

Recupero - riuso - risparmio

Questo momento storico è afflitto da due problemi che riguardano il singolo cittadino/consumatore, la collettività e l'ambiente: la crisi economica e l'inquinamento nei suoi vari aspetti. Se uniamo le due cose risulta importante e per molti necessario imparare a riutilizzare gli oggetti come facevano i nostri nonni ma il consumismo di massa ci ha fatto scomparire. Insomma è arrivato il momento di "fare di necessità virtù" e allora vogliamo condividere la nostra esperienza che sicuramente la creatività dei lettori saprà rielaborare secondo le proprie esigenze.

Ci limitiamo alle cose di uso comune, senza tralasciare, però, che ci sono siti internet in cui si possono trovare impensabili suggerimenti, anche come riutilizzare il motore di una lavatrice...

Molti Comuni italiani comprendono nelle loro politiche ambientali l'obiettivo delle 3R: RIUTILIZZARE, RIPARARE, RICICLARE. Delle tre l'ultima è sicuramente alla portata di tutti, perché ormai le isole ecologiche sono dappertutto e, se non ci sono, l'unica cosa che si può fare è sollecitare il proprio Comune ad approntarle. Le altre due stanno alla sensibilità dell'individuo.

Riparare non è sempre facile, almeno per chi non ha la giusta manualità, ma si stanno riscoprendo vecchi mestieri, dimenticati per troppo tempo: la sarta, il calzolaio, il falegname, l'arrotino... Molti GAS -Gruppi di acquisto solidali- si organizzano per stilare mappe di questi artigiani o per promuovere seminari di autoapprendimento. E nel web fioriscono anche corsi per imparare a cucinare, a cucire o a lavorare a maglia: abilità che fino agli anni '60 ciascuna ragazza apprendeva dalla propria madre, ma che specialmente negli ultimi decenni sono andate quasi del tutto perse.

Qui vogliamo promuovere il RIUTILIZZO, che per fortuna di tutti comporta nulla o pochissima abilità pratica, a parte a un po' di senso critico e di fantasia. Basta che ogniqualvolta che stiamo per buttar via qualcosa, ci chiediamo "posso continuare a usarlo in altro modo?" Probabilmente chi ha una certa età o è un "maniaco collezionista", lo fa già; noi ci rivolgiamo agli altri: quei giovani che buttano via tutto con leggerezza e se poi hanno bisogno di un contenitore, vanno a comprarlo...

Forse bisognerebbe capovolgere il nostro modello di pensiero e mettere in conto che i tempi che arriveranno ci costringeranno a una maggiore parsimonia ma anche ci apriranno nuove frontiere di creatività entro le quali ci verrà naturale imparare e inventare mille e più riutilizzi.

Cominciamo appunto dai contenitori...

Barattoli della marmellata, scodelline dei formaggi, vaschette del gelato, bottiglie dei succhi di frutta, purché abbiano il tappo, possono trovare mille riutilizzazioni in cucina: contenere un avanzo di cena, una monodose di salsa da congelare, il minestrone preparato in abbondanza, mezza cipolla



da riporre in frigo, il prezzemolo fresco o addirittura la marmellata fatta in casa. All'occorrenza i tappi ammaccati o arrugginiti si possono anche comprare nuovi.

Barattoli particolarmente belli si possono usare come portafiori o per conservare caffè, the, zucchero, spezie.

I barattoli di vetro più grandi, per esempio delle olive o di certi sottaceti, si possono usare per conservare i cereali le farine o i legumi, che sono spesso esposti a parassiti indesiderati.

Oltretutto sempre più nelle cooperative ma anche

nei supermercati si vendono prodotti sfusi (“alla spina”), quindi avremo bisogno di barattoli per conservarli. Questo *ritorno all’antico* re-insegna ad acquistare derrate di ottima qualità senza sprechi di prodotto ed imballaggio.

Scatoline più piccole, come quelle dei formaggini o dei fiammiferi possono essere usate per contenere spilli, aghi, chiodi, viti, gommini ecc.

