipinte e distribuite al popolo e ne nacque una tradizione immortale, mentre nel XV secolo si sviluppò la tradizione di servire omelette a colazione, preparate con le uova deposte il venerdì Santo. Non c'è certezza sulla nascita dell'uovo al cioccolato ma tra le teorie più accreditate si fa risalire questo costume a Luigi XIV, altri invece pensano che tale usanza derivi dall'America, patria della pianta del cacao.

Uova di Pasqua artistiche...

Oltre all'usanza dell'uovo di Pasqua di cioccolato, nel mondo ci sono diverse tradizioni per cui vengono realizzate "uova artistiche". Tra le più significative ricordiamo le uova ucraine, uova colorate realizzate con tinture fissate a cera e regalate dentro graziosi cestini di vimini foderati di erba. Tali uova prendono il nome di "Pysanky".

Ma veniamo al nostro "uovo tutto d'oro"..... all'uovo gioiello di Fabergè!

Anche l'uovo gioiello ha tradizioni antichissime. Edoardo I, salito al trono d'Inghilterra nel 1272, regalava in occasione della Pasqua uova rivestite da una sottile lamina d'oro e finemente decorate.

Ma sono "le uova gioiello" della famiglia Fabergè ad essere diventate le più preziose e famose in assoluto. Fu lo zar Alessandro III ad ordinare a Carl Fabergè il primo uovo gioiello della serie come dono di Pasqua alla propria moglie Maria Fyodorovna ed era l'anno 1883. Si trattava di un uovo di colore bianco con smalto opaco, al cui interno vi era un tuorlo tutto d'oro, e di nuovo all'interno vi era una gallinella colorata d'oro e smalti con gli occhi di rubino, dentro la gallinella vi era a sua volta una copia in miniatura della corona imperiale, con dentro un piccolo e sublime rubino a forma di uovo. Si trattava di una sorpresa dentro l'altra, come una specie di matrioska, le tipiche bamboline russe messe una dentro l'altra.

Maria Adalgisa Longo

## Frigo-conservazione: Quali rischi?

Come tutti sanno, l'acqua è la componente principale di quasi tutti gli alimenti: carne, pesce, frutta, ortaggi: ne contengono tra il 70-90 per cento. Con una percentuale così alta di acqua, non stupisce che il cibo, sia facilmente preda dei microorganismi ed è per questo che uno dei più antichi metodi di conservazione, l'essiccazione, sfrutta il fatto che batteri e muffe non possono proliferare senz'acqua.

L'avvento di freezer e frigoriferi, ha dato la svolta al più comune metodo di conservazione, il congelamento, anche casalingo, specialmente per carne e pesce. Vale la pena ricordare, che i nostri congelatori, operano ad una temperatura compresa tra i -20 e -18 gradi °C, poiché a queste temperature i batteri sono bloccati e le reazioni biochimiche di decomposizione delle cellule sono quasi completamente ferme, gli alimenti possono essere conservati anche per mesi. Cerchiamo ora di capire cosa succede quando si mette un pezzo di carne in freezer? Alla temperatura di -1°C la carne comincia a congelare (l'acqua congela a 0 °C solo se è pura). Iniziano a formarsi cristalli di ghiaccio, che crescono via via che la temperatura scende. Il modo con cui si forma il ghiaccio è fondamentale, poiché se il raffreddamento avviene molto velocemente, come nell'industria alimentare, si parla di surgelazione: in questo caso i cristalli di ghiaccio crescono molto velocemente e molto piccoli, non avendo il tempo di crescere troppo e formare quindi delle strutture voluminose. Quando andremo a scongelare i prodotti che hanno seguito questa procedura, sarà quasi come se non fossero mai stati surgelati. Se invece il surgelamento è lento, come abitualmente avviene nel congelatore domestico, si formano meno cristalli di ghiaccio, ma più grossi. Questo metodo casalingo, finisce inevitabilmente per danneggiare le cellule, bucadone la membrana. Con quali conseguenze e rischi? Che una volta scongelata la carne, i grandi cristalli che si sono formati faranno uscire i succhi dalle cellule ormai danneggiate con relative perdite degli elementi nutritivi, questo vale sia per la carne che per il pesce, che risulteranno più asciutti, ma anche per gli ortaggi in generale che saranno privati di gran parte di vitamine ma soprattutto di Sali minerali.

A tal proposito volevo smentire il luogo comune che criminalizza un alimento scongelato e ricongelato, poiché il rischio quale potrebbe essere? Il rischio non è tanto a livello igienico-sanitario, come molti pensano, ma verosimilmente il danno maggiore lo si ha dal punto di vista nutrizionale, in quanto dopo ripetuti passaggi, verrebbero persi gran parte dei succhi che danno dignità organolettiche e nutrizionali all'alimento stesso. Questo perché, quando le procedure di congelamento e scongelamento sono appropriate e le temperature rigorosamente controllate i microorganismi non riuscirebbero a raggiungere quella carica batterica tale da causare una tossinfezione alimentare importante.

Cercherò di darvi due consigli utili per quanto riguarda il congelamento e lo scongelamento: se siete nella condizione per esempio di dover congelare delle bistecche, perché i vostri ospiti vi hanno dato buca, potete asciugarle con carta da cucina, depositarle su una teglia di metallo o polistirolo per alimenti e dopo averle coperte con carta da forno disponete la teglia in freezer, vi consiglio di non coprirle subito altrimenti ritardate ulteriormente il raffreddamento. Una volta congelate, avvolgetele singolarmente in una pellicola per alimenti e riponetele in un sacchetto da freezer a chiusura ermetica, per ridurre la disidratazione. Per lo scongelamento non usate il microonde soprattutto per carne e pesce, eviterete proliferazioni batteriche anche se solo superficiali. Sarebbe opportuno toglierle dal freezer molte ore prima e riporle nel frigo, questo vale anche per il pesce, almeno la specie che si presta meglio al congelamento. Se invece avete fretta, la strategia migliore è metterle in un sacchetto di plastica e scongelarle usando un filo di acqua corrente, tenendo il sacchetto immerso in una bacinella.

Luciano Corsica

## Tesseramenti e contatti

**Per chi avesse intenzione di iscriversi alla nostra associazione usufruendo di tutti i vantaggi offerti, contribuire allo sviluppo di attività ricreative, culturali, organizzative e rafforzare la nostra voce rappresentativa, può contattare i seguenti numeri telefonici:**

Associazione  
Travaglini Marco (Presidente) tel. 320 85 42 347

Mascilongo Giacomo (tesoriere) tel. 347 33 19 806

Associazione "Contrade Termoli nord" via G. Pascoli, snc 86039 - TERMOLI (CB)  
e-mail: [info@asstermolinord.it](mailto:info@asstermolinord.it) web: [www.asstermolinord.it](http://www.asstermolinord.it) cell. 320 85 42 347