

I viaggi del gusto

Percorsi alla scoperta del bello, del buono e del sano nella provincia del Medio Campidano



I viaggi del gusto

**Percorsi alla scoperta del bello,
del buono e del sano
nella provincia del Medio Campidano**

Finito di stampare nel
Ottobre 2010

Stampa e progetto grafico
Nuove Grafiche Puddu
ORTACESUS

Disegno in copertina di
Clara Usai

Responsabile tecnico del progetto
Saperi in campagna / Satu po imparai
del Medio Campidano:

Francesco Sanna
Agenzia Laore Sardegna – SUT Linas

Responsabile coordinamento
progetto libro:

Fabiana Callai
Agenzia Sardegna Promozione

Fotografie:

Fabiana Callai, Francesco Sanna,
archivio fotografico provinciale
www.provincia.mediocampidano.it

hanno collaborato al progetto

Francesco Sanna
Agenzia Laore Sardegna – SUT Linas

Fabrizio Tidu
Agenzia Laore Sardegna

Andrea Cerimele
Agenzia Laore Sardegna



Progetti di educazione alimentare della Provincia

Sfogliando queste pagine, si ha la piacevole sensazione di guardare il mondo dalla parte dei bambini: maestri eccezionali che raccontano l'esperienza didattica in campagna fatta di vissuti visivi, sensoriali ed emotivi.

Semmai ce ne fosse bisogno, si coglie qui il senso vero del progetto iniziato in via sperimentale nell'anno scolastico 2007/2008, quando la Provincia del Medio Campidano sposò appieno l'idea che la direzione didattica di Guspini, le scuole medie di Villacidro e l'allora direzione didattica di Lunamatrona e Turri, in collaborazione con l'Agenzia Regionale LAORE SARDEGNA avevano sviluppato con un finanziamento proveniente dal Ministero della P.I., cofinanziando la parte conclusiva dei progetti. In quell'anno

furono coinvolti e impegnati 550 bambini di Guspini, con il progetto "Il tempo delle fragole", 50 bambini di Villacidro con il progetto "La mia terra" e 50 bambini di Lunamatrona e Turri con il progetto "Conosco ciò che mangio".

Nel 2009 si diede vita ad un nuovo progetto, stavolta finanziato dalla Provincia, che ha permesso nel corso dell'anno scolastico di coinvolgere l'intero territorio provinciale.

Incominciando dalla conoscenza del ciclo produttivo dei prodotti agroalimentari tipici del Medio Campidano, ben 1500 alunni delle scuole della provincia, hanno potuto imparare a conoscere ed apprezzare sapori e sapori della nostra terra, visitando le fattorie didattiche del territorio ed entrando in contatto con gli attori principali del settore, i titolari delle fattorie che, specializzati nei corsi gestiti dall'Agenzia regionale LAORE, hanno trasmesso ai bambini competenze, capacità e conoscenze antiche di secoli.

Un modo diverso ed efficace per valorizzare il patrimonio di saperi del territorio rurale, stimolare la nascita di una rete delle

fattorie didattiche e la creazione di percorsi didattici innovativi fortemente integrati con le risorse agricole, ambientali, culturali e storiche del territorio.

Il contatto diretto con la campagna, con i suoi ambienti e gli operatori del settore, la scoperta dei segreti antichi del pane, dell'olio, del formaggio e di tanti altri prodotti che la campagna ancora generosamente ci mette a disposizione, è un modo per far apprezzare ai nostri ragazzi, cittadini consapevoli di domani, l'importanza di un'alimentazione sana, completa e priva di sofisticazioni nocive, caratterizzata dai prodotti che provengono dal nostro territorio e, pertanto, più freschi e genuini.

Per il nuovo anno scolastico, ci apprestiamo, grazie alla proficua collaborazione con l'Agenzia Regionale LAORE SARDEGNA e con le scuole, a predisporre un nuovo progetto che, forte dell'esperienza maturata in questi anni, porti a raggiungere nuovi obiettivi di crescita per i bambini, per le scuole, le fattorie didattiche e i produttori locali, in un'ottica di collaborazione e condi-

visione che può tradursi inevitabilmente in un progetto di sviluppo concreto di questa giovane provincia.

Gianluigi Piano
Assessore alla Pubblica Istruzione della
Provincia del Medio Campidano





Appunti di viaggio

Un viaggio lungo mille chilometri inizia con un piccolo passo. (Lao Tse)

I viaggiatori alla fine di un cammino riordinano spesso gli appunti in un testo che possa servire ad indicare la via a chi seguirà o a permettere, a chi non c'era, di gustare le esperienze raccontate.

Questo libro testimonia l'esperienza fatta dall'Agenzia Laore Sardegna con la Provincia del Medio Campidano, con l'Ufficio Scolastico Provinciale del Ministero della Pubblica Istruzione, con gli insegnanti e con le fattorie didattiche coinvolte e così come un diario, racconta il viaggio tra i Prodotti ed i Produttori del Medio Campidano.

Il gusto e più in generale, i sensi dei bambini, sono stati lo strumento del viaggio che ha portato ad esplorare e riscoprire un universo troppo spesso trascurato. Il cibo, la sua produzione, gli infiniti differenti

sapori, i tempi lenti, la cultura materiale e le Persone.

Persone, depositarie di tradizioni e saperi centenari, che nell'elaborazione di un prodotto non svolgono un atto economico ma un atto di cultura, di tacito insegnamento e di mantenimento dell'identità locale.

Le fattorie didattiche hanno rappresentato, in questo viaggio, delle isole felici, dove ancora si crede che l'agricoltura possa avere un futuro, certamente diverso da quello degli ultimi quarant'anni, ma pur sempre futuro. Aspettative che non nascono dall'incentivo pubblico, ma dalla consapevolezza del ruolo che la fattoria didattica può e deve avere nella società di oggi e di domani.

L'ambiente, sociale, agricolo, urbano ed economico, così come oggi li conosciamo, sono il frutto dell'applicazione dei saperi, delle tradizioni e dei valori locali che non possono e non devono essere sacrificati sull'altare dello sviluppo. Così come la pianta è salda, se sono salde le sue radici, così una società che recida repentinamente i legami con i valori che l'hanno generata non può che

andare incontro alle sempre più evidenti e a inconciliabili contraddizioni.

Le esperienze che si descrivono, non hanno la pretesa di invertire un processo di dimensione mondiale, ma di mantenere vivo il fermento raccontando quanto vissuto dai bambini, dagli insegnanti e dagli stessi operatori agricoli. Si è voluto evitare di ricreare un freddo, artificioso e statico museo dell'agricoltura, promuovendo piuttosto un'occasione di incontro tra viventi, capace di accrescere la consapevolezza che ci può essere un futuro nelle nostre campagne e che questo dipenderà da quanto saremo capaci di condividere questa visione all'interno della società.

*Andrea Cerimele
(Agenzia LAORE Sardegna)*





Il ruolo dell'USP

La Sinergia con la RAS, con l'Agenzia LAORE Sardegna e le scuole nel territorio.

Si ringraziano i dirigenti scolastici, i docenti, che con intensa motivazione e passione hanno progettato e realizzato i percorsi educativi innovativi, supportati dall'USP di Cagliari, dalla Laore, dalla rete delle fattorie didattiche.

Il Programma Operativo " Saperi in campagna", inserito nel Programma Interregionale di Comunicazione ed educazione alimentare "Cultura che nutre" promosso dal Mi.P.A.F., dalla R.A.S. - Assessorato dell'Agricoltura e Riforma Agro- Pastorale, attuato dagli Uffici Scolastici Provinciali, è il risultato del lavoro svolto dal Comitato Tecnico Scientifico Regionale in base al Decreto dell'Assessore all'Agricoltura del 26.11.2006, n. 1112.

L'Ufficio Scolastico Provinciale di Cagliari, ha promosso e monitorato il programma, organizzato i moduli formativi per i docenti

referenti, divulgato guide e materiali, infine raccolto i progetti elaborati dalle scuole autonome, costituendo una banca dati circa le adesioni e la partecipazione di classi ed alunni, di altri soggetti coinvolti nelle iniziative.

La finalità del Programma Saperi in campagna, pertanto, è di guidare le nuove generazioni lungo il percorso della riscoperta di un mondo regionale e agricolo ormai rimodernizzato, cercando di promuovere l'importanza di un'alimentazione più sana e naturale, riscoprendo i sani prodotti tipici sardi ed il loro ciclo di produzione, direttamente nelle fattorie didattiche intese come luoghi ricchi di saperi simbolici e culturali.

Un intervento interdisciplinare di educazione alimentare, da parte dei docenti, supportati dalle istituzioni, si configura come un progetto educativo globale, inserito nel Piano dell'Offerta Formativa e del POF territoriale.

La R.A.S. ha realizzato un sistema regionale delle fattorie didattiche, sulla scia di quanto già realizzato da altre regioni italia-

ne, a questa rete hanno aderito le aziende agricole o agrituristiche che garantiscono standard qualitativi elevati nell'offerta didattica, nell'accoglienza delle scolaresche e capaci di ospitare dei percorsi didattici; che hanno come obiettivo la riscoperta delle produzioni tipiche e tradizionali di qualità della Sardegna e la conoscenza dei cicli produttivi nei settori agricolo e zootecnico.

Le fattorie didattiche sono aziende agricole, straordinari laboratori naturali all'aperto, in cui si può fare scuola in maniera viva ed attiva, dove i bambini e i ragazzi scoprono la cultura contadina, i fenomeni naturali ed i cicli biologici, l'alternanza delle stagioni e delle produzioni. Le fattorie offrono tanti laboratori e ognuno di essi diventa un nuovo percorso che apre la mente a piccoli universi così vicini ma quasi sempre inesplorati: il mondo delle api, la stalla- l'ovile-il pollaio-le mangiatoie, i nidi artificiali, l'orto biologico, le erbe officinali, il ciclo dal grano al pane, i laboratori del gusto. Volevamo dare l'opportunità ai bambini di uscire dalle aule e

sperimentare in ambienti naturali e rurali, con un contatto vivo e coinvolgente a livello emotivo, nuovi itinerari di educazione ambientale- alimentare e ci siamo riusciti con attività ludiche- manipolatorie, laboratori del gusto cercando di sviluppare, l'area affettiva- emotiva- relazionale- cognitiva e la riflessione scientifica.

Nella fattoria, i bambini entrano in contatto con un mondo e figure professionali assai diverse da quelle che appartengono al loro quotidiano: le figure dell'agricoltore e dell'allevatore, i responsabili d'azienda, l'esperto Laore, che personificano la cultura e la storia del mondo agricolo moderno, tutto questo assume un ruolo chiave nella comunicazione con le scuole e con gli stessi bambini.

I metodi proposti a scuola e poi nella fattoria sono quindi la ricerca-azione, l'osservazione, ma soprattutto la sperimentazione, che è quella che rende il programma operativo così innovativo, in quanto, promuove la consapevolezza del ruolo sociale e multifunzionale del mondo rurale e la

valorizzazione delle risorse etnografiche, antropologiche, culturali del territorio.

Mariarosaria Maiorano

Responsabile del Programma Interregionale di Comunicazione ed educazione alimentare "Cultura che nutre"- MIUR- Ufficio Scolastico Provinciale di Cagliari

Componente del Comitato Tecnico Scientifico Regionale



Foto F. Callai

I viaggi del gusto

IL PROGETTO LIBRO
 “ Percorsi alla scoperta del bello, del buono e del sano nella Provincia del Medio Campidano.”

Nell'economia di un territorio, dove il vantaggio competitivo è dovuto alle idee, all'innovazione e soprattutto alla capacità di produrre saperi nuovi, la formazione dei bambini e degli adulti è una leva fondamentale per il suo sviluppo.

Partendo dalla Scuola, e quindi facendo della conoscenza l'asse portante delle strategie di crescita del territorio, le Istituzioni locali conseguono congiuntamente due obiettivi: lo sviluppo economico del territorio e sicurezza sociale, fornendo ai cittadini gli strumenti culturali necessari a muoversi in un mondo in continuo cambiamento.