Le scatole trasparenti dei cioccolatini (quelle piatte) sono ottime per riporre gli arnesi da cucito – forbici, bottoni, filo, fettucce, nastri ecc. – perché si vede subito il contenuto e per questo possono servire anche agli uomini di casa per i piccoli utensili - giraviti, pinze, nastri isolanti - oppure ai figli studenti per riporre penne, matite, pennarelli, gomme, ecc.



Quelle piuttosto alte e strette vanno benissimo per rossetti, smalti, ombretti, acetone oppure per i piccoli fermagli e gli elastici dei capelli.

Ma anche le classiche scatole di cartone sono utili: se dovete spedire un pacco, non fate altro che togliere i vecchi nastri adesivi, aprire delicatamente la zona dove sono incollate le due estremità, rovesciare la scatola in modo che l’interno (senza scritte) risulti esterno, fissare le estremità con l’adesivo da pacchi ed ecco una nuova scatola su cui scrivere l’indirizzo. Per imbottirla e non far muovere gli oggetti? Le “patatine” di polistirolo o i fogli a bolle che avrete amorevolmente conservato da altri pacchi ricevuti, o semplicemente delle pagine di giornale accartocciate.

Le scatole di cartone sono ingombranti da riporre ma occupano pochi cm se si toglie l’adesivo della parte inferiore e si schiacciano lungo le piegature.

Le scatole con coperchio –come quelle delle scarpe, se sono pulite, o delle camicie- si possono foderare dentro e fuori con carta decorata e diventano dei bellissimi pacchetti da regalo che a loro volta possono diventare dei simpatici portatutto. Nelle scatole delle camicie si possono anche riporre documenti, bollette, ricevute ecc.

L’universo scatole è una miniera di giochi per bambini, come vedremo più avanti.

Bottiglie, flaconi, dispenser

Le bottiglie di vetro, ormai introvabili, sono pressoché preziose, quindi tenetele in buon conto perché possono sempre servire, per esempio per mettere il thè freddo in frigorifero. Ricordate che le bottiglie di plastica rilasciano nel tempo particelle non proprio salutari, quindi preferite quelle di vetro, il miglior materiale in assoluto. Abbiate solo l’accortezza di non riporvi sostanze velenose o comunque tossiche senza etichetta: qualcuno potrebbe inavvertitamente berle!

Se siete in giro e comprate una bottigliina da mezzo litro di acqua, non buttatele via: la prossima volta potete riempirla e portarvela dietro, risparmiando il costo e l’ennesima dose di plastica.

I flaconi dei detersivi, gli spruzzatori e i dispenser sarebbe bene riempirli con le ricariche o i detersivi alla spina; se avete imparato a fare i detersivi fai-da-te, vi serviranno per contenerli. Il dispenser del detersivo per le mani si rivela utilissimo in cucina per dosare le piccole quantità di detersivo lavapiatti. Il flacone forato del talco può contenere egregiamente il bicarbonato o la soda per le pulizie domestiche, che così non prendono umidità. Unica accortezza: metteteci un’etichetta nuova (la potete scaricare gratuitamente da http://biodetersivi.altervista.org/allegati/biodetersivi_etichette.pdf).

Tessuti e filati

Le lenzuola, specialmente quelle *di sotto*, dopo qualche anno di uso si logorano e sbiadiscono. Ma non per questo diventano inservibili: innanzitutto si possono utilizzare così come sono per coprire i mobili durante le imbiancature o le trapanature, oppure in cantina o in soffitta per coprire gli oggetti che usiamo di rado.

Per altri usi, siccome si logorano al centro dove maggiore è l'attrito con il corpo, si possono recuperare le parti "periferiche" e farne nuove federe per cuscini, sacchetti porta tutto, pannetti per la polvere, per i vetri o per avvolgere le verdure da mettere in frigo. Bisogna però orlarle, a mano o a macchina, altrimenti perdono i fili. E i ritagli che avanzano? Si possono conservare per pulire l'automobile, le scarpe, la pipì del cane, o altre cose particolarmente sporche e poi buttarli via. In questo modo risparmierete lo *scottex*.

