



CAI CINISELLO BALSAMO



Notiziario del Club Alpino Italiano Sezione di Cinisello Balsamo - Anno XXXVI - N° 157 - OTTOBRE - NOVEMBRE - DICEMBRE - 2017

20 ANNI DI SCUOLA IN MONTAGNA

Il Club Alpino Italiano di Cinisello Balsamo e i giovani, un impegno iniziato fin dal 1968 con diverse iniziative per sensibilizzare i ragazzi all'educazione e al rispetto della natura, e avvicinarli correttamente alla montagna.

Questo impegno, queste iniziative e forse un casuale incontro con un "uomo creativo e fantasioso", ci ha portati alla realizzazione di un progetto nato appunto dalla collaborazione con questo "personaggio"; Enrico Mason, responsabile della C.C.A. (Commissione Cultura Ambientale) e il Centro Elica (dell'Amministrazione Comunale della nostra Città).

Il progetto chiamato "Sentire la Montagna" nato nel 1997, ha come scopo, la costruzione di una "didattica dell'ambiente", che sviluppando i tre temi: "Sentire l'ambiente circostante", "la montagna vissuta e usata" e "la geografia visiva con fantasia", si propone di far conoscere un mondo per il più sconosciuto e ignorato qual è appunto la montagna e insegnare ai ragazzi delle scuole primarie a "leggere" l'ambiente e il territorio montano e non, una capacità che l'uomo



Il saluto alla Montagna sui prati di San Tomaso, una delle mete consuete di Scuola in Montagna

**Festeggiamo i
20 ANNI DI
"SCUOLA IN MONTAGNA"
con un pranzo in compagnia di
insegnanti, accompagnatori e amici
14 OTTOBRE 2017
AL RIFUGIO "OSA"
DI SAN TOMASO DI VALMADRERA**

In questo numero

20 ANNI DI SCUOLA IN MONTAGNA	Pag. 1-2
INCONTRI CON LA MONTAGNA 2017	Pag. 3
AVVISI DALLA SEGRETERIA	Pag. 3
UN TREKKING "ALTERNATIVO"	Pag. 4
I CORSI DELLA B&G	Pag. 7

sempre più cittadino sta via via perdendo.

Il progetto proposto alle classi, prevede una precisa articolazione della sequenza in: "Prima, Durante e Dopo".

Il prima è un'analisi preventiva dei luoghi che saranno visitati e usati, da parte degli accompagnatori del CAI, concordare in collaborazione con gli insegnanti delle diverse classi gli aspetti didattici. Sviluppare presso la sede del CAI il percorso scelto con illustrazioni, spiegazioni, e l'ausilio di materiale audiovisivo oltre alla consegna di un libretto esplicativo preparato dal CAI, con tutte le indicazioni pratiche del percorso, il comportamento da tenere, l'abbigliamento, consigli pratici per l'alimentazione e alcuni canti di montagna che saranno eseguiti durante l'escursione.

Il durante, dal trasferimento in pullman all'escursione, che deve essere divertente ma anche formativa come concordato nel programma didattico. L'escursione è particolarmente curata dagli accompagnatori CAI, (mediante un accompagnatore ogni sei ragazzi),

(Segue a pagina 2)

Stampato in proprio per i Soci del Club Alpino Italiano Sezione di Cinisello Balsamo

Coordinatore: Claudio Gerelli - Redazione: Luciano Oggioni, Luciana Perini, Lino Repossi

Club Alpino Italiano Sezione di Cinisello Balsamo - Via Guglielmo Marconi, 50 - Apertura Sede mercoledì e venerdì dalle 21.00 alle 23.00
Telefono: 02 66594376 - Mobile: 338 3708523 - e-mail: direzione@caicinisello-balsamo.it - web site: www.caicinisello-balsamo.it



(Continua da pagina 1)

posti in testa, in mezzo e in coda alla comitiva con un particolare e assiduo controllo verso i meno esperti e i più esuberanti.