Con il progetto libro infatti, le esperienze e la conoscenza degli alunni maturata nell'ambito delle fattorie didattiche del territorio

del Medio Campidano assumono un'importanza notevole se sviluppate nell'ottica della governance della formazione.

Con le Fattorie didattiche alla scoperta di itinerari da percorrere lasciandosi guidare da olfatto, gusto e vista, alla scoperta contestuale di paesaggi e prodotti del territorio.

E' la terra di Sardegna. E' il Medio Campidano, dove la manualità, il sapere e le tradizioni hanno plasmato il territorio rendendolo unico e inconfondibile.

Questo libro vuole essere un biglietto da visita degli itinerari del territorio raccontati dai bambini attraverso i disegni, immagini e temi. Scopriamo con loro come il territorio attiva il principio della motivazione (curiosità) e della partecipazione attiva (il fare) nella scoperta dei perché e della loro risposta e, permette di non scindere mai il momento dell'istruzione da quello dell'educazione, proprio perché i bambini attraverso le insegnanti vengono coinvolti “integralmente” nell'avventura cognitiva.

Fabiana Callai
 Agenzia Sardegna Promozione



Saperi in campagna

Il programma operativo Saperi in campagna s'inserisce nel Programma Interregionale di Comunicazione ed Educazione Alimentare Cultura che Nutre, promosso dal Ministero per Politiche Agricole e Forestali e coordinato dall'Assessorato dell'Agricoltura e Riforma Agro Pastorale della Regione Autonoma Sardegna. Il Programma è attuato dall'Agenzia LAORE Sardegna, in collaborazione con gli Uffici Scolastici Regionale e Provinciali del Ministero della Pubblica Istruzione, dell'Università e della Ricerca.

Saperi in campagna è stato la naturale prosecuzione delle attività svolte nelle annualità precedenti e con la formazione degli operatori agricoli e con la stesura della Carta della Qualità si è puntato a creare, in ambito regionale, un circuito qualificato di fattorie didattiche.

L'obiettivo primario del programma è la va-

lorizzazione del ruolo delle aziende agricole come luoghi di sapere e di cultura, in grado di rafforzare il senso di appartenenza e identità territoriale.

Si è costruita quindi una rete di aziende che condividono i principi ed i contenuti del documento di indirizzo regionale e garantiscono standard qualitativi elevati e certi, sia nell'accoglienza delle scolaresche che nell'offerta didattica.

Il programma promuove, tra le nuove generazioni, il consumo consapevole dei prodotti agroalimentari, in particolare dei prodotti tradizionali e tipici della Sardegna, offrendo ai bambini la possibilità di visitare i luoghi e le strutture di produzione e trasformazione.

Con le visite in fattoria si forniscono stimoli e occasioni di studio anche attraverso la conoscenza diretta del mondo del lavoro e delle professioni che ruotano intorno al comparto agroalimentare.

Attraverso il monitoraggio delle attività svolte si collauda il sistema di qualità della Rete delle fattorie didattiche della Sardegna

che operano in conformità alle norme e alle prescrizioni contenute nella Carta della qualità approvata con la Delibera della Giunta regionale 33/10 del 5 settembre 2007.

Il programma “Saperi in campagna” sviluppato dall’Agenzia LAORE nell’anno scolastico 2007-2008 ha coinvolto n. 632 ragazzi di tre scuole del territorio (Scuola infanzia Lunamatrona- Turri - scuola secondaria primo grado “Loru-Satta” di Villacidro- scuola infanzia del circolo didattico di Guspini) con 12 visite in fattoria e 18 laboratori del gusto in classe.

Nella giornata finale (07 giugno 2008) di presentazione del lavoro fatto, i soggetti partecipanti al progetto (fattorie, scuole e agenzia LAORE) alla presenza della Provincia del Medio Campidano hanno raccontato con entusiasmo, dell’importante e formativa esperienza maturata.

Agenzia LAORE Sardegna





Foto F. Callai

Fattorie didattiche. Aziende agricole multifunzionali

La multifunzionalità attuata in chiave sistemica nel contesto rurale di riferimento rappresenta una delle chiavi strategiche di promozione, valorizzazione e sviluppo non solo del settore agricolo ma di tutto il contesto cui si riferisce. L'agricoltura è infatti al centro dello sviluppo locale, e per questo deve essere interpretata e gestita assieme a tutti quei settori che possono generare sinergie e occasioni di crescita comune, come il turismo, il piccolo artigianato, la valorizzazione dei siti storici e artistici.

E' in quest'ottica che nasce e s'inserisce la Fattoria Didattica, una vera impresa agricola che accoglie scuole e gruppi d'interesse, al fine di valorizzare la relazione città - campa-

gna e, favorire il recupero del valore culturale e agro-ambientale del proprio territorio.

La radice ancora fortemente agricola e rurale del territorio della Sardegna può agire infatti come fattore di ulteriore attrazione e differenziazione dell'offerta di attività didattiche, anche se probabilmente la minor urbanizzazione del territorio potrebbe giocare come fattore limitante per la crescita delle richieste.

Le fattorie didattiche della Sardegna si stanno dotando delle opportune strutture organizzative in rete per migliorare e aumentare i collegamenti tra il mondo della scuola e il settore agricolo e agroalimentare; con l'accreditamento all'Albo regionale le Fattorie si impegnano a rispettare la disciplina della Carta della Qualità e a partecipare ai corsi di formazione continua al fine di raggiungere la sufficientemente solidità professionale di cui l'attività necessita.

Affinché possa consolidarsi l'esperienza delle fattorie didattiche è importante che siano sostenuti i percorsi di qualificazione dell'offerta attraverso il miglioramento delle

strutture ricettive, migliorare gli standard di qualità dell'accoglienza, dei percorsi e laboratori didattici, la professionalità degli operatori agricoli con la formazione e riqualificazione professionale, favorendo poi il collegamento sistematico delle aziende e delle loro reti con il mondo della scuola e dei cittadini attraverso la promozione, e una puntuale programmazione delle attività.

La diffusione delle attività didattiche nelle aziende agricole della Sardegna sta crescendo e maturando grazie all'impegno dei referenti e del gruppo di lavoro dell'Agenzia Laore Sardegna, presenti in tutto il territorio, e opportunamente formati dall'Agenzia Laore per l'assistenza tecnica alle Fattorie Didattiche e di supporto alle Aziende che vogliono intraprendere attività di "servizio" per lo sviluppo della multifunzionalità in agricoltura.

*Fabrizio Tidu
Referente fattorie didattiche della Sardegna,
Agenzia Laore Sardegna*



dal diario di campagna...

Saperi di Campagna
I percorsi delle scuole nelle fattorie didattiche
del Medio Campidano

A.S. 2007/2008



Conosco ciò che mangio

Istituto comprensivo di Lunamatrona. Scuole dell'infanzia di Lunamatrona e Turri.

Qualche foto e alcuni elaborati grafici realizzati in occasione della visita alla fattoria didattica "Sa Cuscusa" A.S. 2007-2008

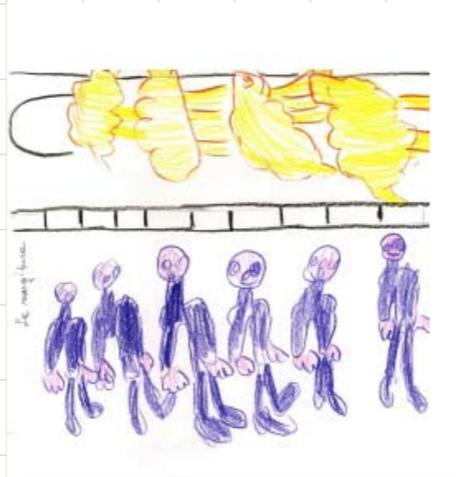




dove vivono gli animali?



il cielo



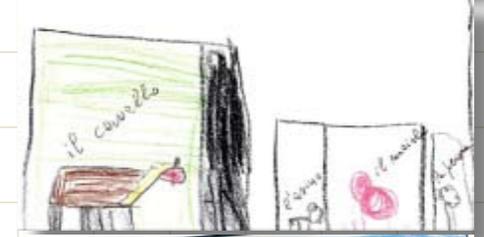
le mangioline



Raccolta di frutta

Ingredienti:
 1/2 kg di frutta;
 1/2 kg di marmellata;
 1/2 kg di zucchero;
 1/2 kg di acqua;
 1/2 kg di sale;
 1/2 kg di farina.

Come si fa:
 Mescolare alla ricetta un foglio di carta;
 il grasso bollito, il zucchero, l'acqua, il sale e
 il marmellata ben gettata in un recipiente.
 Dopo averlo fatto bollire con il marmellata e
 acqua. Con un cucchiaino fare un buco nel
 composto di frutta, marmellata e acqua con
 la punta della forchetta e mescolarlo con
 la spatola e tagliarlo con la spatola. Cucinarlo in
 abbondante acqua salata e servirlo con una
 salsa di formaggio e panna.





La mia terra

Scuola secondaria di primo grado. "Loru Satta" di Villacidro

Mercoledì 23 Aprile siamo andati a Funtanazza, nei pressi della Marina di Arbus, a visitare un mini caseificio, che si chiama per l'appunto "Funtanazza", gestito dai fratelli Lampis e tramandato da generazioni. Questo mini caseificio ha una particolarità: viene praticato l'allevamento biologico, non viene usato nessun prodotto chimico per le coltivazioni e per l'allevamento"

"I tecnici dell'Agenzia Laore ed i proprietari ci hanno spiegato che il loro mangime è biologico, cioè fatto con prodotti e legumi naturali: erba medica, trifoglio subterraneo e favino. Quando devono mungere le pecore, sono in grado di stabilire un ordine ed un controllo preciso tra gli elementi del bestiame, infatti, nello stomaco di ogni animale è

inserito un microchip lungo, a cui corrisponde un codice, così, quando la pecora passa dentro un macchinario avviene la sua identificazione e il controllo della produzione."

"Abbiamo visto anche le pecore, alcune bianche alcune nere; il sig. Lampis ci ha presentato Nerone, un agnello completamente nero, ci ha detto che era da molto tempo che non avevano un esemplare tutto nero e che la pecora nera in passato era una caratteristica del loro allevamento, infatti loro vorrebbero riprodurre pian piano un allevamento solo di pecore nere per vari motivi: dicono che sia più resistente, che produca di più e anche che la lana sia molto più fitta".

"Ricordo che il sig. Lampis ha detto che chi compra la lana bianca e deve tingerla non ottiene mai il nero perfetto, invece pare che il nero della lana della pecora nera sia proprio autentico".

"In seguito, siamo andati nella sala della mungitura e lì ci hanno fatto vedere come funzionavano i loro macchinari sofisticati".

“...nella sala della mungitura, dove c'è un macchinario modernissimo che, grazie a dei tubi, succhia il latte dalle mammelle delle pecore. All'interno di questo ambiente, in appositi masconi, viene conservato anche il mangime, ottenuto con sostanze naturali senza aggiunta di prodotti chimici”.

“...dopo questa dimostrazione ci hanno offerto il pranzo, naturalmente i loro prodotti: formaggio fresco, semi-stagionato e stagionato, non so se il civraxiu l'avessero fatto loro ma era buonissimo, pane carasau e acqua. Dopo aver mangiato siamo andati a fare il formaggio ; prima di entrare in questa stanza ci hanno fatto mettere degli stivali (in plastica) sopra le nostre calzature per non contaminare l'ambiente”.

“Qui si trovava un contenitore in acciaio molto grande che conteneva del latte che arrivava direttamente dal refrigeratore. Un tubo che collegava il contenitore con un altro recipiente più grande e bucherellato consentiva il trasferimento della pasta di formaggio, ottenuta dalla rottura della cagliata”.

