

LE VOCI DELL'ORTO

Il notiziario dell'



Seminiamo coesione sociale e ortaggi prendendoci cura di un bene comune e primario come la terra, in collaborazione con Parco Nord e Comune di Milano.

VERSO L'INVERNO

di Fabio Campana

Dopo un inizio caratterizzato dalle ormai frequenti "temperature superiori alla media stagionale", sembra che l'autunno sia definitivamente arrivato. La stagione colturale è giunta agli sgoccioli, ma il nostro Orto rimane comunque sempre in attività. Restano da raccogliere gli ultimi finocchi, cicorie, lattughe, rapanelli, cavoli e verze. In dispensa abbiamo ancora qualche zucca e, come sempre, è disponibile una gran varietà di erbe aromatiche.

Con la fine di ottobre è terminato l'incarico di Martin, il nostro Responsabile di Campo o, se preferite, "Fattore", ovvero colui che ha il compito di dirigere e coordinare le diverse attività di lavoro e di coltivazione nell'Orto, in diretto contatto con il Direttore Tecnico. Martin ha concluso il suo secondo anno consecutivo di lavoro presso l'Orto e il prossimo anno non potrà rinnovare la sua collaborazione, poiché nuovi progetti lo portano a trasferirsi lontano da Niguarda. Colgo quindi l'occasione per ringraziarlo per l'ottimo lavoro svolto nei due anni passati e per augurargli buona fortuna. Ci teniamo in contatto!

Tornando alle questioni agronomiche, è di recente partita la ormai tradizionale semina autunnale delle fave. Come è noto, le fave sono leguminose e quindi sono molto utili per ripristinare la fertilità del suolo. Per tale motivo ne seminiamo in abbondanza, in diverse aiuole. I frutti saranno pronti per la raccolta in primavera.

Prima dell'arrivo delle basse temperature invernali copriremo con foglie secche le aiuole ripulite dai residui di coltivazione. A primavera ciò che rimane delle foglie sarà inglobato nel terreno, aumentandone il tenore in sostanza organica, fatto molto positivo dal punto di vista agronomico.

OrtoComune NIGUARDA

artista
gelateria - caffè letterario

Ti aspettano al Mercatino di Natale

il **24 novembre** dalle 15.00 alle 17.30 all'**OrtoComune**, via Tremiti, **per una Merenda Golosa**.

il **1 dicembre** dalle 15.30 alla **Gelateria Artista**, via Adriatico 10, per assaggiare il **GELATO YOGURT, NOCI E MIELE OCN**.

Ci saranno prodotti del nostro orto (verdure, erbe aromatiche, miele, fiori) e piccoli oggetti confezionati per originali idee regalo. Iniziative a sostegno dei progetti dell'orto.

QUEST'ANNO REGALO L'ORTO!

di Anna Galeazzi e Maura Carboni

I mercatini di Natale sono importanti sia per farci conoscere che per sostenere e, quindi, continuare, il progetto OrtoComune. La preparazione avviene tra ottobre e novembre, quando alcune socie, chiamate scherzosamente **Mani di fata**, utilizzando i prodotti dell'orto, creano composizioni floreali e oggetti decorativi, preparano sacchetti di erbe aromatiche, infusi, miscele per profumare la casa, e confezionano vasetti di miele e di sali aromatizzati.

Alcuni fiori coltivati nel nostro orto-giardino sono stati essiccati per essere poi utilizzati nelle composizioni floreali decorative: dai girasoli, alla lavanda, dalle roselline alla nigella, dalle monarde all'amaranto e alle capsule dei papaveri. Le nuove creazioni rappresentano un'ottima occasione per regali originali e unici, "made in OCN".

Anche le erbe aromatiche, raccolte, pulite ed essiccate con cura nei mesi estivi, ora vengono confezionate. Quest'anno ci siamo così appassionate agli infusi da crearne ben dodici, con miscele diverse di erbe e fiori: digestive, calmanti o semplicemente... buone!

La ricca stanza delle piante aromatiche ci permette di offrire anche un bell'assortimento di preparati per la cucina: i mix classici e quelli con le erbe meno

conosciute, i mix per l'arrabbiata e il sale aromatizzato con erbe o con peperoncini piccanti. Inoltre, ce n'è per tutti i gusti per profumare la casa, dalla lavanda in sacchetti di lino cuciti a mano ai pot-pourri di erbe e fiori con profumi più particolari, agrumati o esotici.

