



E' tempo di polenta Ma quella vera non è precotta

LO STUPIDARIO GASTRONOMICO
La migliore si prepara col mais

Con questo freddo ritorna la polenta. Ma scompare dalla tavola dei romagnoli per Natale e Capodanno. Vista la diffusa adulazione della cucina complicata. Così stupore e rinascimento vanno al di là della festa. Eppure la polenta è piatto da buongustai. Che si prepara con la farina (gialla o bianca) di granoturco. Altrimenti detto mais. Un cereale della famiglia delle graminacee. Il mais proviene dall'America centrale e in Europa giunse nel XV secolo. Ma in Italia arrivò con la Repubblica di Venezia. Il mais però è il mangime degli animali! Per questo soltanto il 5% della produzione mondiale diventa polenta. I contadini un tempo la mangiavano a colazione come le genti di montagna. Si consumava tagliata a fette, frita o abbrustolita. E le riserve di farina si custodivano nella madia. La polenta è un cibo antico, ma una volta si faceva con altri cereali. Chi invece è assillato dalla bilancia la pone oggi ai



**I contadini
la mangiavano
a colazione**

margini della dieta. Ma non sa cosa si perde. La polenta si fa con acqua e farina di granoturco. E si cuoce nel paiolo di rame. Quello che ieri restava sospeso sul fuoco del camino. La cottura è lenta e prolungata. E l'impasto si rimasta fino al termine della cottura. Quindi si rovescia sul tagliere e si serve fumante. Morbida o soda, concia o liscia. Oggi però si vendono paioli elettrici che garanti-

scono analoghi risultati. Ma la polenta migliore si fa mettendo insieme farine di granoturco e grano saraceno. Anche se i polentoni acquistano farine precotte per polente istantanee o polente già pronte sottovuoto. In ogni caso il mais nutre e quello bianco contiene vitamina A. Inoltre non ha glutine ed è ricco di carboidrati. Ma ha meno proteine del frumento. Trasformato in polenta, diventa digeribile secondo i tempi di cottura. Ma i nostri antenati pensavano che la polenta portasse la pellagra. La malattia colpisce invece chi si nutre soltanto di polenta! L'ideale allora è una polenta coi fagioli. Altrimenti con una fonduta di formaggi. In Romagna invece la polenta si condisce col ragù di maiale. Di rado col sugo di funghi. Polenta deriva dal tedesco pollen e vuol dire fior di farina. Ma soltanto nel Settecento conquistò tutti. Oggi intimorisce perché è un cibo calorico. La sua fama però ha conquistato il mondo!

Pier Antonio Bonvicini

GUARDIA MEDICA

Guardia medica
(tutte le notti per casi di urgenza dalle ore 20 alle 8)
0543.731601

OSPEDALI e CASE DI CURA

Morgagni - Pierantoni	0543.731111
Forlimpopoli	0543.733211
Santa Sofia	0543.974811
Villa Igea	0543.419511
Villa Serena	0543.454111
Istituto Scientifico Romagnolo Meldola	0543.739100
Tribunale per i diritti del malato	0543.731759
Croce Rossa	0543.63000

FARMACIE DI TURNO

Farmacia S. Benedetto (24h)
Viale Gorizia, 139
0543-701480

Farmacia Cicognani
Viale Spazzoli Fratelli, 83
0543-60625

MUSEI e COLLEZIONI

Pinacoteca civica - Musei San Domenico e Archeologico
Piazza Guido da Montefeltro, 12 0543.712606
museisandomenico.forli@comune.forli.fc.it
serviziopinacoteca.musei@comune.forli.fc.it
Orari mostra Wildt: (fino al 17 giugno): dal martedì al venerdì: 9.30/19.00; sabato, domenica e festivi (compreso il 4 febbraio Patrona di Forlì): 9.30/20.00; apertura straordinaria il 9 e 30 aprile con orario festivo. Chiuso il lunedì.
Museo del Risorgimento "A.Saffi"
Palazzo Gaddi, Corso Garibaldi, 96 0543.21109
Casa Natale di Giovanni Pascoli
via G. Pascoli, 46 San Mauro 0541810100.
Orario 09.30 12.30 e 15.30 19.00 Chiuso lunedì.

BIBLIOTECHE

Comunale A. Saffi Corso della Repubblica, 72 biblioteca-saffi@comune.forli.fc.it	0543.712600
Comunale A. Saffi - Emeroteca via S. Pellegrino Laziosi, 1	0543.712604
Comunale A. Saffi - sezione ragazzi Corso della Repubblica, 78	0543.712615
Archivio di Stato di Forlì Via dei Gerolomini, 6 as-fo@beniculturali.it	0543.31217

SANTE MESSE

Duomo	6,30 8,00 9,00 10,00 11,30
S. Mercuriale	7,30 9,30 12,10 19
S. Pio X in Ca' Ossi	7,30 10,00 11,15
Ravaldino	8,00 9,30 11,00 18,00
S. Caterina	9,30 11,00
Regina Pacis	8,30 10,30 12,00 18,30
San Martino in Strada	7,30 9,30 11,30