“Ci hanno mostrato tutto il procedimento. Si mette il latte dentro un contenitore enorme in acciaio, il latte in quel momento è liquido, poi si aggiunge il caglio (sostanza estratta dallo stomaco dell'agnello) composto da enzimi, tra cui la chimosina e la pepsina, in grado di dividere la caseina, proteina presente nel latte e di provocarne la coagulazione. Naturalmente tutto questo avviene ad una temperatura superiore a 34 °C; una volta ottenuta la coagulazione, si rompe la cagliata con uno strumento chiamato lira”.

“Da questo momento si possono ottenere i diversi tipi di formaggio, sul fondo del recipiente è rimasto il siero, da cui si può ricavare la ricotta. Noi abbiamo messo i pezzi di cagliata nelle formine, premuto un po' e abbiamo aspettato che fosse pronto. Intanto abbiamo visitato le celle frigorifere dove si conservano i formaggi stagionati, semistagionati, freschi”.

“Quando la cagliata è pronto, si versa il formaggio fresco in un grande contenitore. Tutti i ragazzi, le insegnanti e le mamme hanno versato e schiacciato il formaggio

fresco nei contenitori più piccoli. Dopo che abbiamo compresso il formaggio per far uscire il siero, abbiamo capovolto le formine diverse volte”.

“... gli abbiamo dato la forma con le mani, pressandolo e capovolgendolo, affinché fuoriuscisse il siero”. “Ci hanno spiegato che se la mosca Caseina (*Piophilha casei*) viene a contatto con il formaggio fresco o su quello che non ha avuto un regolare processo di stagionatura, quest'ultimo si trasforma in “casu marzu”.

“...Infine, l'abbiamo lasciato riposare al caldo, mentre noi siamo andati ad ammirare attrezzi di lavoro antichi e giochi di una volta, che i fratelli Lampis conservano nell'ovile antico dei loro antenati”.

“Successivamente siamo andati a ritirare il formaggio fatto da noi; ognuno, orgoglioso e soddisfatto, ha ritirato il suo contenitore, quindi abbiamo ringraziato e salutato i fratelli Lampis per la loro ospitalità e siamo rientrati a Villacidro”.

“Io credo che queste uscite scolastiche non

siano delle semplici “gite” ma siano delle vere e proprie lezioni sul campo, dove non si fa solo teoria sui mestieri e gli alimenti tradizionali, ma anche pratica; è un'esperienza attraverso cui si possono imparare dei mestieri che sembravano persi. Certi ragazzini pensano che sia solo uno spreco di tempo e non pensano che grazie a tutto ciò possano essere meno ignoranti. Ogni tappa di questo progetto ha avuto un determinato scopo. Personalmente l'ho vissuto benissimo perchè ho avuto modo di conoscere meglio le professoressse. Credo che anche le professoressse abbiano conosciuto più profondamente il nostro carattere.

Sono orgoglioso di aver preso parte a questo progetto perchè è stato un passo importantissimo per la nostra crescita”.

Hanno partecipato al progetto:

La classe 1 ^ B : Azzori Sara, Bonogli Giuseppe Nicolò, Chia Nicola, Cilluffo Alessandro, Cuomo Fabio, Deidda Nicole, Delogu Martina, Ecca Federico, Frongia

Riccardo, Garau Michela, Murgia Gianfranco, Murgia Veronica, Piras Giuseppe, Piras Luigi, Pittau Mattia, Pitzianti Andrea, Porta Ilaria, Saiu Elisabetta, Vacca Mauro, Vacca Roberto Efisio, Zenteno Rivera Carla.



La classe 1 ^ C : Carta Noemi Maria, Collu Enrico, Corridori Francesco, Deidda Andrea, Deidda Massimiliano, Fadda Giacomo, Liliu Matteo, Muntoni Vanessa, Mura Davide, Muscas Cristina, Muscas Diego Arnaldo, Nonnis Luca, Pinna Mauro, Pinna Nicole, Pirretti Melissa, Pittau Luca, Puscaddu Elio, Sollai Ivan Mario, Vinci Sara, Zurru Elena.

Docenti : Gabriella Aru, Agnese Deidda, Raffaella Usai, Silvia Usai, Tiziana Zedde

Dirigente Scolastico : Prof.ssa Bianca Maria Meloni





il tempo delle fragole

Circolo didattico di Guspini. Scuola dell'infanzia

L'itinerario didattico ha incentivato la conoscenza e l'utilizzo degli alimenti stagionali, prodotti tipici locali, riscoprendo l'ambiente, il territorio e il paesaggio agricolo.

Gli alunni hanno potuto conoscere e constatare di persona che alimenti e cibi appartenenti alla nostra tradizione alimentare e gastronomica locale possono, con ragione e in maniera indiscutibile, garantire una equilibrata, sana, piacevole e consapevole alimentazione per tutte le fasce d'età. Il progetto è stato anche una sperimentazione di curricolo verticale e di concreta trasversalità degli apprendimenti e delle discipline sul piano delle conoscenze e delle competenze, curando sempre gli aspetti socio-affettivi ed emotivo- comportamentali

I percorsi svolti, differenziati in relazione alle diverse età dei bambini, hanno consentito loro di imparare attraverso

gli occhi, il naso, le mani, la bocca e le orecchie.

Le attività svolte nelle aule scolastiche, nei laboratori del gusto, giocati in sintonia con gli esperti dell'Agenzia Laore Sardegna e durante le visite alle fattorie didattiche, hanno consentito ai bambini di sporcarsi le mani di terra per ricreare quel rapporto di simbiosi con essa che avevano i contadini di un tempo, di conoscere chi lavora la terra e chi alleva gli animali e ad apprendere da loro il sapere e i sapori della terra, chiedersi cosa mangiamo, da dove e come arrivano gli alimenti sulle nostre tavole.

Sono stati osservati da vicino: il pane, il latte e derivati, frutta e verdura, salumi, olio e le erbe officinali.

Attraverso corpo e anima, cibo e comunicazione, gastronomia e letteratura, oralità e scrittura, cucina e linguaggio, i bambini hanno percorso un viaggio emozionante

nell'universo dei sapori dai saperi millenari e dei saperi dai sapori millenari, che li hanno portati alla scoperta di come gli alimenti siano qualcosa di più che semplici sostanze nutritive. Componenti essenziali della nostra cultura e della storia della nostra terra, della nostra identità.

plessi coinvolti:

Colle Zeppara sez. A-B-C-D - Collodi sez.

A-B-C- Is Boinargius sez. B - Satta sez.

A-B -

Alunni 188 Insegnanti 23





Le ricette

Is crusciois

S'arrapreu:

In du sallatieri ponei ua fruscella de arrascottu (u' chillu), acciungei tresi o quattu arrubiusu de 'ou, trattaì su crosciu de dusu arangiusu e de u'limoi, acciungei ua bustina de zaffanau de Santuengu e u' spizzu 'e sabi. Ammesturai tottu in pari, sciniendu bei s'arrascottu

Su pillu:

In dua scivedda ponei dus chillusu de farra (u chillu de granitu e u chillu de zero zero), ott' ousu, su biancu de is ousu de s'arrapreu, impastai cu' acqua 'e sabi. Traballai bei finz'asa a candu sa pasta è liscia, imbodydda cun du pannu umidu po no s' asciugai. Fadei strisciasa de pillu e ponenci in pizzusu pallinasa de arrapreu, distanziasa s'ua de s'atra. Croberrei cun d'uantra striscia de pillu e fadendi bessì s'aria. Cun dua sarretta fini fadei is formasa chi olleisi e

ritagliai i bordusu.

I ravioli

Il ripieno

In una terrina mettete un chilo di ricotta fresca, aggiungete tre o quattro tuorli, la buccia grattugiata di due arance e di un limone, una bustina di zafferano di San Gavino e un pizzico di sale. Mischiate bene il tutto e schiacciate i grumi della ricotta.

La sfoglia

In un recipiente di terracotta mettete due chili di farina (un chilo di granito e un chilo di zero-zero), otto uova intere e l'albume del ripieno. Impastate aggiungendo lentamente l'acqua con il sale fino disciolto fino ad ottenere un impasto liscio. Con il mattarello stendete la sfoglia e ottenete delle strisce, coprite sempre con un panno umido il resto della pasta affinché non si asciughi. Con il ripieno realizzate delle polpette e sistemate-

le ordinate sopra le strisce di sfoglia, coprite con un'altra striscia, facendo uscire l'aria, ritagliate con una rotella le forme che volete, quadrati o triangoli con al centro il ripieno.

Is padruasa

S'arrapreu:

Scignai bei mesu chillu de arrascottu cun mesu chillu de casu friscu, acciungei sa farra, cinqu arrubiusu de ou, su zuccuru, su crosciu de arangiu e de limoi trattaù, ua bustina de zaffanau de Santuengu e u bicchierinu de Villacidru giallu, u' spizzu de sabi e ua punt'e coccioniu de ammoniaca. Ammesturai tottu in pari e lassai pesiai.

Su pillu:

In dua scivedda ammesturai su "granitu" cun s'ollu 'e procu e impastai cu' acqua e sabi, traballeddu bei e fadei su pillu fini, fini. Cun dua tasa fadei tundusu de pillu e ponei s'arrapreu in mesu, azziai i bordusu de su pillu po quattu o cinq'ottasa in modu de imprassai bei s'arrapreu. Cun du pinzellu passai in s'arrapreu u' pagu de arrubiu de

ou traballau cun duas frocchittasa. Codei in su forru callenti, e appustisi, chi si prascidi, o po da sas fai pru bellisceddasa, ponei in pizzusu sa cappa cun tragera o u pagu de mebi.

Le formaggelle

Il ripieno

In una terrina macinate bene il formaggio e la ricotta in parti uguali (500 g di formaggio fresco e 500 g di ricotta), aggiungete 5 rossi, 200 g di farina e 200 g di zucchero, la buccia di un' arancia e di un limone grattugiati, una bustina di zafferano di San Gavino e un bicchierino di Villacidro giallo, un pizzico di sale e un pizzico di ammoniaca, amalgamate bene e lasciate riposare.

La sfoglia

In un contenitore di terracotta mischiate il granito (400 g) con lo strutto (50 g) e impastate aggiungendo acqua con il sale

disciolto. Preparate la sfoglia sottile e ricavate dei tondini servendovi dei bordi di un bicchiere, sistemate al centro di essi polpette di ripieno. Sollevate i bordi della sfoglia per quattro o cinque volte, premendoli delicatamente. Con un pennello, spennellate del rosso d'uovo sbattuto sulla superficie del ripieno per renderlo dorato con la cottura. Mettere in forno ben caldo. A cottura ultimata decorare con la glassa e i diavolini o, se preferite, solo con il miele.



Mebas gustosas

Ingredientis

Meba

Succi de arangiu

Zuccuru

Menda

Pabassa

Preparazioni

Sciaquai una paria de mebas e lindi su tenaci de pizzus. Appustis chi funti scroxiadas, ndi liais su tenaci de mesu, dda sa segais a arrogheddedus e ponei totu in quattro strexus piticus. In s'ammezuradori (o molitori), ponesi a moliri menda e pabassa. In d'unu trexu, ponei impari, succi de arangiu, zuccuru, meli, sa menda e sa pabassa molias e ammezurais beni, beni. Apustis coberreis is arrogheddedus de sa meba cun s'ammezzu e serbeis a totus cussus chi ndi bolinti!

Mele gustose

Ingredienti

4 mele

il succo di un'arancia

3 cucchiari di zucchero

4 cucchiari di miele

2 cucchiari di mandorle

1 cucchiario di uvetta sultanina

Preparazione

Lavare le mele, togliere il picciolo, sbucciarle, eliminare il torsolo, tagliarle a pezzetti e versarle in quattro coppette. Nel mixer unire le mandorle e l'uvetta e tritare. In una ciotola unire il succo d'arancia, lo zucchero, il miele, l'uvetta e le mandorle tritate e amalgamare bene. Cospargere i pezzetti di mela con il composto ottenuto e servire.