Il dopo, momento di fondamentale importanza del progetto, dove la montagna

stata la mancanza della festa conclusiva che consisteva in una mostra dove erano esposte parte dei lavori fatti dai ragazzi delle diverse classi e scuole, e una manifestazione teatrale che si teneva per le strade o presso una struttura della nostra

cuni ormai adulti che, quando li incontriamo, ci ricordano le esperienze vissute insieme come il "Marasso", misterioso anfibio abitante in una cava lungo il fiume Lambro il cui sguardo poteva ipnotizzarti e l'unica salvezza era di ripetere una divertente filastrocca.

Il "Martorello", giunto dal lontano Sud Est Asiatico che ha trovato ospitalità nei boschi della terza alpe, il cui unico riparo dalle sue aggressioni è di mettersi un copricapo quando si attraversa la sua zona ed è disturbato dagli schiamazzi.

L'"Uomo Selvatico", solitario abitante dei boschi di S. Tomaso presso i Corni di Canzo che quando disturbato minacciava di aggredire

sui letti a castello di un rifugio alpino a duemila metri. Questi ricordi che ci sono rinnovati da ragazzi ora trentenni, a volte ormai genitori, ci danno una grande soddisfazione, ma ci trasmettono anche la certezza che il nostro progetto; "Sentire la Montagna e ora Scuola in Montagna" ha lasciato una traccia profonda e indelebile. Un impegno che merita di continuare, per noi, per la nostra Associazione, ma soprattutto per i giovani, per i tanti ragazzi che impareranno a conoscere la montagna, convivere con la fatica, rispettare la natura e i compagni, apprezzare la solidarietà e l'altruismo, valori indispensabili per una società civile.



"Lezione di montagna" presso la Sede del CAI

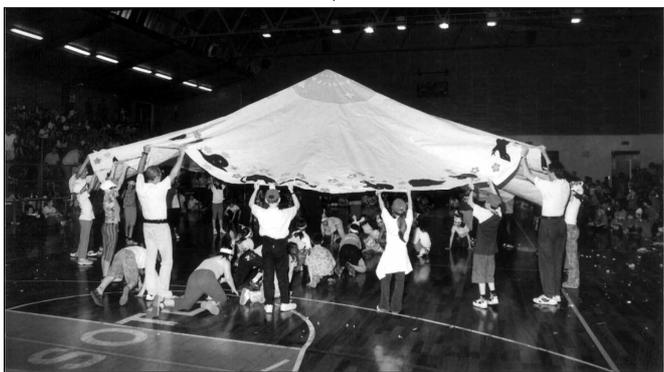
sentita, vissuta e usata, deve dare risposte positive. Tutti i momenti, le esperienze e le emozioni vissute dai ragazzi nel prima e nel durante, devono proporsi come un laboratorio didattico da sviluppare in classe.

Problemi economici da parte dell'amministrazione comunale, hanno causato la cessata collaborazione con il C.C.A. e il Centro Elica. Il progetto però è stato rinnovato e modificato in: "Scuola in Montagna",

città. Il progetto continua a essere richiesto dalle scuole primarie della nostra Città e grazie alla continua disponibilità degli accompagnatori, in questi ultimi anni, riusciamo anche a soddisfare parte delle richieste di partecipazione delle scuole primarie di Bresso e Cusano. È una grande soddisfazione registrare che in questi venti anni di attività, la nostra associazione grazie a questo meraviglioso progetto ha



Davanti alle Tre cime di Lavaredo



La festa di fine anno con le classi partecipanti al progetto Sentire la Montagna del 2003

mantenendo sostanzialmente uguale l'organizzazione e la struttura didattica del progetto originale. Unica variazione significativa è

accompagnato sulle montagne del triangolo Lariano e altre montagne, oltre "cinquemila" studenti delle classi primarie. Ragazzi al-

la scolaresca e rapire un'insegnante.

