

WIGWAM

NEWS



DIVENTA RESILIENTE!

**PARTECIPA CON NOI
E SOSTIENI LA RETE DELLE
COMUNITA' LOCALI WIGWAM**

Quote associative 2024

- Socio Ordinario € 25,00
- Socio Sostenitore € 100,00
- Socio Sostenitore Ente € 300,00

c/c Postale n. 69120327 intestato a Wigwam APS Italia o con bonifico a IBAN IT86X076011210000069120327 BIC/SWIFT BPPIITRXXX

Scegli Wigwam per il tuo **5 per mille**

9 2 0 6 1 1 3 0 2 8 9



Aurora Burato
di anni 18
di San Bonifacio (Vr)

Lavoro candidato
al Premio Wigwam
Stampa Italiana 2024
Giovani comunicatori
per Comunità resilienti
→ info@wigwam.it

Questa ricetta è un connubio tra tradizione e innovazione: il gelato appartiene alla nostra tradizione italiana e abbiamo deciso di renderlo innovativo usando un prodotto tipico dell'azienda

IL GELATO AL BRODO DI GIUGGIOLE RACCONTA UNA BELLA STORIA

Non può esserci migliore gelato italiano artigianale e perfino di filiera corta anzi cortissima, di quello che si fa e si può degustare, alla Corte delle Giuggiole

Mi chiamo Aurora Burato, ho 18 anni, vivo a San Bonifacio e frequento la Scuola Alberghiera Dieffe a Lonigo (Vi). Come piatto d'esame ho portato la ricetta dello Chef stellato Davide Oldani "Terra di cacao" e con questo progetto ho deciso di approfondire la mia conoscenza sul gelato.

La realizzazione del gelato può permettere di essere creativi e di usare qualunque ingrediente a piacere. Oggi mi trovo presso l'Agriturismo con alloggio e Fattoria didattica e Sociale "Corte delle giuggiole" a Cologna Ve-

neta (Vr), sede della Wigwam Local Community del Colognese Veneto, con la corrispondente e operatrice Wigwam Marisa Saggiotto. Siamo qui per realizzare un gelato dedicato a questa realtà utilizzando un frutto tipico di questo luogo: "La giuggiola".

La giuggiola è il frutto prodotto dalla pianta del giuggiolo, il cui nome scientifico è Ziziphus jujuba. Si tratta di un piccolo arbusto di provenienza asiatica, che nel corso dei secoli si è diffuso nei paesi mediterranei e in Italia.

Coltivato per i suoi prelibati frutti, ma adatto ad essere colti-



L'invenzione di Aurora con il prodotto tipico della "Corte delle Giuggiole" di Cologna Veneta (Vr)



La Comunità Locale
Wigwam
Colognese Veneto



100 g di giuggiole fresche apportano circa 79 Calorie e:

- 1,2 g di proteine
- 0,20 g di lipidi
- 20,53 g di carboidrati
- fibra alimentare
- 69 mg di vitamina C
- 0,900 mg di niacina
- 0,081 mg di piridossina
- 0,040 mg di riboflavina
- 0,020 mg di tiamina
- 40 UI di vitamina A
- 250 mg di potassio
- 23 mg di fosforo
- 21 mg di calcio
- 10 mg di magnesio

vato anche come pianta ornamentale, il giuggiole produce delle drupe ovoidali, con buccia sottile e liscia di color rosso scuro, la cui polpa ha una consistenza compatta e farinosa, dal sapore dolce leggermente acidulo, che ricorda quello della mela.

Le giuggiole sono un ottimo supporto in caso di depressione, nervosismo, irritabilità, stanchezza, insonnia, ansia e palpitazioni. L'alta concentrazione di vitamina C aiuta in caso

di disturbi stagionali quali raffreddore, tosse e sindromi influenzali, soprattutto nella forma di estratto o frutto essiccato.



La raccolta delle giuggiole

- 3 mg di sodio
- 0,48 mg di ferro
- 0,084 mg di manganese
- 0,073 mg di rame
- 0,05 mg di zinco

Le giuggiele sono fonti di tannini. In 100 grammi di frutto fresco sono presenti circa 3,2 mg di catechina e 1,3 mg di quercetina.

LA MIA RICETTA DEL GELATO ALLE GIUGGIOLE

Ingredienti: uova, panna vegetale, giuggiele, zucchero.

Procedimento: dividere il tuorlo dall'albume, montare a neve gli albumi, montare la panna. Aggiungere ad ogni tuorlo mezzo cucchiaino di zucchero e mescolare. Unire gli albumi montate a neve e infine la panna lentamente con movimenti dal basso verso l'alto. Per aggiungere una nota croccante e di colore, alla fine si possono sbriciolare so-



pra alcuni amaretti e spumiglie.

Questa ricetta è sostenibile perchè le uova e le giuggiele sono a km 0, interamente prodotti dall'Azienda Agricola di Massignan Beatrice.

Questa ricetta è un connubio tra tradizione e innovazione: il gelato

appartiene alla nostra tradizione italiana e abbiamo deciso di renderlo innovativo usando un prodotto tipico dell'azienda. Vi aspettiamo con gioia per un'assaggio di questa ricetta innovative ■

© Riproduzione riservata



Marmellata di giuggiele fatta in casa