Alla scoperta dei percorsi dei saperi, dei sapori e del gusto.

Circolo didattico di Guspini. Scuola primaria

Alcuni dei lavori realizzati dai bambini della
classe 1 sez.A "G.Deledda" Guspini A.S.
2007-2008



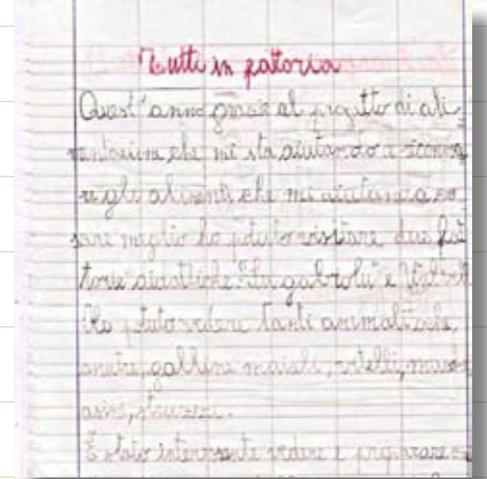
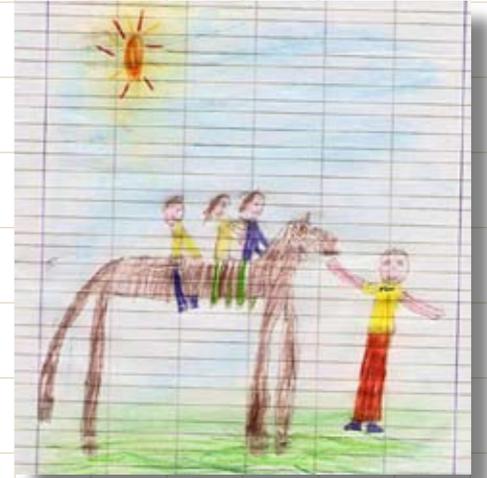
Hanno andato a visitare la fattoria
di Giacomina e di Santura. Che
belle!

Abbiamo visto come si fanno il
formaggio e la ricotta.

Abbiamo visto tanti animali
cavalli, le vacche, le galline, gli
asini.

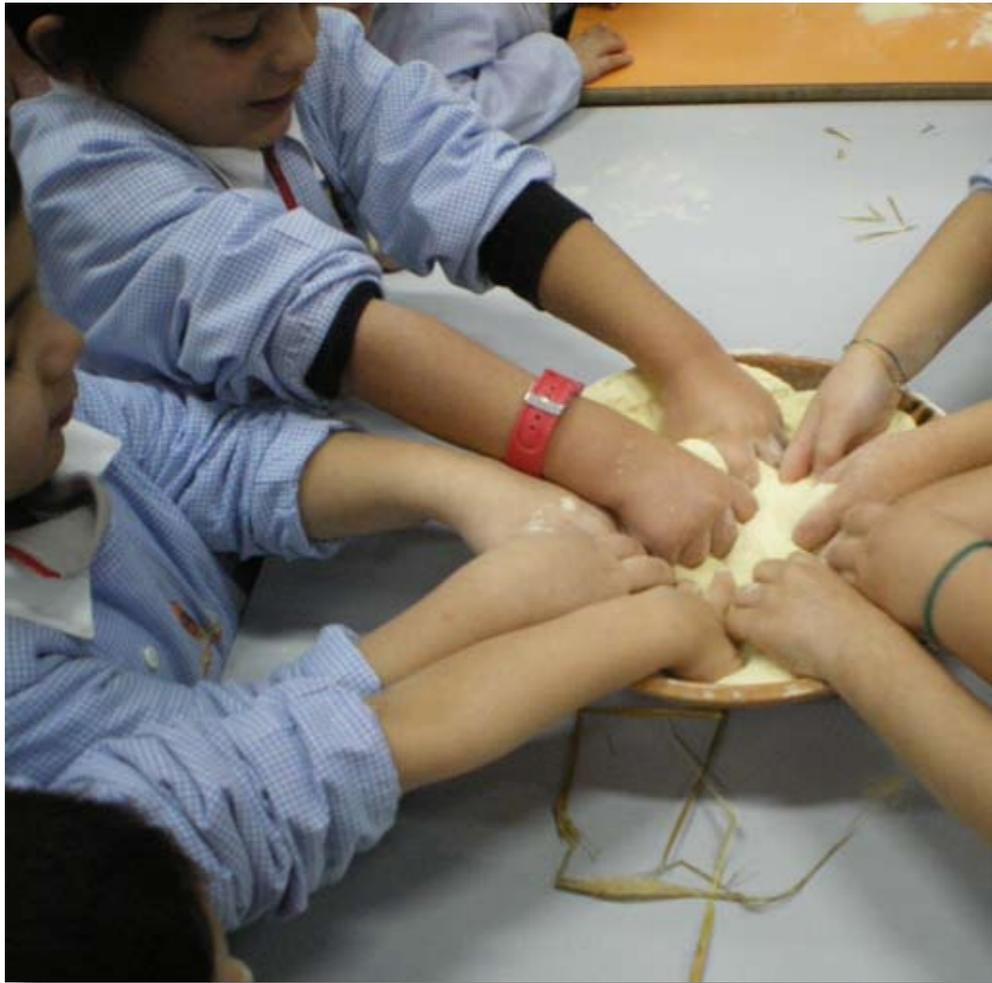
Tutti i bambini e le maestre sono
saliti sul cavallo. Signor Giovanni
ce ha fatto fare un bel gallo!





Satu po imparai

percorsi di educazione alimentare
A.S. 2009/2010



Satu po imparai

A seguito dell'esperienza positiva maturata nel territorio del Medio Campidano con il programma "Saperi in campagna" nasce il progetto di educazione alimentare "Satu Po Imparai" realizzato nell'anno scolastico 2009/2010. Il progetto, si è sviluppato con la collaborazione dell'Assessorato alla Pubblica Istruzione della Provincia del Medio Campidano e del Dipartimento per la multifunzionalità dell'impresa agricola, per lo sviluppo rurale e per la filiera agroalimentare dell'Agenzia LAORE. L'iniziativa ha avuto la finalità di recuperare, conservare e valorizzare il rilevante patrimonio di saperi e produzioni agroalimentari tipiche che caratterizza un territorio a forte vocazione rurale come il Medio Campidano nonché creare e sviluppare un circuito delle fattorie didattiche integrando e migliorando la qualità e quantità di servizi offerti che rafforzi il ruolo multifunzionale delle aziende agricole.

Il progetto si è concretizzato a seguito di un bando di partecipazione pubblicato nel

settembre 2009 dalla Provincia del Medio Campidano a cui hanno partecipato n. 13 scuole con n. 40 proposte di percorsi didattici attorno alle produzioni agroalimentari tipiche del territorio. Sulla base dei criteri di selezione previsti dal bando e delle risorse finanziarie a disposizione la Provincia, tenendo conto delle indicazioni di un apposito comitato tecnico costituito da un rappresentante dell'Assessorato alla Pubblica Istruzione dell'Ente, dell'Agenzia Laore, delle Scuole e delle fattorie didattiche ha approvato n. 24 percorsi didattici.

I progetti esecutivi dei vari percorsi sono stati realizzati a seguito della condivisione dell'abbinamento tra le scuole e le dieci fattorie didattiche del Medio Campidano iscritte all'albo Regionale ed il supporto tecnico dell'Agenzia LAORE. Ogni percorso ha previsto due visite degli studenti nelle fattorie didattiche precedute da due incontri a scuola con il responsabile dell'attività di educazione alimentare dell'azienda agricola.

I percorsi si sono concretizzati nel periodo febbraio-giugno 2010 e vi hanno partecipa-

to n. 1164 ragazzi di cui n.390 della scuola dell'infanzia e n. 542 della scuola elementare e n.232 della scuola media.

Durante la fase esecutiva del progetto è stato realizzato un corso di panificazione didattica a cui hanno partecipato n.8 Insegnati e n.5 fattorie. L'intero progetto e'

stato realizzato dallo Sportello Unico Territoriale del Linas in stretta collaborazione con il settore valorizzazione delle produzioni del territorio dell'Agenzia Laore e si e' avvalso della collaborazione di vari tecnici provenienti da diversi SUT.

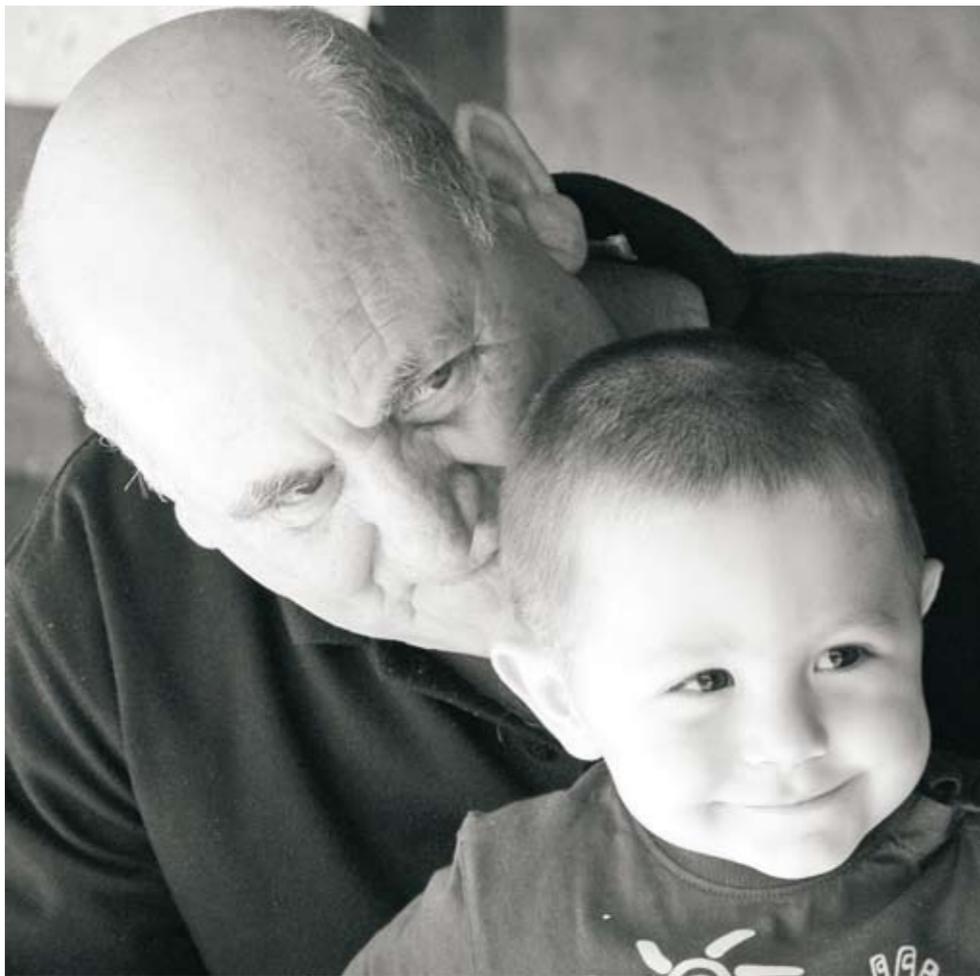
*Francesco Sanna
Agenzia Laore Sardegna*