La "Scighera" misteriosa nuvola bianca che all'improvviso tutto copre e a volte succedono cose imprevedibili e misteriose. Per non dimenticare il "Ghiacciaio", meravigliosa avventura di due giorni in cui era raggiunto e toccato il ghiacciaio del Ventina. La passeggiata notturna illuminata solo della luce della luna e delle stelle, i canti attorno all'enorme fuoco preparato dai ragazzi e dagli accompagnatori e la notte trascorsa (senza i genitori)

Sono stati vent'anni di uno splendido impegno che sembra essere iniziato ieri. Anni pieni di soddisfazioni per gli accompagnatori, per gli insegnanti e per tutti quelli che hanno collaborato con noi. Anni che ci hanno dato una certezza:

Aver trasmesso a tanti giovani, esperienze e valori importanti per la loro crescita e per il loro futuro nella nostra società.

Lino

INCONTRI CON LA MONTAGNA

4 SERATE DI IMMAGINI, PERSONAGGI E CULTURA DI MONTAGNA

32^A EDIZIONE

NOVEMBRE 2017

03 NOVEMBRE	Federico Rossetti Alpinista	APPENNINO VERTICALE ALLA SCOPERTA DELL'ALPINISMO IN APPENNINO TRA GHIACCIO E MACIGNO
10 NOVEMBRE	Alessandro De Bertolini ricercatore al Museo storico del Trentino e giornalista pubblicitista	IN BICICLETTA DALL'OCEANO PACIFICO ALL'OCEANO ARTICO
17 NOVEMBRE	CORO CAI CINISELLO BALSAMO Club Alpino Italiano Sezione di CINISELLO BALSAMO	20 ANNI DI SCUOLA IN MONTAGNA E RECITAL DEL CORO CAI DI CINISELLO BALSAMO
24 NOVEMBRE	Alessandro Gogna Guida Alpina e storico dell'alpinismo	100 NUOVI MATTINI

Villa Ghirlanda-Silva - Sala dei Paesaggi - Via Frova 10 - Cinisello Balsamo
Ore 21.00 - INGRESSO LIBERO

AVVISO DALLA SEGRETERIA

Domenica 29 ottobre 2017 alle ore 15.00 appuntamento al Cippo Funebre del CAI presso il Cimitero di via dei Cipressi, in Cinisello B., per un ricordo dei defunti del CAI.

Alle 18,00 S. Messa presso una chiesa di Cinisello B. da stabilire, con la partecipazione del Coro CAI Cinisello Balsamo.

AVVISO DALLA SEGRETERIA

Il 31 di ottobre scade il termine utile per mantenere la continuit  di iscrizione.

AVVISO DALLA SEGRETERIA

Il giorno 20 Dicembre 2017 tutti i soci sono invitati presso la Sede alle ore 21.00 per uno scambio di Auguri Natalizi.

UN TREKKING "ALTERNATIVO"

QUANDO PASSIONE E TESTA DURA SUPERANO ADDIRITTURA UNA FRATTURA PLURISCOMPOSTA

Negli anni in cui ero una bambina, e i miei genitori mi portavano in montagna, odiavo

dare, cercando di impedirmi di andare a quella che definirei "la settimana montanara per



Irene alla Neue Regensburger Hütte

svegliarmi all'alba, partire in macchina per mete lontane, dove avrei dovuto indossare scarpe scomode, che facevano venire le vesciche, e faticare per raggiungere mete di cui non mi importava nulla. Vi chiederete allora che cosa sia successo. Ottima domanda, non saprei rispondere neanche io. Ma qualcosa sicuramente è avvenuto, perché ormai la "Montagna", con la M maiuscola, è parte di me e non

eccellenza": l'abituale trekking sezionale di agosto, che quest'anno aveva meta la Stubaital in Austria.