NUMERI UTILI

Carabinieri	112 - 0543.8091
Polizia	113 - 0543.719111
Polizia Stradale	0543.38911
Polizia stradale Rocca San Casciano	0543.955911
Forlì soccorso	118
Soccorso stradale	803116
Autostrade, infotraffico	051.599314
Vigili del fuoco	115 - 0543.410803
Guardia Finanza	117 - 0543.27711
Polizia Municipale	0543.712000
Soccorso alpino - Bollettino meteorologico	0543.980231
Corpo Forestale	1515
Taxi	0543.31111
Ferrovie dello Stato	892021
Piscina Via Turati	0543.712054
Atr Trasporti	0543.38011
Enel	800900800
Hera	0547.388111
(gestione clienti lun. - ven. 8 - 20; sab. 8 - 13)	
Numero verde	800.999.500
Municipio (centralino)	0543.712111
internet :	www.comune.forli.fc.it
URP	0543.712445
e-mail:	urp@comune.forli.fc.it
Inps	0543.710111
Sportello unico imprese	0543.712193
Difensore civico	0543.712452
Provincia	0543.714111
CENTRI PER L'IMPIEGO	
Forlì	0543.402344
Modigliana	0546.941028
Predappio	0543.922253
Rocca	0543.951306
Santa Sofia	0543.970186
CENTRI AIUTO	
Caritas diocesana	0543.26061
(emergenza)	0543.21051
Centro donna	0543.30590
Centro servizi per i cittadini stranieri	0543.36332
Centro salute donna - Consultorio familiare	
Consultorio donne e bimbi stranieri	0543.28966 o 28977
Consultorio giovani	0543.731141
Sert	0543.733465
Canile	0543.754357
CONSUMATORI/ASSOCIAZIONI	
Cittadinanzattiva	0543.370923
Federconsumatori	0543.371170
Legaconsumatori	0543.32609
Giudice di pace	0543.717328
Adiconsum	0543.454511
Assoutenti	054321484
Aci	0543.782449
STUDENTI	
Centro turistico stud.	0543.34626
Informagiovani (uffici)	0543.712751
Informagiovani (sport.)	0543.260998
Università (centr.)	0543.450208/9

TRENI

Forlì-Faenza- Bologna

Partenze giorni feriali
4.5.9/6.24/6.31/6.49/7.05
7.22/7.33/8.13/8.24/8.39/9.29
10.10/10.39/11.23/11.53/12.24
13.24/14.39/15.24/15.39/17.53
18.24/18.53/19.27/19.53/20.24
21.23/22.24

Forlì-Rimini

Partenze giorni feriali
0.34/5.34/6.51/7.28/7.57/8.29/9.23/9.29/10.06/10.29
11.43/12.12/12.29/12.34/13.00/13.29
14.06/14.12/14.29/15.06/15.23/15.29/16.13/16.29
17.13/17.29/18.06/18.14/18.29/19.08/19.23/19.29
20.23/20.29/21.10/21.23/21.29/22.29/23.09/23.40

CIMITERO

Orario del cimitero Monumentale di via Ravegnana:

nov-feb **8-12,30 e 14,30-16,15**
mar-apr/set-ott **7,30-12 e 14,30-17**
mag-ago **7,30-12,30 e 15-19**

APPUNTAMENTI

Romagna Liberty, il libro di Andrea Speziali

Oggi alle 17 alla Sezione ragazzi della biblioteca "A. Saffi" di Forlì (ingresso Corso della Repubblica 78) si svolgerà la presentazione del libro "Romagna Liberty" di Andrea Speziali. Insieme all'autore interverranno l'Assessore alla Cultura del Comune di Forlì Patck Leech e Roberto Pasini. La monografia di 216 pagine è ricca di iconografie, inedite cartoline e documenti d'epoca che testimoniano le tracce di Liberty nella Romagna primo '900. Il volume si apre con la presentazione di Vittorio Sgarbi e con interventi del Presidente Vasco Errani della Regione, dell'Assessore alla Cultura della Regione Emilia-Romagna Massimo Mezzetti e la poesia "I Madeun" di Tonino Guerra che dedicò al curatore dell'iniziativa. La monografia è legata alla mostra itinerante che fino al 31 dicembre è visitabile presso la Biblioteca Saffi di Forlì, organizzata dall'Associazione ABCOnlus con il patrocinio e la collaborazione dell'amministrazione comunale. Il percorso espositivo forlivese inizia con fotografie e documenti storici di ville e villini primi Novecento situate in località balneari della Romagna tra

Riccione, Rimini, Viserba, Cesenatico, Cervia e Milano Marittima, proseguendo con una sezione dedicata ai progetti e alle archi-



tette dell'entroterra romagnolo come Ravenna, Forlì, Cesena e Faenza. Tra i documenti si segnalano i disegni di edifici firmati da importanti architetti dell'epoca come il dalmata Mario Mirko Vucetich (1898-1975), Matteo Focaccia (1900-1975), Paolo e Alberto Sironi, Somazzi e artisti come il faentino Achille Calzi, Giuseppe Palanti, i Fratelli Minardi. L'intento è di analizzare e documentare la storia dell'architettura Liberty e dei suoi protagonisti per sensibilizzare l'opinione pubblica nei confronti della conservazione,

protezione e valorizzazione delle testimonianze rimaste di questo stile architettonico sia in Romagna che nel territorio nazionale. Apertura della mostra La mostra è visitabile alla Biblioteca Comunale Aurelio Saffi, Corso della Repubblica n.72, Forlì. Info: tel. 0543.712600. www.RomagnaLiberty.it . Apertura al pubblico: dal lunedì al venerdì 8:30 - 19:00, sabato 8:30 - 13:00. Ingresso libero.

Serata dibattito sulla Cambogia

L'associazione culturale "Progetto aurora" e "Laboratorio mondo" organizzano per oggi alle 21 alla saletta della Banca di Forlì (via Bruni 2/4) l'incontro / dibattito dal titolo "Cambogia" un dialogo sulla storia, sul presente e sulla religione di questo misterioso paese d'oriente. Interventi: Silvia Cappelli presidente Laboratorio Mondo - associazione di promozione sociale - Massimo Merendi presidente associazione culturale Progetto Aurora. Contributi - Vanni Landi artista - Angelo Mengozzi. info@laboratoriomondo.it - smservices@iol.it - 346 6670319. Una serata per ampliare gli orizzonti.