SCUOLAMODULI	LIVELLO SCUOLA	N. RAGAZZI	FATTORIA	PERCORSO
Comprensivo SAMASSI	MEDIE	47	STROVINA	ALLEVAMENTO - LATTE - FORMAGGIO
Comprensivo SAMASSI	MEDIE	47	APICOLTURA PUSCEDDU	API e MIELE
Comprensivo SAMASSI	MEDIE	46	FUNTANAZZA	ALLEVAMENTO - LATTE - FORMAGGIO
Comprensivo Villamar	INFANZIA	36	SU MASSAIU	PANE
Direzione Didattica Villacidro	ELEMENTARE	50	SA PERDA MARCADA	PANE
Direzione Didattica Villacidro	ELEMENTARE	50	SA STIDDIADROXIA	ORTAGGI
Direzione Didattica Villacidro	ELEMENTARE	39	FATTORIA ALBA	PIANTE AROMATICHE e OFFICINALI
Comprensivo Lunamatrona	ELEMENTARE	47	STROVINA	ALLEVAMENTO - LATTE - FORMAGGIO
Comprensivo Lunamatrona	INFANZIA	50	VILLA MIRANDA	PANE
Comprensivo Lunamatrona	MEDIE	50	APICOLTURA PUSCEDDU	API e MIELE
Comprensivo Gonnostrada	ELEMENTARI	50	SU MASSAIU	PANE
Comprensivo San Gavino Monreale	ELEMENTARI (25)-INFANZIA (25)	50	SU MASSAIU	ZAFFERANO
Scuola Media Fermi-Vinci Guspini	MEDIE	42	OASI DEL CERVO	DOLCI
Scuola per l'infanzia S. Maria Guspini	INFANZIA	50	FATTORIA ALBA	VIVERE LA TERRA
Comprensivo Sardara	ELEMENTARI	36	SU GAGLIARDU	ALLEVAMENTO - LATTE - FORMAGGIO
Comprensivo Barumini	INFANZIA	50	SA STIDDIADROXIA	PASTA - LEGUMI
Comprensivo Barumini	INFANZIA	50	SA STIDDIADROXIA	PASTA - LEGUMI
Comprensivo Arbus	ELEMENTARI	50	FUNTANAZZA	PECORA NERA
Scuola Infanzia S. Raimondo Sanluri	INFANZIA	33	STROVINA	PANE
Direzione Didattica Guspini Is Boinargius	ELEMENTARI	50	SU GAGLIARDU	SALUMI
Direzione Didattica Guspini SATTÀ	ELEMENTARI	47	OASI DEL CERVO	DOLCI
Direzione Didattica Guspini SATTÀ	INFANZIA	46	SAPEDRAMARCADA	CEREALI / PANE
Direzione Didattica Guspini SATTÀ	ELEMENTARI	50	VILLA MIRANDA	FRUTTA
Direzione Didattica Guspini COLLE ZEPPARA	INFANZIA	50	APICOLTURA PUSCEDDU	API e MIELE
Direzione Didattica Guspini DESSI	ELEMENTARI	48	FUNTANAZZA	ALLEVAMENTO - LATTE - FORMAGGIO
TOTALE		1164		



Fattorie didattiche del Medio Campidano





Fattorie didattiche del Medio Campidano

Nel territorio del Medio Campidano operano n. 10 fattorie didattiche iscritte all'albo regionale. Di queste, cinque sono ubicate nell'ambito territoriale ottimale del Linas, quattro in quello della Marmilla e una in quello del Campidano.

Al progetto Saperi in Campagna svoltosi nell'anno scolastico 2007/2008 hanno partecipato sei fattorie didattiche, mentre a "Satu po imparai" 2009-2010 hanno partecipato dieci fattorie in quanto alle prime sei fattorie iscritte all'albo nel 2009 si sono aggiunte altre quattro aziende le quali hanno compiuto le prime esperienze grazie a questo progetto.

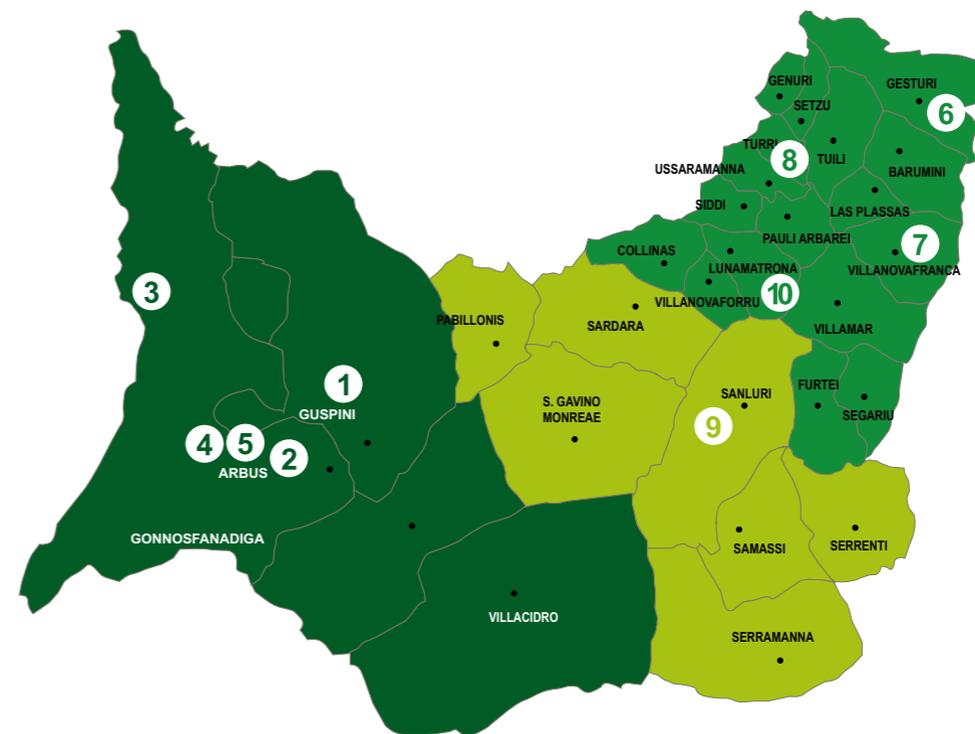
Come si potrà vedere dalle schede che

seguono le dieci fattorie del medio campidano offrono una serie variegata di percorsi didattici incentrati sulle principali produzioni agroalimentari tipiche del territorio. Inoltre l'esperienza maturata con i due progetti di cui si parla in questa pubblicazione consentono di affermare che le fattorie già oggi forniscono un servizio didattico di qualità suscettibile di miglioramento e che vi sono nel territorio le condizioni ottimali per la costruzione di una rete che si ponga l'obiettivo di ampliare l'offerta didattica valorizzando la forte e radicata vocazione rurale del Medio Campidano.

*Francesco Sanna
Agenzia Laore Sardegna*



- 1 Alba**
Loc. Gabasu - Guspini
- 2 Apicoltura Pusceddu**
Via Montevecchio - Arbus
- 3 Funtanazza**
Loc. Funtanazza - Arbus
- 4 L'oasi del cervo**
Loc. Is Gennas - Arbus
- 5 Sa perda Marcada**
Loc. Sa perda marcada - Arbus
- 6 Sa Stiddiadroxa**
Loc. Pidisci Gesturi
- 7 Su Gagliardu**
Loc. Riu Mottoriu - Villanovafranca
- 8 Su Massaiu**
Loc. Coarvigu - Turri
- 9 Su Stai**
Podere Valbella - Sanluri stato
- 10 Villa Miranda**
Loc. Su Mutraxiu - Lunamatrona





Località Gabasu
09036 Guspini (VS)
Mobile 349 5615775
annalisa.lecca@tiscali.it
www.fattoriaalba.altervista.com

Alba

L'azienda ha una superficie di 7,2 ha. E' situata in collina, a 200 metri s.l.m., in località 'Gabasu', distante 7 km. da Guspini. Circondata dalle montagne, tra ulivi, lentischi e mirti. Nelle vicinanze si possono visitare i siti archeologici di Santa Maria di Neapolis e Nuraghe Melas, le dune di Piscinas e la Costa Verde, i siti di archeologia mineraria di Montevecchio e di Ingurtosu

Produzioni: L'azienda è dedicata prevalentemente alla viticoltura sociale per offrire benessere e inclusione attraverso la natura.

Referente della visita in azienda: Annalisa Lecca

Attività didattiche:

Laboratori:

- a) l'orto;
- b) raccolta e utilizzo del mirto;
- c) piante officinali (i cinque sensi);

d) dall'olivo all'olio;

e) laboratorio del gusto (salumi).

Percorsi:

Vari percorsi alla scoperta della natura, della fattoria e dei sapori tradizionali

Tariffe delle attività didattiche:

L'attività didattica può accogliere gruppi di 20-25 bambini con due accompagnatori. Per le tariffe delle visite guidate e laboratori didattici contattare l'azienda. Possibilità di posteggio autobus 20- 50 posti

Come si arriva:

Provenendo da Cagliari o Oristano percorrete la SS 131 e uscite allo svincolo Sanluri-S.Gavino. Prendete la SS197 direzione Guspini e una volta in paese seguite le indicazioni per Montevecchio dopo circa 3 Km lungo la strada per Montevecchio svoltate a destra, in direzione Monte Maiori; percorrete la strada per circa 2 Km.sino al termine della strada asfaltata, vi troverete una casetta in pietra; svoltate a sinistra e percorrete la

strada sterrata ,per circa 100 mt., fino alla nostra azienda



Via Montevecchio, 16
09031 Arbus (VS)
Tel. +39 070 9754069
Fax +39 1786048165
Mobile 347 1957562
m.pusceddu@tiscali.it
www.apicolturapusceddu.it

Apicoltura Pusceddu

L'azienda ha una superficie di 40 ha. E' situata in collina, a 250 metri s.l.m., nel centro abitato di Arbus.

E' raggiungibile su strada asfaltata.

Il centro aziendale è situato all'interno della Riserva Naturale di Piscinas-Monte Arquentu . Gli apiari per la produzione del miele sono situati lungo la costa che da Funtanazza arriva a Torre dei Corsari.

Produzioni: La presenza di macchia mediterranea e specie tipiche della zona costiera garantiscono produzioni di mieli monoflorali e multiflorali.

Vendita diretta di miele e prodotti in cera d'api

Referente della visita in azienda: Mauro Pusceddu

Attività didattiche:

Laboratori didattici:

- 1) dal nettare al miele: la smielatura;
- 2) le piante mellifere: costruzione di un erbario di interesse mellifero.

Percorsi didattici:

- 1) dal nettare al miele: connubio tra fiori e api;
- 2) percorso guidato di degustazione dei mieli

Tariffe delle attività didattiche:

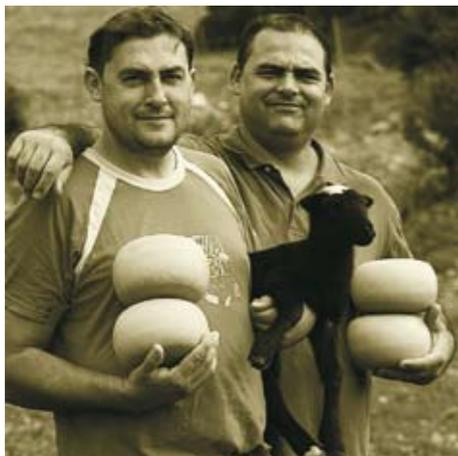
L'attività didattica può accogliere gruppi di 20-25 bambini con due accompagnatori. Per le tariffe delle visite guidate e laboratori didattici contattare l'azienda. Possibilità di posteggio autobus 20- 50 posti

Come si arriva:

Il centro aziendale, sede dell'attività apistica e di quella didattica, è ubicato nella parte alta dell'abitato di Arbus, nella via

Montevecchio al n.16, lungo la strada che da Arbus porta a Montevecchio e poi a Funtanazza.

A quest'ultima si accede attraverso la SS 126 che attraversa il paese con la via Repubblica, strada obbligata sia per chi arriva da Guspini e sia per chi arriva da Gonnosfanadiga.



Località Funtanazza

09031 Arbus (VS)

Tel. +39 070977112

Fax +39 1782239329

Mobile 329 6216096

funtanazza@funtanazza.it

www.funtanazza.it

Funtanazza

La nostra azienda si estende per 160 ettari in uno dei più incantevoli territori della Sardegna, a un passo dalla Costa Verde arburese tra Capo Frasca e Capo Pecora. Un nome, un destino. Non per nulla la nostra specialità sono i formaggi pecorini, con tutto il sapore e i profumi di una terra dolce e selvaggia davanti a un mare incontaminato.