Le vecchie federe si possono usare come sacchetti per riporre maglioni, plaid, borsette di pelle oppure in lavatrice per proteggere capi delicati o per raggruppare indumenti piccoli che si disperdono nel cestello (calzini, slip, ecc.)

Allo stesso modo tovaglie e tovaglioli hanno mille riutilizzi in cucina, al posto della carta usa e getta.

T-shirt, pigiami, camicie da notte in maglina di cotone sono utilissime per spolverare, specialmente i mobili in legno. Per non usarli così come sono, basta tagliare maniche gambe e dorso e farne quadrilateri approssimativi; non serve neanche orlarli perché non si sfilacciano.

Alcune mamme intraprendenti hanno scoperto che con questi indumenti smessi si possono confezionare pannolini per bambini e assorbenti da donna lavabili: il cotone a contatto con la pelle è confortevole e siccome è stato lavato decine di volte, è ormai immune dalle sostanze tossiche di lavorazione.



Sempre in tema di pannolini durevoli per bambini, molti tessuti si prestano ad essere riusati come inserti assorbenti, in particolar modo i vecchi asciugamani di spugna. Inoltre con i ritagli di lenzuola si possono confezionare delle salviette per pulire il bimbo, al posto dei fazzolettini usa e getta.

I vecchi asciugamani si possono utilizzare anche per "impannare" i maglioni e i capi delicati, cioè per assorbire l'acqua in eccesso prima di stenderli ad asciugarli: questo accelera l'asciugatura e impedisce che i capi si sformino col peso dell'acqua.

I nostri armadi sono pieni di vestiti che non usiamo più perché la moda ce li rende inguardabili. Ovviamente si possono portare dalla sarta e farli modificare, oppure, se si ha in casa una macchina da cucire, provare con un po' di abilità a trasformarli in qualcos'altro: per esempio con salopette, jeans e pantaloni si possono fare gonne o minigonne semplicemente scucendo l'interno delle gambe e ricucendo i lembi tra di loro. Ma con i jeans si possono anche fare borse, pochette, borsellini, porta computer, portaocchiali, sacchetti vari, sfruttando tasche e cuciture.

Un classico di quando "*eravamo povera gente*" era disfare le maglie per recuperare i filati. Questo si può fare solo se i singoli pezzi sono rifiniti e poi cuciti, cioè se non sono stati assemblati con la *taglia e cuci*: solo così il filo scorrerà tutto intero. Bisogna prima disfare pazientemente le cuciture facendo attenzione a non tagliare i fili della lavorazione; poi bisogna trovare il capo superiore e cominciare a disfare, avvolgendo contemporaneamente il filo attorno alla propria mano o a una carta appallottolata, per fare il gomitolino. Dopodiché dal gomitolino si passa alla matassa, avvolgendo il filo alla spalliera di una sedia e si ferma con un cappio, possibilmente di un altro colore per facilitare il riavvolgimento successivo. A questo punto il filato si presenterà ondulato: si può stirare col ferro a vapore e quindi lavare le matasse, "impannarle" e lasciarle asciugare; alla fine del



processo il filato sarà come nuovo e si potrà riavvolgere in gomitoli (servono l'apposito arcolaio o le braccia pazienti di un familiare).

Naturalmente tutto questo lavoro si fa se il filato "lo merita", cioè se è una fibra "nobile" e ben conservata. Se abbiamo un sintetico oppure il maglione è confezionato con la *taglia e cuci*, si possono tagliare i pezzi e sfilare i singoli fili che possono servire come riempimento di cuscini. La lana "riccioluta" si presta bene anche per fare i capelli delle marionette o delle bambole di pezza.