Dal 2003, quando all'età di quasi nove anni ho fatto il mio primo trekking in Dolomiti, non ho mai perso una sola di queste avventure memorabili. Ma quest'estate, circa due settimane prima della partenza, ho rotto il capitello radiale destro (per noi comuni mortali semplicemente il gomito) ca-

Per non parlare dello zaino, come lo avrei infilato e portato con un braccio al collo? E le tappe giornaliere, avrei resistito per le 8 ore di cammino previste per la seconda giornata?

Le gambe bramavano fatica e la voglia di partire era troppa, sebbene la paura di essere un peso per il gruppo premesse sulla mia coscienza. La delusione, la frustrazione, il dolore, la rabbia, la rassegnazione, ma anche la gioia, la stanchezza e non so quante altre emozioni contrastanti mi avevano già

si alla base del rifugio successivo e risalire in modo da seguire il gruppo, o meglio precederlo, accogliendoli con sorrisi e boccali di birra.

E così abbiamo fatto! Durante la prima giornata siamo riusciti a stare tutti insieme sotto la pioggia fino al StarckenburgerHütte. Un vero e proprio battesimo per il mio gomito appena sistemato. Nonostante tutto però è andata abbastanza bene; il passo era attento e preciso, l'ansia di scivolare molta e la stanchezza alla fine ancora maggiore, ma



Il rifugio Starckenburger Hütte.



In cammino sopra le nuvole

potrei pensare di vivere senza. Quest'anno però il destino (una forza inarrestabile e ahimè cocciuta) mi ha voluta sfi-

dendo in bicicletta, casualmente proprio in Austria. Che cosa fare allora? Partire lo stesso? Stare a casa a fare la muffa?

riempito il cuore nei primi giorni dopo l'incidente, tra viaggi, ricovero, intervento e, perché no, anche laurea. Ora volevo andare in montagna!

Perciò con mia mamma abbiamo preso la cartina, guardato i rifugi in cui i nostri amici avrebbero alloggiato e abbiamo studiato un "Trekking alternativo". Quasi tutti i rifugi infatti erano raggiungibili da valle, con sentieri agibili, dislivelli ragionevoli e perciò tempistiche ridotte. L'idea era quella di salire ai rifugi, dormire lì insieme agli altri, il mattino seguente scendere a valle, prendere la macchina, spostar-

ero in compagnia di persone magnifiche, in mezzo ai monti, insomma ero dove volevo essere. Il mattino dopo il tempo era splendido e con la mia super-mamma abbiamo salutato il gruppo, che si è avviato al Franz-Senn- Hütte, e siamo scese, per risalire la valle a fianco arrivando comodamente al rifugio. Anche quella sera ero stanca, ma felice!

Il giorno seguente ci aspettavano di nuovo la discesa e ben 1000 m di dislivello in salita per raggiungere il NeueRegensburgerHütte. Mia madre la sera precedente mi aveva chie-

(Continua a pagina 5)

(Continua da pagina 4)

sto più volte se me la sentissi di fare tutto quel dislivello, ma la mia testardaggine, quasi degna del beffardo destino, mi guidava a raggiungere il grup-

digati a darmi manine per non farmi scivolare o a cercare di alleggerirmi lo zaino. Mi sentivo una fetta di prosciutto tra fette di pane protettrici. Nonostante questo però la tensione e



Il gruppo "giovani" nell'attesa della cena

po di "caini". Perciò gambe in spalla e braccia al collo su fino al rifugio, grazie anche a una gigantesca e buonissima Kaiserschmarren (omelette con marmellata di mirtilli rossi) che ci ha dato la carica.

Il mattino seguente il tempo era peggiorato e il sentiero che il gruppo avrebbe dovuto se-

la paura di cadere non mi hanno lasciata fino a che mi sono seduta in macchina per raggiungere la funivia che ci avrebbe portati al DresdnerHütte. A quel punto ero come in trance. Completamente sfatta dalla fatica e dalla tensione. Per fortuna un buon Soda-Holunder (sciropo di sambu-



Valeria e Irene un po' allucinate ma anche divertite mentre scendono a valle con la teleferica della Sulzenau Hütte

guire era crollato. Tutti insieme perciò siamo scesi a valle. I 1000 m in discesa, per di più su sassi bagnati e sottobosco viscido, mi preoccupavano moltissimo. Tutti si sono pro-

co e acqua gasata) mi ha rigenerata. E per l'ora della cena ero lucida e guardavo la mia compagnia con il solito sguardo di amore e con la sensazione di essere nel posto giusto,

nel calore familiare del gruppo, nonostante un braccio fuori uso.