Produzioni: L'azienda è ad indirizzo prevalentemente zootecnico. Si allevano circa 350 ovini con il metodo biologico.

Referente della visita in azienda: Mauro Lampis

Attività didattiche:

Scoprire il latte: l'origine, le fasi di lavorazione, la trasformazione del latte in latticini.

Tariffe delle attività didattiche:

L'attività didattica può accogliere gruppi di

20-25 bambini con due accompagnatori.
Per le tariffe delle visite guidate e laboratori didattici contattare l'azienda. Possibilità di posteggio autobus 20- 50 posti

Come si arriva:

Partendo da Cagliari prendere la SS 131 direzione Sassari, uscire all'altezza di Sanluri direzione Guspini (45km circa), proseguire in direzione Montevecchio- Marina di Arbus 7km circa, continuare in direzione Marina di Arbus, per circa 17 km poi girare a sinistra dove c'è l'indicazione Azienda Funtanazza continuare per 800 metri di strada bianca per arrivare in azienda.



Vico IV Volta 19
09031 ARBUS (VS)
Tel. 347/3011318
oasidelcervo@tiscali.it
www.oasidelcervo.com

L'Oasi del Cervo

L'azienda agrituristica l'Oasi del cervo immersa nella macchia mediterranea dove è forte la presenza dei cervi, è situata a 3 km dalla Costa Verde in una zona di notevole interesse archeologico e naturalistico.

Produzioni: L'azienda è ad indirizzo prevalentemente zootecnico. Si allevano ovini e suini.

Referente della visita in azienda: Angela Vacca

Attività didattiche: Visita dell'azienda con un percorso interattivo, Individuazione e denominazione della flora e della fauna attraverso visite guidate, riflessione sull'utilizzo delle energie rinnovabili, illustrazione ai bambini del funzionamento dei pannelli fotovoltaici, pale eoliche, caldaia a legna. Proponiamo anche dei laboratori didattici: La capra e i suoi derivati, la trasformazione del latte. Visualizzazione del processo di trasformazione dei prodotti caseario caprino. Dalla mungitura, al formaggio, alla ricotta.

Tariffe delle attività didattiche:

L'attività didattica può accogliere gruppi di 20-25 bambini con due accompagnatori. Per le tariffe delle visite guidate e laboratori didattici contattare l'azienda. Possibilità di posteggio autobus 20- 50 posti

Come si arriva:

Partendo da Cagliari prendere la SS 131 bivio per Sanluri direzione Guspini- Montevecchio, strada per la Costa Verde per 7 km bivio a destra per 2,4 km di strada sterrata.



Località Sa Perda Marcada

09031 Arbus (VS)

Tel. +39 0709758714

Fax +39 0709758714

mariaelena.corona@tiscali.it

www.saperdamarcada.it

Sa Perda Marcada

Quando l'industria estrattiva era una fiorente attività della zona di Arbus, una pietra sulla quale era stato scolpito un numero segnava il confine con la miniera. Ora quella pietra incisa, Sa Perda Marcada, è il segno distintivo della nostra azienda, splendidamente inserita nel Parco Geo minerario Storico Ambientale della Sardegna e nell'area Life Natura.

Produzioni: L'azienda, ad indirizzo prevalentemente zootecnico, si estende per 62 ettari. Si allevano cavalli anglo-arabo-sardi, ovini di razza sarda e animali di bassa corte. Le coltivazioni di foraggio e avena servono per l'allevamento, ma si coltivano anche ortaggi e frutta. Una parte del latte prodotto viene trasformata in azienda.

Referente della visita in azienda: Gianfranco Corona

Attività didattiche: Dal filo d'erba al formaggio: nella stalla si stabilisce un primo contatto con gli animali e si seguono tutte le fasi di lavorazione del latte partendo dalla mungitura fino alla trasformazione del latte in formaggio.

Itinerari agro ambientali:

Laboratorio dolci tipici (forno a legna)

Tariffe delle attività didattiche:

L'attività didattica può accogliere gruppi di 20-25 bambini con due accompagnatori. Per le tariffe delle visite guidate e laboratori didattici contattare l'azienda. Possibilità di posteggio autobus 20- 50 posti.

Come si arriva:

Percorrendo la Ex S.S. 131, si lascia la Carlo Felice (S.S.131) al bivio di Sanluri e si imbocca la S.S.197 sino a Guspini. Si Prosegue poi sulla S.S.126 e, superata Arbus, si arriva all'agriturismo dopo 7,6 km.



Vico V. Emanuele III, 19
09020 GESTURI (VS)
Tel. 070/9360028
Tel. 320/0388911

Sa Stiddiadroxia

Nelle vicinanze dell'azienda si trovano importanti siti archeologici, il Nuraghe Bingia de Crobis, la Tomba dei Giganti, e la roccia calcarea de Sa Stiddiadroxia

Produzioni: L'azienda pratica l'allevamento di suini, ovini, animali da cortile, cavalli, vitelli. Si coltivano foraggiere, orto.

Referente della visita in azienda: Marco Mura

Attività didattiche:

Dal latte, al formaggio, al dolce. Il percorso delle piante spontanee e coltivate. I laboratori didattici Osservazione del paesaggio: animali e piante...Svolgere un tema o un disegno... confronto da approfondire nella classe di appartenenza....per scoprire i gusti dei bambini...

Tariffe delle attività didattiche:

L'attività didattica può accogliere gruppi di 20-25 bambini con due accompagnatori.

Per le tariffe delle visite guidate e laboratori didattici contattare l'azienda. Possibilità di posteggio autobus 20- 50 posti

Come si arriva:

Si lascia la S.S. 131 al bivio di Villasanta e si procede sulla S.S. 197 in direzione Villamar. Dopo circa 30 Km si giunge a Gesturi. Lasciato Gesturi in direzione Nuragas a circa 200 mt. dalla periferia del paese si gira a destra per inoltrarsi in una strada di penetrazione agraria che vi porta all'azienda.



Località Riu Mottoriu

09020 Villanovafranca (VS)

Tel. +39 9367424

Fax +39 9367424

Mobile 349 7304281

erikasaba@tiscali.it

Su Gagliardu

La nostra azienda ha una superficie di 30 ettari. E' situata in collina, in località 'Riu Mottoriu' a circa un chilometro da Villanovafranca. Si trova nelle vicinanze del nuraghe e museo Su Mulinu di Villanovafranca, del complesso Su Nuraxi di Barumini e del museo territoriale Sa Corona Arrubia di Villanovaforru.

Produzioni: L'azienda è dedicata all'allevamento di caprini, suini, ovini, equini e asinini; e alla coltivazione di cereali e foraggiere.

Referente della visita in azienda: Ivano Saba

Attività didattiche:

Laboratori:

1) Lavorazione del latte, dalla mungitura alla produzione del formaggio;

2) Lavorazione della carne suina fresca.

Percorsi:

L'allevamento ovicaprino e suino: alimentazione e cura dell'animale, trasformazione del prodotto.

Tariffe delle attività didattiche:

L'attività didattica può accogliere gruppi di 20-25 bambini con due accompagnatori.

Per le tariffe delle visite guidate e laboratori didattici contattare l'azienda. Possibilità di

posteggio autobus 20- 50 posti

Come si arriva:

Prendere la SS 131, svincolo per Villamar-Barumini; proseguire per la strada provinciale in direzione Villamar; svoltare a destra direzione Mandas; a 700 mt dal centro abitato di Villanovafranca svoltare a sinistra per una strada campestre.



Località Coarvigu

09020 Turri (VS)

SP. n 46 CA Km 12+300

Tel. +39 0783 95339

Fax +39 0783 95339

Mobile: +39 347 7023 136

+39 328 447 5175

infotiscali@agriturismosumassaiu.it

www.agriturismosumassaiu.it

Su Massaiu

L'azienda su Massaiu situata sulla sommità di una collina ai piedi della Giara è circondata da un frutteto, tra mandorli, ulivi ed erbe officinali, lavanda, elicriso, rosmarino e mirto. A pochi minuti dall'azienda si arriva alla Reggia Nuragica di Barumini, al complesso museale Sa Corona Arrubia, Sardegna in Miniatura e al Monte Arci.

Produzioni: L'azienda produce da agricoltura biologica e vende meloni coltivati in asciutto, legumi secchi, mandorle, ortive in genere, marmellate e il pregiatissimo zafferano di Turri.

Referente della visita in azienda: Fernando Atzeni

Attività didattiche:

Percorso del grano: dal chicco di grano... al pane tipico con laboratori didattici che prevedono l'illustrazione delle vari fasi della filiera produttiva, descrizione pratica della lavorazione della semola e della panificazio-

ne di diverse tipologie di pani tipici.

Dal seme al piatto: metodi di coltivazione, raccolta, pulitura lavorazione dei legumi di diversi tipi sino alla produzione di piatti tipici.

Zafferano: dall'impianto alla fioritura, raccolta e mondatura

Tariffe delle attività didattiche:

L'attività didattica può accogliere gruppi di 20-25 bambini con due accompagnatori. Per le tariffe delle visite guidate e laboratori didattici contattare l'azienda. Possibilità di posteggio autobus 20- 50 posti

Come si arriva:L'azienda è raggiungibile in auto o autobus attraverso la SP 46 da Baradili a Ussaramanna al km 11, 900 imboccare la strada sterrata sulla sinistra che porta all'azienda.



Cooperativa Strovina '78
Podere Piave, SANLURI (VS)
Tel. +39 070 933 0566
Fax +39 070 933 0536
Mobile: +39 328 2814 843 –
+39 348 0446 461
agriturvalbella@tiscali.it
www.agriturismovalbella.it

Su Stai

Podere Valbella

A Sanluri Stato, frazione rurale di Sanluri, al centro del Campidano tra Cagliari ed Oristano. Il territorio, per la sua natura salmastra, presenta notevoli difficoltà e costringe chi lo coltiva ad una continua sperimentazione sulle colture. Vi sono state sviluppate attività di allevamento di specie tipiche del territorio.

Produzioni: l'azienda produce un gran numero di cereali. Dall'orto si ricavano pomodori, lattuga, sedano, finocchi, peperoni, melanzane, zucchine, asparagi, carciofi; vengono allevate tutte le specie da bassa-corte oltre a maiali, bovini, equini ed ovini.

Referente della visita in azienda: Salvatore Pau

Attività didattiche:

Alla scoperta della fattoria: sono disponibili una serie di percorsi che coinvolgono quasi tutti gli aspetti della vita in fattoria:

dal latte al formaggio, dal grano al pane

dall'aratura al raccolto.

Visita agli animali della fattoria, ai campi coltivati, all'oliveto.

Come si crea il concime organico (compost).

Tariffe delle attività didattiche:

L'attività didattica può accogliere gruppi di 20-25 bambini con due accompagnatori. Per le tariffe delle visite guidate e laboratori didattici contattare l'azienda. Possibilità di posteggio autobus 20- 50 posti

Come si arriva: L'azienda è raggiungibile in auto o autobus tramite la SS.131, svoltare nella SP Villacidro-Sanluri; proseguire sulla SP Samassi-Villacidro; e infine SP San Gavino- Sanluri Stato.



Località Su Mutraxiu
09022 Lunamatrona (VS)
Tel. +39 070939706
Mobile 3498809144
cadeivano@yahoo.it
www.casamira.eu

Villa Miranda

La nostra azienda si estende per 11 ettari su una delle dolci colline tipiche della marmilla. Si trova a soli 4 km. dal sito archeologico "Genna Maria" di Villanovaforru, a 16 km dalla Reggia Nuragica di Barumini (Patrimonio dell'Unesco).

