portaNatura

La spesa bio a casa tua

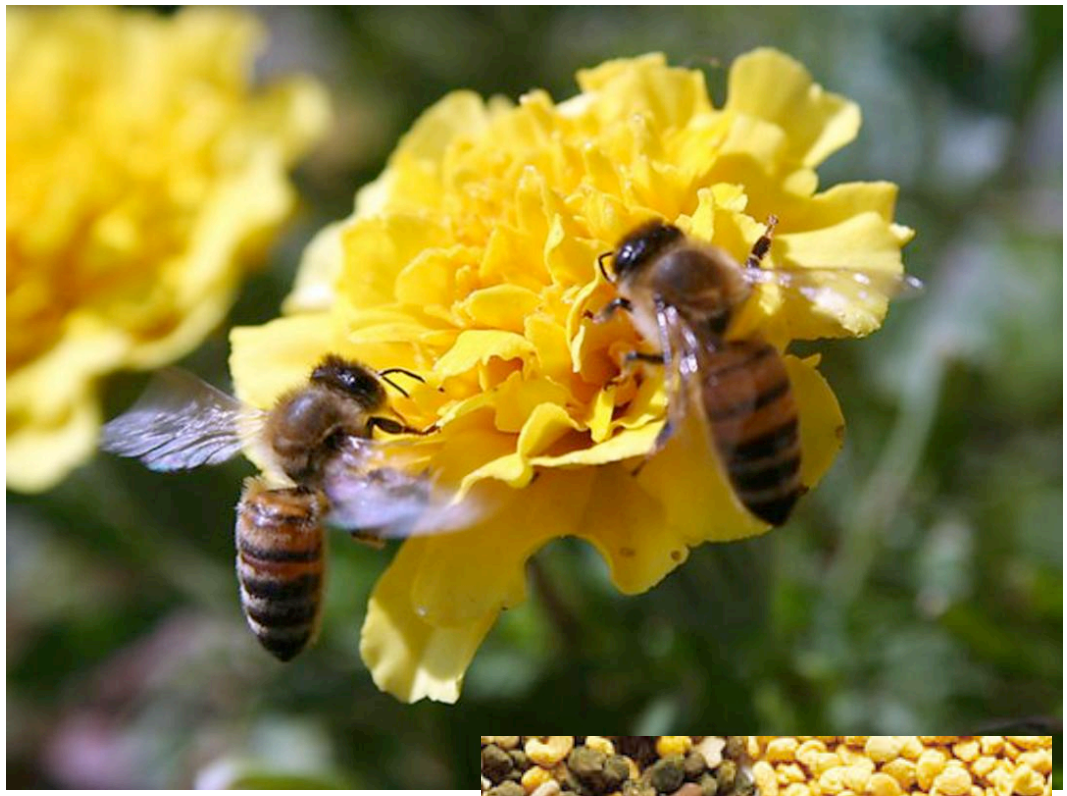
Polline di primavera grazie alle nostre amiche api

Il polline è costituito da strutture piccolissime grazie alle quali le piante si riproducono. Le api lo raccolgono e lo utilizzano per la produzione della pappa reale e per l'alimentazione delle larve.
Ogni singolo granulo di polline racchiude tutti gli elementi necessari alla vita: proteine, vitamine, amminoacidi, grassi, carboidrati, enzimi, sali minerali ed ormoni, presenti in proporzioni diverse in base al fiore dal quale originano. Attualmente il polline costituisce la più ricca, completa ed equilibrata fonte di nutrimenti presenti in natura. Le api ne producono più di quello che serve all'esigenza dell'alveare, per cui gli apicultori hanno pensato di mettere una griglietta all'ingresso dell'arnia in modo che l'ape entrando perda qualche granello di polline, che verrà poi raccolto in una scatolina dall'apicultore.

un cucchiaino di polline d'api corrisponde a un mese di lavoro di un'ape. Ogni granello di polline d'api contiene più di 2 milioni di grani di polline di fiori!

portaNatura

La spesa bio a casa tua

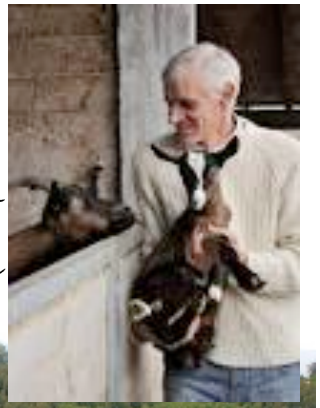


api instancabili ci regalano il nettare di vita

Contatti

email: info@portanatura.it
tel: 0143.745407
www.portanatura.it

Caro amico,
questa settimana vogliamo parlarti di un nostro bio partner e vicino di casa: Osvaldo Bruni.
L'azienda Bio Bruni nasce nel 1984 a Montaldeo, in una splendida vallata tra Ovada e Novi Ligure, da una già avviata e intraprendente attività apistica, alla quale nel 2000 Osvaldo aggiunge il settore ovicaprino.
Nel corso degli anni Osvaldo ha aggiunto al miele e al **polline d'api**, altri prodotti come **il latte, lo yogurt, il kefir e i formaggi di capra.**
Oggi come una volta porta avanti la produzione con la stessa idea: rispettare il benessere animale, l'ambiente ed il consumatore.



Osvaldo con le sue caprette

La loro cascina e il loro agriturimo La Comuna sono situati all'interno della comunità montana Alta Val Lemme e Alto Ovadese che comprende il parco regionale Capanne di Marcarolo: un luogo dove le capre possono pascolare tranquillamente e produrre un latte naturalmente più digeribile degli altri e le api possono trovare tutta la biodiversità necessaria per produrre i loro mieli.

Una buona settimana
Tom

Ricetta : pesto di rucola e caprino

Ingredienti: un bel mazzetto di rucola (circa 250-300 gr), 30 gr di noci (nocciole o pinoli), 50 gr di caprino fresco, un pizzico di sale e pepe, mezzo bicchiere di olio extra vergine di oliva.

Ecco una salsa veloce e saporita da preparare quando si ha poco tempo ma si ha voglia di un piatto sfizioso. Lavo bene la rucola, la metto nel bicchiere del frullatore con il formaggio caprino, le noci e il mezzo bicchiere di olio. Frullo il tutto aggiustando di sale e aggiungendo una macinata di pepe nero. Nel frattempo faccio cuocere la pasta: consiglio una pasta integrale che esalta ancora di più la freschezza del pesto.
Se si vuole,
a fine cottura
si possono aggiungere
dei pomodorini freschi e
delle foglie di rucola.

Buon appetito!