Il giorno successivo la mamma ed io siamo scese in funivia e risalite con agilità al Sulzenau-Hütte. Ma lì sono iniziati i guai, perché dal momento in cui l'ultimo del nostro gruppo ha varcato la soglia del rifugio, è cominciata una pioggia torrenziale. A sera siamo andati a dormire, ma il mattino dopo, il giorno del mio compleanno, ci siamo svegliati senza elettricità, senza acqua e per di più isolati. Infatti la fortissima pioggia del giorno precedente aveva fatto straripare il torren-

teleferica per guidare tutti gli ospiti del rifugio in questo viaggio di salvataggio verso il Dresdner e quando mi hanno vista col braccio al collo mi hanno detto: "tu forse è meglio se scendi in teleferica!". Non so più se fossi più sorpresa della proposta inusuale o sollevata di non dover rischiare la pelle sul sentiero. Fatto sta che ho avuto l'onore di fare anche un viaggetto panoramico sulla teleferica porta merce, provando l'ebbrezza delle montagne russe senza cinture di sicurezza. Insomma un regalo di compleanno davvero inaspettato! Così si è concluso il trekking,



Foto ricordo alla Dresdner Hütte

te che aveva letteralmente sradicato i due ponti sul sentiero che portava a valle. La situazione era critica e per capirlo bastava osservare lo sguardo preoccupato della rifugista. L'unica soluzione sembrava tornare al rifugio Dresdner, ripercorrendo cioè le 3/4ore che gli altri avevamo fatto il giorno prima su un sentiero che però ora era completamente sfatto dalla pioggia. Ammetto di aver avuto molta paura. Non volevo essere di peso al gruppo, rallentarli o metterli in pericolo e temevo moltissimo di scivolare e cadere, ci mancava solo che mi facessi ancora più male. Fortunatamente tre guide alpine sono salite in

un giorno prima del previsto, ma con un buon piatto di Grostl (uova, patate e speck), la soddisfazione di aver visto posti magici con una compagnia ottima e con innumerevoli avventure e aneddoti da raccontare.

Forse non sono stata molto prudente a imbarcarmi in questo trekking alternativo, ma di certo non me ne sono pentita!

Irene

SÜDTIROL: RICORDI ESTIVI TRA BOSCHI, LIBRI E DONNE ECCEZIONALI

...E poi il trekking era finito. Dopo una settimana fuori dal mondo degli umani, tornavamo in qualche modo alla civiltà cosiddetta e rientravamo in patria.

Ma fortunatamente per la mia famiglia, il passaggio si prospettava graduale: ci saremmo fermati infatti per tre giorni a Spiluck, luogo dell'anima e fonte di vacanze memorabili come fotogrammi con il miglior filtro, fin dal 1993!

Sarò più chiara: Spiluck è un minuscolo villaggio sulle montagne vicino a Bressanone, immerso tra i mille verdi di queste montagne, solo una

toccare l'acqua del torrente, il dondolo vicino a una casetta nel bosco... Con il tempo abbiamo imparato ad apprezzare anche i canederli e gli altri mille deliziosi cibi cucinati da Betty, le serate nella stube e le escursioni sempre più lunghe, fino ai 2500 metri di Punta Quaira, proprio sopra la frazione di Spiluck. Senza ovviamente smettere di adorare le fragoline etc!