Produzioni: L'azienda è ad indirizzo prevalentemente agricolo con indirizzo produttivo Olivicolo, Cerealicolo ed Erbe Officinali

Referente della visita in azienda:

Ivano Cadeddu

Attività didattiche:

Conoscere le piante e le erbe officinali: dalla talea alla raccolta;

Giardinaggio.

Vari laboratori: Ceramica, Cucina, Tessitura,

Tariffe delle attività didattiche:

L'attività didattica può accogliere gruppi di

20-25 bambini con due accompagnatori.
 Per le tariffe delle visite guidate e laboratori didattici contattare l'azienda. Possibilità di posteggio autobus 20- 50 posti

Come si arriva:

L'Azienda è raggiungibile dalla Strada Provinciale Lunamatrona-Sanluri.

Percorrendola in direzione di Sanluri, a 500 metri oltre la periferia di Lunamatrona e un centinaio di metri prima della stazione di servizio, si incontra sulla destra la strada sterrata che, inerpicandosi pian piano per circa 1500 metri sulla collina, porta a Villa Miranda.

Il Daniero
dei prodotti tipici
del Medio Campidano



Paniere dei prodotti tipici del Medio Campidano

La produzione agroalimentare nella provincia del Medio Campidano è particolarmente varia per via delle differenze paesaggistiche che caratterizzano il territorio e la sua storia e che hanno fortemente influito sulle attività tradizionali in prevalenza agro-pastorali.

Insieme di queste produzioni costituisce il Paniere dei prodotti tipici, che la provincia sta valorizzando non solo per la promozione del territorio ma in particolare sul piano commerciale e con la finalità di favorirne il consumo con ricadute economiche positive alla produzione.

Le caratteristiche climatiche e geografiche favoriscono i prodotti dell'orto e dei campi: tra i più noti il carciofo nella prelibata qua-

lità dello "spinoso sardo" che recentemente ha ottenuto l'importante riconoscimento della DOP, ottimo crudo o cucinato in accompagnamento a pietanze di carne.

Anche la frutta raggiunge nel territorio della provincia ottimi livelli di qualità e sapore: note sono le pesche, le ciliegie, le arance, le pere e i meloni in asciutto, che conservandosi a lungo possono essere gustati anche in inverno.

Importante anche la produzione di olive e di olio extravergine, un elemento fondamentale nella dieta mediterranea e nella cucina sarda, a cui è stato recentemente dato il marchio Dop (denominazione di origine protetta) per l'alta qualità raggiunta.

La ricchezza, la salubrità e la varietà dei pascoli offrono, oltre ad una grande varietà di carni (porchetto, capretto, agnello e pecora), anche una vasta produzione casearia.

Tra i formaggi più diffusi ricordiamo il pecorino, i caprini, le caciotte, i formaggi freschi e la ricotta, da accompagnare con il civraxiu, l'ottimo pane dalla crosta rugosa e

croccante prodotto nel territorio. E poi ancora non mancano prelibati salumi ottenuti dalle carni degli allevamenti locali: salsiccia, prosciutto, lardo e mustela, un filetto di maiale aromatizzato con i profumi della macchia mediterranea.

Da non dimenticare infine i prodotti utilizzati nell'arte dolciaria: le mandorle, i cui fiori in primavera ricoprono intere valli; il miele, ottimo in tutte le sue varietà, dal classico millefiori al più pregiato di corbezzolo; lo zafferano o "oro rosso di Sardegna il cui marchio DOP trova origine esclusivamente nel territorio del Medio Campidano," indispensabile nelle pardulas, e infine i liquori locali di cui è noto il Villacidro Murgia che oltre ad essere ottimo da solo, viene utilizzato per aromatizzare i delicati e saporiti dolci tradizionali.





Asparagi

INel Medio Campidano il consumo dell'asparago è antichissima con l'utilizzo dei turioni provenienti dai biotipi selvatici.

L'asparago è una coltura con il ciclo vitale poliennale, ha un'apparato radicale molto profondo che può superare 1 metro di profondità. Predilige i terreni fertili di medio impasto profondi.

La coltura dell'asparago alterna la fase vegetativa tra la primavera e l'autunno, ad una di riposo invernale. Durante la fase vegetativa, la pianta produce le sostanze di riserva che vengono accumulate nelle radici, e in parte utilizzate per differenziare nuove radici e gemme sul rizoma sotterraneo. Dopo il periodo di riposo invernale il risveglio vegetativo è indotto dalle temperature del terreno (temperature > 12° C per almeno 7 giorni) e da un giusto livello di umidità turioni si sviluppano dalle gemme utilizzando esclusivamente le sostanze di riserva accumulate nella precedente fase vegetativa. Gli steli

che si differenziano dopo il termine del periodo di raccolta, continuano ad utilizzare le sostanze di riserva fino al termine della fioritura. È necessario terminare la raccolta dei turioni quando nelle radici sono presenti sostanze di riserva sufficienti a formare numerosi e vigorosi steli.

L'epoca migliore per il trapianto delle piantine è compresa tra metà aprile e metà maggio; anticipando si rischiano danni da freddo, mentre ritardando le piantine sono più soggette a crisi di trapianto per stress idrico e termico.

L'asparago è una coltura di particolare pregio in alcuni Comuni della Provincia del Medio Campidano. Al fine di sostenere la produzione di questa coltura, dilatandone i tempi di raccolta si sta cercando di intensificare la coltura in ambiente protetto, consentendo una maggiore incisività e permanenza nel mercato.

Gli asparagi contengono poche calorie, per questo sono particolarmente indicati nelle diete dimagranti. Hanno proprietà depurative, ma sono anche ricchi di acido urico, per

cui è sconsigliato il consumo a coloro che soffrono di cistite, gotta e infiammazioni ai reni. Per finire hanno un alto contenuto di calcio, fosforo e potassio.

Attualmente la superficie coltivata ad asparago nel Medio Campidano è di circa Ha 120 concentrata principalmente nei territori dei comuni di Serrenti e Samassi.



Carciofi

E' particolarmente diffuso nel Medio Campidano, area carcioficola per eccellenza. Negli anni Quaranta venne introdotta la varietà dello Spinoso Bosano, e da questa, grazie al lavoro dei produttori locali, nacque poi lo Spinoso Sardo, un carciofo dal gusto spiccato e ingrediente immancabile della cucina isolana. Di qualità pregiata si presenta carnoso, spesso privo di barba interna e provvisto di spine robuste, dal gusto più morbido rispetto agli altri carciofi e dalle note amarognole attenuate. Ottimo da gustare crudo con un buon olio extravergine o in insalata, insieme con fettine di pecorino o spolverato con bottarga, ma anche utilizzato nei secondi piatti di carne e contorni. Oltre alle qualità di gusto e sapore per cui è noto, il carciofo ha un'azione epatoprotettiva e favorisce la digestione. E' un rimedio adoperato da secoli per le sue proprietà di aumento della produzione e miglioramento della composizione della bile, di protezione del fegato e del miglioramento delle sue funzionalità.

Nei pazienti con problemi epatici questa pianta provoca la rapida scomparsa dell'ittero, con

forte diminuzione di sali e pigmenti biliari nelle urine, ripristino del normale colorito delle feci e notevole diminuzione della bilirubina e delle transaminasi nel sangue. Protegge il fegato dai danni causati dal tetracloruro di carbonio, una sostanza molto tossica per il fegato.

Il meccanismo forse più importante per spiegare quest'azione è legato alla capacità degli acidi fenolici di ostacolare i danni che i radicali liberi provocano alle cellule del fegato, con un'attività inibitoria più forte di quella della vitamina E. Aumenta il peso del fegato perchè stimola la rigenerazione delle cellule del fegato stesso.

Ogni dicembre la provincia festeggia la tradizione carcioficola partecipando all'importante appuntamento: la Sagra del Carciofo che si svolge a Samassi Attualmente nel Medio Campidano la superficie coltivata a Carciofo si aggira intorno a 2800-3000 ettari di cui 150-200 della varietà spinoso sardo per il quale recentemente si ottenuto l'importante marchio di qualità della Denominazione di Origine protetta. I territori di maggiore coltivazione di carciofo nel medio campidano sono quelle dei comuni di Samassi, Serramanna, Serrenti e Furtei.



Carne

(ovini, suini, bovini, caprini)

Da solo l'intero comparto zootecnico sardo contribuisce a formare circa il 34,8% della produzione complessiva vendibile agricola regionale. Alla formazione di questa importante percentuale hanno sempre concorso le 16 mila aziende in cui si allevano ovini e caprini.

Oggi il comparto sta vivendo una situazione di estrema difficoltà che è diventata strutturale, squilibrio tra domanda e offerta, aumento dei costi di produzione, crescente pressione competitiva dei paesi terzi, hanno determinato una crisi dell'attività di allevamento e sono la causa della riduzione del numero delle aziende ovicaprine che si è registrata negli ultimi anni.

L'allevamento ovino comunque, è in evoluzione dal punto di vista qualitativo, per l'ammodernamento delle strutture aziendali e delle tecniche produttive, per la definizione

di nuovi criteri di gestione e di utilizzazione di risorse foraggere, per la buona domanda di prodotti caseari e di carne.

L'allevamento ovicaprino nel Medio Campidano ha da sempre costituito una delle attività agricole più diffuse e abbastanza redditizie. Questa Provincia mantiene una forte connotazione zootecnica, e con i suoi circa 257.000 capi ovini e 26.000 caprini cerca di mantenere una consistenza sostanzialmente uguale a quella dello scorso anno. A questo hanno sicuramente contribuito le iniziative della Provincia del Medio Campidano, che ha messo in campo, a supporto di questo importante comparto, numerose iniziative di tutela e valorizzazione di specie locali (è il caso della valorizzazione della pecora nera di Arbus e della pecora Sarda selezionata, considerata tra le migliori al mondo per produzione di latte.), iniziative queste che hanno avuto ricadute d'immagini positive per il mercato.

Va ricordata inoltre, l'importante manifestazione che ogni anno si svolge a Barumini e cioè il Concorso Interprovinciale degli Ovini

di razza sarda iscritti al libro genealogico. In questa rassegna, è presente il meglio della selezione genetica, frutto del lavoro portato avanti da tre generazioni, Barumini è, infatti, il tempio della pecora sarda, dove da 90 anni si pratica un'accurata selezione che ha portato il settore zootecnico a livello di primato europeo.

Dal 2005, la carne di agnello sardo può fregiarsi della Indicazione Geografica Protetta. Una certificazione che mette al riparo dalla concorrenza sleale, alla quale stanno aderendo sempre più aziende. Ogni anno vengono immessi sul mercato gli agnelli certificati col marchio comunitario "Agnello di Sardegna" che è riservato esclusivamente agli agnelli nati, allevati e macellati in Sardegna in regola con le norme dettate dal disciplinare di produzione e di identificazione. Gli agnelli debbono provenire da pecore di razza sarda, essere allevati allo stato brado, in un ambiente del tutto naturale, caratterizzato da ampi spazi esposti a forte insolazione, ai venti e al clima della Sardegna e nutriti prevalentemente con latte materno. A controllare sull'applicazione del disciplinare



di produzione provvede il Consorzio di tutela con sede a Nuoro.

Oltre al comparto ovicaprino, anche quelli della carne bovina e suina fanno registrare persistenti segnali di difficoltà: la concorrenza delle carni straniere, che spesso giungono sui nostri mercati con prezzi sottocosto, e la difficoltà a movimentare e quindi a vendere sui mercati fuori dall'isola i vitelli da ingrasso per via dei protocolli di vaccinazione severi e rigorosi, ha indebolito il ruolo degli allevatori nella contrattazione, portando il comparto ad uno stato di sofferenza.

Nonostante questa situazione di crisi, che mette in seria difficoltà i nostri allevatori, i quali continuano ad ogni modo a perseguire un costante miglioramento della qualità, nella speranza che questi sforzi vengano riconosciuti dai consumatori, si cerca di sostenere e migliorare il settore zootecnico, sempre più moderno e vitale per l'economia isolana.