Un modo più semplice di riutilizzare i maglioni è

fare la "lana cotta": si lavano "in malo modo" fino a farli infeltrire, si strizzano, si lasciano asciugare e quindi si possono ritagliare per confezionare borse, pantofole, pupazzi o oggetti ornamentali (<http://www.pinkblog.it/tag/lana+infeltrita>). Il "feltro" vero e proprio, invece, richiede un procedimento più elaborato, perché i filati vanno ridotti in singole fibre; però una volta appresa la tecnica, col feltro si possono creare persino spiritosi gioielli.

Quando buttate via un capo di abbigliamento o lo disfate per riusarlo, staccate e conservate i bottoni: oltre a riutilizzarli per un altro lavoro o per un'emergenza, possono servire ai bambini, quando vanno a scuola, per imparare a far di conto.

Anche le zip si possono scucire e riutilizzare, per sostituire una cerniera rotta ma anche per borsellini o sacchetti porta tutto.

Carta

La carta è uno di quei prodotti che usiamo senza risparmio, perché abbiamo l'impressione che ce ne sia tanta: fin da piccoli la pubblicità ci mette sotto gli occhi fazzoletti, *scottex*, asciugamani usa e getta. Ma la carta si ricava dagli alberi e se pensate alla mole di documenti, giornali, libri, pubblicità destinati per lo più ad andare in fumo, è come vedere foreste che bruciano. Naturalmente la carta si può e si deve riciclare deponendola negli appositi contenitori, ma attenzione, perché solo quella pulita può venire riciclata e comunque anche riciclare la carta comporta un dispendio di energia e materie prime. Quindi è importante usare MENO carta.

Scottex, tovaglioli e fazzoletti - specialmente in casa - possono essere sostituiti con i corrispettivi in stoffa, riusabili più volte. Se comunque a tavola usate tovaglioli di carta, non buttateli alla fine del pasto: serviranno per togliere "il grosso" da piatti e pentole, che così richiederanno meno detersivo.

La carta di fotocopie e stampanti dovrebbe essere stampata fronte-retro. Se non lo è, il retro può comunque essere utile per appunti, calcoli, promemoria, lista della spesa, stampe di prova, disegni dei bambini.



La carta dei pacchetti regalo si può riutilizzare per foderare le scatole come abbiamo visto o per altri pacchetti. A questo scopo si possono conservare anche nastri fiocchi e coccarde, basta avere l'accortezza di non strapparli malamente quando si apre il regalo.

La carta dei pacchetti, per evitare pieghe indesiderate, si può avvolgere sui tubi dello *scottex* (2-3 collegati tra loro da nastro adesivo). I nastri dei pacchi si possono "stirare" col dorso delle forbici.

La carta dei quotidiani si può usare per lavare i vetri ed è anche utile per assorbire l'acqua

caduta per terra. Inoltre è un ottimo isolante per avvolgere i cibi congelati quando si sbrina il frigorifero.

La cucina degli avanzi

Se avete in frigo le ultime fette rinsecchite di prosciutto o un fondo di formaggio, il pollo avanzato dalla sera prima, le verdure cotte che nessuno ha mangiato, non pensate alle solite polpette: potete preparare anche torte salate, frittatine, crêpes ripiene, risotti, timballi al forno, creme vellutate, insalate miste, verdure ripiene. Se invece avete biscotti che si stanno seccando, marmellata che rischia di ammuffire, frutta secca avanzata dall'ultimo aperitivo, il panettone o la colomba che nessuno ha finito, pensate a crostate e tiramisù fantasiosi. Basta cercare la ricetta base e poi via libera agli ingredienti!

Con la frutta che sta maturando troppo in fretta si può fare una macedonia oppure la marmellata. E dove la mettiamo? Nei barattoli di vetro precedentemente lavati e conservati.

Il pane del giorno prima si può rinvenire scaldandolo al forno qualche minuto: tornerà croccante come appena sfornato. Quello secco si può dare al cane o a chi ha le galline, ma se non avete animali potete grattarlo nel robot da cucina e usarlo per impanare la milanese o impastare polpette. Quello raffermo potete ammorbidirlo e farne la *panzanella*, la *pappa al pomodoro* oppure torte dolci di pane.