Dopo giorni di pioggia sulle Alpi austriache della Stubaital, splendeva finalmente un bel sole mentre attraversavamo il Brennero, lasciavamo l'autostrada e ci inerpicavamo

danti ci salutano con un "Berg Heil", una di quelle espresso-

co, al rifugio Santa Croce. Anche qui non è mancata la



Con Tamara Lunger al rifugio Santa Croce



Alice a Spiluck con le sue letture preferite

manciata di case dai balconi fioriti a circa 1400 metri, circondato da boschi che non esiterei a chiamare fatati e con il rumore del torrente che diventa parte del paesaggio.

I miei genitori scoprirono quest'oasi nell'estate del 1993, quando io non avevo ancora compiuto 2 anni e quando Betty, la proprietaria dell'agriturismo Gostner Hof, mi chiamava "Stellina". Poi, dopo la nascita di mia sorella Irene, le Stelline sono diventate due, poi quattro quando anche le nostre cuginette si sono unite a noi e da allora non abbiamo praticamente mai mancato un'estate. Da piccole adoravamo le fragoline che si trovavano qua e là, le mucche,

sulla strada tutta tornanti che porta al nostro caro Gostner Hof. Il sole ci avrebbe accompagnato per i successivi giorni di escursioni che non saprei come definire se non con il termine "dolci".

Il primo giorno siamo saliti a Punta Quaira. Il sentiero sale inizialmente nel bosco, in cui filtra il sole dell'agosto montano, il sottobosco popolato da piante di mirtillo, formiche e aghi di pino. Nessun rumore se non il canto degli uccellini. Quando gli alberi iniziano a diradarsi si giunge alla Zirmait Alm, una malga circondata da un prato che sembra brillare di luce propria. Continuando si raggiunge la cresta, fino poi alla cima dove gli altri vian-

ni intraducibili e bellissime, semplicemente quello che si augura in cima a una montagna! Il panorama è a 360° e spazia dalle Odle al Sasso Lungo, alle montagne dell'Austria sulle quali camminavamo solo pochi giorni prima.

Abbiamo fatto un selfie di rito e abbiamo registrato sul libro di vetta il fatto che mia sorella, con il braccio al collo, non riuscisse a scrivere ma fosse arrivata fino là! Che donna... Anzi Cheddonna!

Il giorno dopo, invece, abbia-

mo avuto l'onore di farci una foto con Tamara Lunger, alpinista estrema, come la definisce la mini-biografia in fondo al suo libro "Io, gli ottomila e la felicità". Eh già! Lei è salita sul K2, sul Lothse ed è arrivata a soli 70 metri dalla cima del Nanga Parbat in invernale. Tutto questo a soli trent'anni e con una positività e una voglia di fare incredibili, l'aspetto del suo vissuto dal quale più di tutto vorrei prendere esempio! Senza contare che un'altra Cheddonna l'avevamo già a



Alice con Irene in discesa da Punta Quaira

mo raggiunto in macchina il paese di Lazfons e siamo saliti, lungo un sentiero agevole ma straordinariamente panorami-

Spiluck: Betty orchestra magistralmente il piccolo albergo, gli ospiti che arrivano per
(Continua a pagina 8)

scuola di alpinismo Bruno e Gualtiero



I CORSI DEL 2018

**9° CORSO DI
SCI E SNOWBOARD
ALPINISMO (SA 1)**

Febbraio Marzo 2018

www.bruno-gualtiero.it



**41° CORSO DI
ALPINISMO SU ROCCIA (AR 1)**

Presentazione del Corso: fine marzo 2018

Programma dettagliato, informazioni, preiscrizioni sul sito

www.bruno-gualtiero.it



(Continua da pagina 6)

pranzo o per cena, le altre faccende quotidiane, fa in casa marmellate innovative (come la novità dell'anno, mela, sambuco e zenzero), canederli, torte, sciropi di frutta... E apre a mani nude vasetti di marmellata che almeno quattro uomini non sono riusciti ad aprire. Parla praticamente in modo perfetto anche l'italiano, oltre al tedesco e mantiene il suo sorriso!