Non può certo mancare il miele delle nostre api, ottimo e purissimo, in versione regalo. E quest'anno per la prima volta, grazie alla collaborazione con Aromi a Tutto Campo, cooperativa sociale di catering vegano e vegetariano, proponiamo anche golosità realizzate con i nostri ortaggi.

Alice, la nostra ort-artista, ha poi disegnato l'esclusivo canovaccio 2019, che contiene una originalissima novità rispetto a quello delle due edizioni precedenti.



L'UOMO DELLE ZUCCHE

Intervista a Enzo Del Monte, a cura di A.G.

Enzo De Monte è una colonna del nostro orto, un gentiluomo d'altri tempi, sempre disponibile a dare una mano dove vede un'emergenza. Alle zucche si dedica con passione e competenza per tutto il ciclo vegetativo, in marzo le semina in vasetti che tiene sul suo balcone, e prepara le buche in campo con terriccio ricco e foglie secche, che lascia macerare circa un mese. Poi, in aprile, vi trapianta le piantine con amorevole cura e continua ad innaffiarle e a controllarle fino al momento della raccolta, che normalmente avviene tra settembre e ottobre. Gli ho posto qualche domanda sull'ortaggio principe di questa stagione.

Enzo, sei soddisfatto del raccolto di zucche di quest'anno?

Non tanto. La striscia che abbiamo deciso di coltivare, in fondo all'orto oltre l'area del mandala, si è rivelata inadatta per queste piante un po' esigenti; infatti, i rami che abbiamo spinto verso gli arbusti affinché non andassero sopra peperoni e melanzane, sono stati soffocati dagli arbusti stessi e hanno prodotto zucche sofferenti.

Però ho visto e assaggiato zucche stupende e fiori abbondanti...

Certo, in particolare quelle coltivate nella stanza delle varietà antiche, ma anche qua e là in altri punti dell'orto. Delle zucche mantovane e delle berrettine -- quelle che sembrano indossare un cappellino e molto gialle all'interno -- sono soddisfatto, e sto tenendo da parte i semi per il prossimo anno. Per quanto riguarda i fiori devo osservare che purtroppo alcune persone non hanno ancora capito come si raccolgono e, recidendo i fiori produttivi anziché quelli sterili, bloccano di fatto la crescita della piccola zucca.

Ah, conservare i semi? Gli agronomi sostengono che non si riesca ad ottenere la stessa tipologia di zucca conservando i semi...

A volte succede, ma invece, secondo la mia esperienza, si ottengono ottimi risultati mettendo a dimora i semi raccolti l'anno precedente.

L'anno prossimo dove vorresti piantare le zucche? Ci ho già pensato e ne ho accennato a Fabio: vorrei



metterle ben distanziate nelle file tra la fila delle piante di lamponi e il corridoio centrale, perché penso che avrebbero tutto lo spazio per crescere e allungarsi per bene. Forse non tutti sanno che la pianta trae nutrimento non solo dalle radici principali, ma anche da quelle più piccole che, spuntando in corrispondenza di ogni foglia, si ancorano al terreno strada facendo. Pertanto se vogliamo ottenere belle zucche dobbiamo dare spazio e buon terreno, al resto ci pensano il sole e l'energia di queste formidabili piante!



OCN: MIGLIOR ORTO CONDIVISO LOMBARDO 2019!

di Antonello Miraglia

Quali sono gli orti più belli della Lombardia? Quale quello più sostenibile? A deciderlo è stata una giuria di esperti* che ha valutato le quasi cinquanta candidature presentate per il concorso "Orto Fai da Te 2019", organizzato dalle associazioni "Villaggio Nostrale" e "Consorzio Cascina Cuccagna".

Gli orti sono stati valutati in base al loro piano culturale, la ricaduta sociale, la sostenibilità ambientale e le fotografie in grado di documentare al meglio la bellezza e la cura dell'orto, l'ordine e la salubrità delle colture e la sua comunità.