L'olio fritto - attenzione! - non andrebbe MAI gettato negli scarichi: un litro d'olio inquina un milione di litri di acqua. Una pratica da "1000 ecopunti" sarebbe quella di filtrarlo e saponificarlo per farne sapone da bucato. (www.ilmiosapone.it). Altrimenti lo si conserva ogni volta in un bottiglione e si consegna tutto insieme all'azienda che gestisce i rifiuti.

Riusare ... l'acqua!

Spesso non ci si fa caso, ma è tanta l'acqua che si spreca quando laviamo un capo a mano o la verdura o la facciamo scorrere perché arrivi calda. Non ci facciamo caso perché l'acqua costa poco e ci sembra inesauribile. In effetti non è così: l'acqua potabile diventa sempre più rara perché molte falde sono inquinate e quella calda ha un alto costo energetico. Se lo teniamo presente, non ci costeranno fatica tanti piccoli accorgimenti per usarla con accortezza. Ovviamente l'optimum sarebbe usarne poca, ma gli indumenti e la verdura vanno pur sciacquati: non possiamo tenerci addosso i detersivi o mangiare terra, insetti, antiparassitari ecc.

Però possiamo conservare almeno quella dell'ultimo risciacquo: per buttarla nel water, per annaffiare le piante, per sciacquare i piatti sporchi prima di procedere al lavaggio vero e proprio, per mettere in ammollo le pentole incrostate. Allo stesso scopo possiamo raccogliere in una scodella o in una bottiglia l'acqua che scorre in attesa che esca calda: la potremo bollire per cuocere la pasta, ci potremo lavare frutta e verdura, la potremo mettere nella ciotola del cane. Ma anche lasciata in una bacinella nel lavello di cucina può servire a sciacquarci le mani mentre cuciniamo, senza aprire ogni volta il rubinetto.

Se invece aspettate che arrivi calda per fare la doccia, nel frattempo vi ci potete lavare i denti.

Per il pretrattamento di pentole e piatti unti è anche ottima l'acqua di bollitura della pasta: l'amido è un efficace sgrassatore.

Altra "acqua occulta" è quella che si recupera dal condizionatore d'aria o dallo sbrinamento del frigorifero: è acqua demineralizzata, ottima per il ferro da stiro o i detersivi fai-da-te. Allo stesso scopo si può raccogliere la neve o la pioggia: l'unica accortezza, se si è in località con aria inquinata, è di aspettare che sia piovuto o nevicato abbastanza da portar via i contaminanti, e raccogliere quella successiva. Per una migliore conservazione dei detersivi fai-da-te in tutti i casi è meglio bollirla.

"Quando eravamo poveri" e si cominciava ad usare la lavatrice, era abbastanza frequente riutilizzare l'acqua saponata del lavaggio per mettere in ammollo gli strofinacci o i cenci dei pavimenti. Anche questa sarebbe una pratica da "1000 ecopunti" ma richiede che il tubo di scarico della lavatrice sia mobile e che la casalinga sia presente alla fuoriuscita dell'acqua: condizioni entrambe rare al giorno d'oggi.

Per i bambini

Se avete bambini o ospitate spesso amici con figli piccoli, preparate loro un “*angolo dei travestimenti*”, che può essere un vecchio baule, una cesta o una scatola di cartone (che avrete imparato a rivestire!) Metteteci abiti e accessori dismessi: borsette, cappelli, occhiali da sole, nastri, braccialetti, cinture, camicie da notte, scarpe, pezzi di stoffe. I piccoli si divertiranno da matti a scoprire sempre nuove combinazioni. Fate solo attenzione che gli oggetti siano adeguati all’età e non costituiscano un potenziale pericolo.



Se cucite o lavorate a maglia, regalate ai vostri bimbi ritagli e avanzi: potranno giocarci “al negozio” o vestirvi le bambole.