In effetti non mi ero mai soffermata a riflettere sul bilinguismo dell'Alto Adige, che farei meglio, forse, a chiamare Südtirol... Il giorno dopo abbiamo partecipato alla festa di Ferragosto della vicina frazione di Scaleres, che forse però dovrei chiamare Schalders, con il suo nome tedesco. In quell'occasione, come in fondo capita davvero spesso in

Alto Adige, ci siamo ritrovati ad essere praticamente gli unici italo-foni, circondati dalla



Alice e Irene con le cugine Martina e Cristina a Spiluck

banda in abito tipico, da abitanti della zona che mangiavano cibi decisamente non "italiani" e che facevano quasi fatica a spiegarci cosa fosse un Veneziano, a noi che eravamo

italiani e che avremmo dovuto capirlo da soli (si è rivelato essere uno Spritz!).

Per caso, solo qualche settimana dopo ho letto il libro di Lilli Gruber "Eredità", dove la giornalista parla dell'ennesima Cheddonna, la sua bisnonna Rosa. Nella sua intensa vita,

oltre ad amministrare le proprietà del padre, a crescere sei figli, ad essere una figura di riferimento nel suo paese, si è trovata ad affrontare il duro colpo del passaggio del Südtirol all'Italia. Lei, come molti altri, non aveva nulla di italiano, si sentiva cittadina austro-ungarica, non parlava l'italiano e rifiutò di impararlo anche successivamente. Quanta storia e quante battaglie hanno visto questi ridenti prati e dolci pendii! E pensare che ne sapevo così poco!

E così il Südtirol ci lascia con i colori amichevoli dei suoi prati, con i sapori dei suoi cibi e con quel pizzico di spinta verso l'ignoto, come la sensazione di essere in fondo noi gli stranieri.

Alice

UN PRANZO TUTTE MELE

Matura a cavallo tra l'estate e l'autunno, è ormai da secoli nella dieta umana e non solo, oggi conta decine di specie,

giorno toglie il medico di turno".

Con queste premesse non poteva mancare un pranzo del CAI

arrosto in crema di mela, con contorno di insalate miste di mela, noci, arance e pinoli, e poi formaggi vari con mostarda di mele e marmellata di mela cotogna. Il gran finale è ovviamente affidato ai dolci, magari non tutti a base di me-

occasione ha riscosso un meritato successo.

Meritati anche gli applausi all'idea e all'ottima realizzazione, davvero soddisfacente. Questi pranzi sono diventati delle belle occasioni per passare una giornata "socitaria" che



Foto ricordo nel cortile del CAI durante l'aperitivo

varietà, ibridi e per le sue caratteristiche è forse il frutto più coltivato nelle valli Alpine.

Sto parlando della mela, succoso frutto spesso sottovalutato e che tuttavia in cucina si è conquistato un posto di tutto riguardo, partendo dai dolci, a cui si addice per natura, ma via via conquistando anche gli altri piatti, ma ha saputo guadagnarsi un posto anche nella saggezza popolare: una mela al

di Cinisello Balsamo di "Tutte mele", un'idea di Valeria, sviluppata con qualche invenzione e la collaborazione di altri soci.

L'aperitivo di succo di mela "animato" da zenzero e accompagnato da chips di mela, tocchetti di mela avvolti nello speck, prepara lo stomaco al primo piatto costituito da un risotto alle mele e speck, squisito, seguito da un gustoso



Sirio si serve l'arrosto

la, ma sempre mooolto graditi, e tra tutti spiccava certamente il "re" strudel realizzato magistralmente da Maria, un dolce molto caro a noi frequentatori delle Alpi, spesso presente nei rifugi e che anche in questa

facilita la conoscenza tra i soci, come sempre con la montagna nel cuore, ma una volta ogni tanto senza l'obbligo della fatica, pertanto lanciamo l'invito ai soci ad "inventare" il prossimo pranzo.