La premiazione si è tenuta a Milano presso Cascina Cuccagna sabato 28 settembre durante "Milano Green Week" e "Cascine Aperte", ed è stata precedu-

ta da una mostra che ha permesso di far conoscere gli orti che hanno partecipato al concorso.

Nella categoria orti condivisi, a cui hanno partecipato ben in ventisette, l'OrtoComuneNiguarda è risultato essere il miglior orto lombardo, seguito in seconda posizione dagli Orti di via Padova, vincitore anche del premio speciale sulla sostenibilità ambientale.

* Composizione della giuria della manifestazione: Teodoro Margarita, Rubrica "Terreno Duro" de L'Extraterrestre, inserto Ecologista de Il Manifesto; Massimo Centemero, Direttore CIC, Consorzio Italiano Compostatori; Paola Magni, Lifegate; Camilla Cerea, Photo Editor and Photographer presso National Audubon Society; Manuel Bellarosa, Giardiniere condotto del Comune di Milano; Pio Rossi, Scuola Agraria Parco di Monza



IL RAPPORTO UOMO-NATURA NEGLI ORTI DI COMUNITA'

di Arianna Bianchi

Il 12 ottobre si è tenuta la tavola rotonda Uomo-Natura: prove di convivenza, realizzata in collaborazione con Coop Pandora, a conclusione di Verde a Miracolo a Milano, un progetto finanziato da Fondazione Cariplo che ci ha visti impegnati per 3 anni - insieme a Parco Nord, Coop Pandora, EUMM, Casa Testori e Associazione Idea - in varie attività il cui fine è stato quello di far percepire il Parco Nord anche come un luogo di cultura, al pari dei luoghi culturali tradizionalmente riconosciuti.

OrtoComune ha avuto a cuore una serie di iniziative finalizzate alla creazione di comunità incentrate sul tema dell'ambiente e della biodiversità e, in particolare, della cura della terra e delle relazioni.

Parallelamente ci siamo posti il problema di affrontare una riflessione su quanto facevamo quotidianamente e sulle motivazioni che ci animano, al fine di mettere in risalto il valore culturale del nostro lavoro quotidiano. Così ci siamo chiesti cosa significasse realizzare un orto comunitario, cosa ci spingesse a coltivare insieme e quale fosse il rapporto che come cittadini cercavamo con la natura nel nostro fare quotidiano. E questo ha portato alla realizzazione di un video-documentario, condiviso con Coop Pandora e realizzato da Prospekt, dal titolo "Semi urbani".

La tavola rotonda è stata l'occasione per presentare questo video e contemporaneamente confrontarsi con situazioni, luoghi e culture lontane [vedi l'esperienza di Tinlili, in Burkina Faso, che brevemente riportiamo qui, *n.d.r.*] e capire quanto sia essenziale alla sopravvivenza della specie umana, e non solo, riuscire ad affrontare un cambio di paradigma culturale per cui uomo e natura non sono soggetti diversi e antitetici, ma l'uno è parte dell'altra e la sopravvivenza del primo si fonda sul rispetto degli equilibri della seconda.

Noi, artisti urbani, abbiamo avuto l'occasione di percepirci come parte di un'auspicata rivoluzione culturale, che ha bisogno del sostegno di ciascuno di noi per diventare efficace.



UN GIARDINO AI CONFINI DEL DESERTO L'orto botanico contadino di Tanlili - Burkina Faso

di Daniela Faiferri, presidente di Coop Pandora (partner del progetto Verdemiracolo a Milano) e fondatrice dell'Associazione "Donne per le Donne"

È dagli anni '70 che, nell'area sub sahariana, la siccità si accentua e il deserto avanza. Le terre coltivabili divengono più rare e numerosi spazi alberati ed erbosi si riducono fino a scomparire. Può accadere però che a questo declino ci si opponga recuperando cultura e pratiche contadine in grado, con un sostegno condiviso, di ridare fertilità ai suoli, raggiungere l'auto-sufficienza alimentare, preservare e difendere la biodiversità.

È in questo contesto che nel 1990 ha inizio il progetto di cooperazione tra l'Unione Namanegzanga dei Gruppi di Villaggio di Tanlili (Ungvt) e Coop Lombardia, con la consulenza tecnico scientifica di Inades Formation (ong panafricana), di Giulio Soncini e Ettore Tibaldi del Dipartimento di Biologia dell'Università di Milano.