Quando pulite le verdure a foglia, date loro gli scarti oppure gli ortaggi appassiti da buttar via:

immagineranno di essere grandi cuochi e giocheranno con ortaggi veri invece che con le loro imitazioni di plastica!

I bimbi piccolissimi rimangono occupati per ore con poco: vaschette di plastica delle verdure, scatole porta-uova, tubi di cartone dello *scottex* o della carta igienica, cestini della ricotta, cose che a noi sembrano banali ma alla loro fantasia appaiono magiche. Oltretutto toccare oggetti di materiali e consistenze diverse stimola i loro sensi e l’apprendimento.

Quando sono appena più grandi, passano giornate a travasare, quindi ogni contenitore è buono.

Nei barattoli si possono nascondere vari giochetti e scoprirli li tiene impegnati per ore. Lo stesso per il gioco delle scatole: si può predisporre un contenitore grande dove riporre scatole sempre più piccole di diverso tipo materiale e forma.

Uno scatolone grande in cui nascondersi, entrare e uscire, fa da tana e luogo in cui si possono appartare immaginando di essere in una casetta. Avendo spazio, con scatole e scatoloni si può costruire insieme a loro un labirinto magico.

La stragrande maggioranza dei bimbi adora giocare con scopette e *moci*, tanto che sono in vendita delle perfette riproduzioni. Ma un *mocio* si può anche fare in casa utilizzando striscioline di stoffe ritagliate da un vecchio lenzuolo e fissate a un bastone di legno.

Consigli sparsi

Le grucce metalliche della lavanderia si possono deformare in vario modo:

. se si deformano “a rettangolo”, si possono usare per stirare piccole matasse di filato recuperato

. se si deformano le due estremità all’insù, formando una sorta di doppia U, si possono usare per appendere ad asciugare le pantofole o le scarpe da ginnastica dopo averle lavate.



Quelle piccole grucce che si trovano a volte nei grandi magazzini per sostenere indumenti di piccole dimensioni si possono appendere alle cerniere delle finestre per evitare che le ante sbattano col vento. Oppure si possono regalare a mamme di bimbi piccoli che le utilizzeranno per i loro abitini.

I sacchetti di plastica del supermercato si possono tagliare in fondo e diventano delle “canottiere impermeabili” cioè dei grembiulini per evitare che i bimbi si sporchino quando giocano con i colori, con il *pongo* o altro.

Gli altri sacchetti di plastica si possono appallottolare e inserirli nelle pantofole o nelle scarpe da tennis, dopo averle lavate, per tenerle in forma mentre si asciugano.

Quelli troppo piccoli per contenere la spazzatura, si possono usare per raccogliere le feci del cane quando si porta in città. Oppure, se si hanno bimbi piccoli, si possono tenere in borsa per pannolini sporchi da racchiudere e trasportare, siano essi usa e getta o di stoffa.

Molti detergenti, shampoo ecc. non si riescono a finire perché una parte rimane nel fondo del flacone e il tappo non sempre si stacca: basta riporre il flacone capovolto con l’apertura all’ingiù.

Le creme in tubetto non escono mai del tutto perché i tubetti di plastica morbida non si riescono a spremere fino in fondo. Un modo molto semplice per usarle fino alla fine è di tagliare all’incirca a metà, orizzontalmente, il tubetto con forbici abbastanza resistenti o con un coltello affilato: si potrà



prelevare il necessario col dito o meglio con un *cotton fioc*, un cucchiaino o una spatolina; poi si richiuderà il tubetto infilando un’estremità nell’altra. Se non è possibile infilare le due estremità, si possono riporre i pezzi tagliati in un barattolo di vetro con coperchio.

Se avete comprato un sapone liquido o uno shampoo che non vi piacciono, potete usarli come detersivi a mano per capi delicati o per pulire i sanitari; il dentifricio si può sfregare con uno spazzolino sulle macchie ostinate.

Decoupage, stencil, serigrafia, pittura su vetro, stoffa ecc

Queste tecniche possono restituire a nuova vita oggetti arrugginiti, spaiati, ammaccati: vecchie pentole, piatti macchiati, ciotole graffiate, bottiglie, bicchieri scompagnati possono diventare originali sottovasi, centrotavola, svuotatasche, portacandele, portafiori e quanto la fantasia vi suggerisce.

E per tutto quello che non si taglia, cucina, trasforma?

Se dovete dar via mobili o oggetti ancora in buono stato, chiamate un rigattiere oppure informatevi se in zona c’è un mercatino dell’usato o qualche associazione che assiste persone bisognose. In internet c’è eBay. Se proprio non trovate nessuno, racchiudete l’oggetto in un grosso sacco di cellophane (può andar bene il cellophane con cui le lavanderie ci restituiscono gli abiti) in modo che si veda cos’è e che è pulito, quindi mettetelo vicino ai cassonetti dell’immondizia: è possibile che il giorno dopo non ci sia più.....

Ricette

Panzanella

Ottima sia come antipasto che come piatto unico, si può fare vegetariana o con l'aggiunta di tonno, sgombro o salmone in scatola, sott'olio o al naturale.

Ingredienti:

pane raffermo; pomodori; cetrioli; 1 peperone; basilico; cipolla/aglio (se piace); olio; sale; tonno, sgombro o salmone in scatola.

Togliete la crosta dura, fate a grossi pezzi le fette di pane e mettetele in una ciotola con dell'acqua; fatele ammorbidire per 20 minuti circa, dopodiché strizzatele bene e sbriciolatele in una insalatiera. Fate a pezzetti piuttosto piccoli gli ortaggi e uniteli al pane; aggiungete olio sale e basilico e mescolate bene. A piacere aggiungete tonno, sgombro o salmone.

Si mangia fredda, ottima in estate.

Tiramisù casalingo

Occorrente:

biscotti secchi o altri dolci; crema pasticcera oppure marmellata oppure mascarpone; latte oppure liquore dolce; acqua; zucchero; frutta secca facoltativa.

In una pirofila disponete uno strato di biscotti o di torta o di panettone ecc; bagnatelo con il latte oppure con liquore allungato di acqua zuccherata; cospargete con uno strato di crema pasticcera, di marmellata o di mascarpone. Continuate così secondo le quantità. Potete finire sia con uno strato di crema che con uno strato di biscotti, sempre inumiditi. A piacere potete mettere frutta secca sopra o fra gli strati. Potete guarnire con panna oppure con zucchero a velo o con cacao spolverizzati attraverso un colino fine.

Lo stesso procedimento si può usare con coppette individuali.

Tenere in frigo e servire freddo.

Siti di riuso

Mille idee eccentriche

<http://ioricreo.altervista.org/index.php>

<http://www.greenme.it/consumare/riciclo-e-riuso>

Creativi in libertà

<http://crea.ornato.it/viewforum.php?f=8>

<http://www.coatscucirini.com/Tecniche/>

Imparare a cucire

http://www.husqvarnaviking.com/mediafiles/sewingroom/sewingroom_it.asp

Tutta la maglia italiana ed estera

<http://maglia.blogspot.com/>

Cucina degli avanzi

<http://www.cucinainsimpatia.net/viewforum.php?f=39>

Decorazioni – tecniche varie (Metalink)

<http://www.hobbydonna.it/> (Finestra -> Links -> Hobby)



Libertà di riprodurre, distribuire, esporre in pubblico, comunicare al pubblico questo articolo o parti di esso alle seguenti condizioni:

- attribuire la paternità dell'articolo (Mondo Nuovo - <http://biodepersivi.altervista.org>)
- non usare quest'articolo per fini commerciali
- non alterare o trasformare quest'articolo, né usarlo per crearne un'altro.



MondoNuovo si può contattare alla casella di posta

quinta.cosa.sacra@gmail.com