Il progetto "Produrre senza distruggere" ha dato, nel corso degli anni, i suoi benefici effetti: è riuscito a garantire una sicurezza alimentare a un bacino di circa 30.000 persone, sono state riforestate alcune aree strategiche grazie alla realizzazione di "vivai di villaggio", sono stati posizionati chilometri di dighe anti-erosive e attivate centinaia di fosse di compostaggio per rigenerare lo strato fertile del suolo, recuperando antiche tradizioni di coltivazione. Quando si riescono a soddisfare i bisogni essenziali, si trova l'energia anche per sviluppare piccole attività artigianali, prendersi cura dell'istruzione, ridare fiato ad attività ricreative e culturali!

Nasce così l'Orto-Giardino botanico contadino, due ettari di superficie con infrastrutture di base: un pozzo a pompa manuale, un capanno per gli attrezzi, un luogo per ospitare i giardinieri e infine un piccolo spazio per le attività educative. Il Giardino è un luogo di approfondimento della relazione fra l'uomo e l'ambiente, pensato per essere utile alle generazioni di contadini costretti a rinegoziare continuamente il loro ruolo all'interno dell'ecosistema, conservando la memoria del passato e preparando l'apertura a possibilità future. In tal senso il Giardino botanico nasce come spazio dalle diverse funzionalità: la conservazione della biodiversità, la diffusione delle buone pratiche produttive e la sperimentazione di nuove tecniche agro-forestali.

Circa 50 le specie di piante native ospitate, alcune delle quali si trovano ormai quasi soltanto nella brousse. Nel 2011 il giardino è stato intitolato a Ettore Tibaldi, delle cui idee questo luogo rappresenta una magnifica materializzazione. Ora il Giardino è patrimonio accessibile a visitatori locali e stranieri. Grazie a una ricerca etnobotanica che raccoglie gli usi e i costumi locali relativi agli alberi, i visitatori possono trovare fra i rami di questo giardino ai confini del deserto i segni vivi di una cultura che lotta per la propria sopravvivenza.

ZUPPE PER TUTTI I GUSTI

Il grande classico invernale in versioni nuove e originali, tutte da provare!



ZUPPA DI FINOCCHI E CAROTE (ricetta di Cristina e Allan Bay)

Mondate, lavate e tagliate a julienne le carote e i finocchi. Tritate una cipolla e rosolatela in una casseruola con poco olio e semi di finocchio pestati.

Aggiungete le verdure tagliate, lasciate insaporire e bagnate con il succo di una arancia. Lasciate sfumare e aggiungete il brodo vegetale che avrete preparato a parte. Cuocete per circa 20 minuti.

Alla fine della cottura regolate di sale e unite un cucchiaino di scorza d'arancia tritata. Servite con crostini di pane, una punta di peperoncino e parmigiano grattugiato.

ZUPPA DI BARBABIETOLE

Fate soffriggere in olio due cipolle tritate, su fuoco basso, per 5-10 minuti. Unite le barbabietole crude, pelate e tagliate a pezzettini, e il cavolo verza a listarelle.

Fate insaporire le verdure nella casseruola, versate il brodo vegetale che avrete preparato in precedenza e un cucchiaino di aceto. Portate a ebollizione e lasciate bollire piano per circa un'ora.

Terminate la cottura, salate, pepate e, se può piacere, aggiungete della panna acida. Servite accompagnando con pane tostato e dadini di fontina.



ZUPPA AUTUNNALE CON RISO

Pulite e tagliate a pezzetti i topinambur e riducete a dadini la polpa di zucca. Fate lessare il riso integrale in acqua un po' salata. Dopo aver fatto ammollare per 12 ore 2 manciate di ceci secchi, fateli cuocere per una mezz'oretta con 2 foglie di alloro, un rametto di finocchietto e scorzette di limone.

Aggiungete ai ceci i topinambur e la zucca e fate cuocere ancora per 30 minuti. A fine cottura prelevate due mestoli di zuppa e frullateli, riunite la crema ottenuta alla zuppa, e aggiungete infine il riso lessato. Regolate di sale e servite la zuppa con un filo di olio evo.