Formaggi

Il territorio del Medio Campidano possiede un patrimonio unico di secolare civiltà pastorale e casearia, aspetto importante della sua economia agroalimentare e turistica.

La trasformazione industriale coinvolge sei caseifici di proprietà privata, uno stabilimento ad organizzazione cooperativistica, e sei minicaseifici aziendali che, in regola con tutte le normative per l'adeguamento igienico sanitario, producono giornalmente ottimi formaggi tipici, nel rispetto delle tradizionali tecniche di lavorazione del latte.

Si tratta di prodotti genuini che nascono negli allevamenti ovicaprini all'interno di idonei locali dotati di moderne attrezzature che gli allevatori hanno realizzato con non pochi sacrifici, con lo scopo di cercare di favorire il miglioramento delle produzioni casearie, creando le condizioni per la loro valorizzazione commerciale.

Da questi animali, che vengono nutriti in modo naturale ed equilibrato, si ottiene un

latte sicuro perché viene controllato costantemente dalla mungitura fino al prodotto finito. Mediante la trasformazione effettuata nel proprio caseificio aziendale con metodi tradizionali nascono dei formaggi freschi e genuini, anche da latte crudo.

Per quanto riguarda i caseifici industriali il panorama dei prodotti caseari ovis è vario, e risulta composto da formaggi a pasta dura, semidura, molli, ricotte e altri prodotti tipici. Alcuni sono D.O.P (Denominazione d'origine protetta) come il Pecorino Romano, il cui nome deriva dal luogo dove veniva prodotto anticamente in maggiore quantità, il Pecorino Sardo, nei tipi dolce e maturo e il Fiore Sardo, il più antico e saporito.

Gli altri formaggi ovi-caprini prodotti comprendono diversi tipi di Canestrati: Calcaigno, Crotonese, Pepato, Foggiano; formaggi a pasta molle (stagionatura medio-breve, 25-40 giorni) tipo Caciotta o Caciottone, Bonassai, prodotti freschi come la ricotta gentile, o le ricotte stagionate Testa di morto, Toscanella, Moliterna e Mustia, a conservazione medio-lunga, per finire con

vari formaggi a rapida maturazione come su casu ascedu e i caprini.

Le produzioni dei caseifici, che rispondono in pieno alle aspettative del consumatore che pretende rigorose garanzie di qualità e di genuinità, sono esportati ed apprezzati in molti mercati, anche in Nord America, e nel loro insieme costituiscono un fatturato importante per l'economia della nostra provincia.





Frutta

Il comparto agrumicolo e frutticolo, dopo quello olivicolo è quello che ha maggior tradizione nel territorio essendo stato introdotto in coltura specializzata ai primi del 1900.

Le aziende sono caratterizzate da una elevata polverizzazione essendo le stesse di dimensioni medie inferiori all'ettaro. La maggior parte delle aziende risultano essere formate da diversi corpi fondiari causando agli operatori agricoli notevoli difficoltà nell'organizzazione delle operazioni colturali e contribuendo ad elevare i costi di gestione.

L'agrumicoltura si estende nel territorio su una superficie di 530 Ha con 650 aziende. E' rappresentata dalle seguenti varietà: washington 25%, clementine 20%, naveline 20%, tarocco 10%, valencia 5% mandarini e limoni. Le vecchie cultivar, introdotte agli inizi del 1900 a Villacidro, rappresentate dall' ovale o calabrese, moro, bella donna, e cultivar pigmentate (sanguigno) sono state sostituite negli anni 80 (piano agrumicolo),

con le cultivar attuali piu' rispondenti sul piano commerciale Oggi, probabilmente avrebbero creato delle alternative di mercato.

La frutticoltura si estende su una superficie di 400 Ha, con 559 aziende. La specie piu' rappresentativa è il pesco, con il 90% della superficie, il restante 10% è rappresentata dal susino, albicocco il ciliegio e il mandorlo. Non dimentichiamo che le cultivar storiche come la cultivar cossu e arrubia sono di origine villacidrese. E' presente una cooperativa l' OP Associazione Agricoltori Villacidresi con 182 soci, si occupa della lavorazione, conservazione e vendita dei prodotti ortofrutticoli con circa 70.000 Q.li di frutta commercializzati annualmente. Ha contratti con Auchan, Cds, Conad, Metro, Isa e Eurospin.

Il consumo medio pro capite in Sardegna è di 52 Kg (in Italia di 48 Kg.). Sono ormai parecchi gli studi, realizzati in vari paesi, che suggeriscono un possibile legame tra consumo costante di frutta e una significativa riduzione del rischio di tumore, in parti-

colare nei confronti dell'apparato digerente. Per esempio gli agrumi, che oltre essere un concentrato di vitamina C, contengono i terpeni e i polifenoli che hanno evidenziato la capacità di ostacolare i processi di sviluppo del cancro e si ipotizza che riescano ad agire direttamente sulle cellule tumorali contrastando la loro riproduzione.



Foto E. Gola

Legumi

In passato considerati la carne dei poveri, i legumi, erano frequenti soprattutto nelle tavole delle famiglie meno abbienti che non potevano permettersi il lusso di consumare la carne.

Oggi sono apprezzati anche dai migliori buongustai e ceci, fagioli, fave, lenticchie,... danno vita a piatti prelibati e saporiti.

I legumi sono, infatti, uno degli alimenti cardine della cucina tradizionale: lasciati essiccare per meglio conservarsi nel tempo, vengono usati per gustose zuppe o come contorno ai secondi di carne.

Nella Provincia del Medio Campidano vengono prodotte, ancora oggi, numerose e pregiate varietà di legumi, la superficie stimata a tale scopo è di circa 100 ettari in cui la fa da padrone il cece seguito da fava, lenticchie e fagioli.

La provincia, attenta alle produzioni tipiche e alle peculiarità del suo territorio, sta incen-

tivando la coltivazione dei legumi attraverso importanti progetti di valorizzazione e tutela come "Vivere la Campagna"



Melone in asciutto

La Provincia del Medio Campidano si caratterizza per una ricca produzione di melone, presente in diverse qualità e coltivato in vari modi. In particolare negli ultimi anni si è diffusa la coltivazione del melone in asciutto, tecnica particolare nata in origine per le condizioni climatiche dell'isola ma che oggi viene incentivata perché dà luogo ad un gustoso prodotto di alta qualità.

Il melone coltivato in asciutto, che cresce in totale assenza d'acqua, è una tipica specialità della bioagricoltura in Marmilla. Precisamente, nel territorio della Provincia ci sono ben 130 ettari destinati a questa coltivazione. Il primato spetta a Lunamatrona, piccolo centro della Marmilla dove ogni anno si organizza una Mostra Mercato del melone coltivato in asciutto con esposizione e degustazione di prodotti tipici locali.

Oltre a Lunamatrona, dove si svolge l'im-

portante sagra dedicata a questo prodotto, il melone asciutto viene coltivato a Barumini, Collinas, Furtei, Genuri, Gesturi, Las Plassas, Pauli Arbarei, Segariu, Setzu, Siddi, Tuili, Turri, Ussaramanna, Villamar, Villanovaforru, Villanovafranca.

Il melone in asciutto è un caso unico nell'isola ed è considerato una produzione da difendere e da valorizzare.



Miele

Nel medio Campidano operano circa 40 allevamenti apistici con la conduzione di circa 5000 alveari. Il territorio del Medio Campidano è fortemente vocato per l'allevamento apistico e ciò è provato dall'esistenza di vari toponimi che all'attività delle api richiamano. Numerosi sono le tipologie di mieli uniflorali che si producono in questo territorio (Corbezzolo, Asfodelo e Cardo, Eucaliptus Agrumi, Rosmarino, Lavanda, Erica, Cisto, Timo e Sulla).

A Montevercchio annualmente si svolge la Sagra del Miele ormai diventata un'iniziativa di forte richiamo per tutto il mondo apistico regionale. Nell'ambito della stessa si svolge anche un concorso regionale sui mieli a cui partecipano le produzioni di miele di tutta l'isola.

La variegata tipologia dei mieli uniflorali è strettamente legata alla biodiversità floreale del territorio. Il miele è un prodotto dolcificante naturale ottimo nella dieta degli sportivi e nella prima colazione.





Olio e Olive

Il medio campidano, con i suoi 4500 Ha coltivati ad olivo, rappresenta una delle realtà più importanti della Sardegna per la produzione di olio e di olive. Particolarmente vocata è l'area del Linas con i comuni di Gonnosfanadiga e Villacidro.

Di particolare rilievo sono gli oliveti millenari esistenti in agro di Ussaramanna, Turri, e i già citati Villacidro e Gonnosfanadiga.

Tra le varietà che vengono coltivate si distingue quella locale denominata «Nera di Gonnos», la quale, per la sua naturale duplice attitudine, fornisce olio di alta qualità e ottime olive da mensa. Anche per l'olio si è recentemente ottenuto il marchio DOP «Olio di Sardegna» e, tra le aziende del territorio che lo producono, qualcuna ha ottenuto importanti riconoscimenti della qualità partecipando a importanti concorsi regionali e nazionali.

Di particolare pregio organolettico e nutrizionale solo le olive verdi in salamoia al

naturale prodotte in questo territorio. Si tratta di un prodotto tipico del Medio Campidano ottenuto deamarizzando le olive con l'impiego esclusivo di acqua e sale.



Pane e Pasta fresca



Tra le varietà presenti nel medio Campidano la più nota è il *civraxiu*, caratteristico pane campidanese voluminoso, con crosta bruna rugosa e mollica morbida e fragrante, prodotto a Sanluri in una varietà particolarmente apprezzata, garantita da un disciplinare di produzione.

Diffuso in tutta l'isola e anche in provincia è il *coccoi*, pane di semola di grano duro, gustoso e croccante, decorato con fantasie semplici per il pane ad uso quotidiano o più estrose ed arcaiche per i pani delle feste.

In provincia oltre a Sanluri, un centro noto per la produzione del prezioso alimento è Gonnosfanadiga in cui si organizza ogni anno una specifica sagra dedicata al pane e alle altre specialità dei forni locali: *pani cun obia* (pane con le olive), *pani cun gerda* (pane con i ciccioli), *pani cun arrescottu* (pane con ricotta), *coccoi 'e Pasca* (il pane

pasquale con l'uovo sodo), *pani cun tamatiga* (pane con pomodoro) e innumerevoli altre prelibatezze.

Nella provincia del Medio Campidano operano circa 35 panificatori con Gonnosfanadiga capofila che ne conta 7.

Anche la pasta, assume un'importanza fondamentale nell'alimentazione del popolo sardo. Il piatto forte dei sardi è costituito dai *malloreddus*, cioè gnocchetti di semola con l'aggiunta di un pizzico di profumatissimo zafferano locale.

Una gustosissima pasta è *sa fregula*, semola grossa di grano duro, trasformata con arte in piccole palline tostate. Fra le paste sarde occupano un posto importante *is culurgionis*, ravioli di bietola, ricotta o formaggio fresco, fatti nei modi più diversi sia per il variare del ripieno





Riso

Il riso nel Medio Campidano è presente ormai da diversi decenni e occupa una superficie di circa 450 Ha, 150 dei quali destinati alla produzione di seme. La sua coltivazione è ubicata principalmente nel territorio del comune di San Gavino Monreale e in piccola parte in quello di Pabillonis. La tecnica di coltivazione è prevalentemente quella della sommersione ma una piccola superficie (circa Ha 50) viene prodotta con l'irrigazione per aspersione. Gran parte del riso coltivato è destinato al consumo umano e una parte di questo viene lavorato e confezionato presso la riseria Molas di San Gavino Monreale che con la varietà carnaroli produce anche risotti pronti e gallette.



Salumi

La produzione di salumi ed insaccati nella Provincia del Medio Campidano, vanta una lunga tradizione tramandata da padre in figlio, nata dalla necessità di conservare a lungo le carni quando ancora non esistevano i moderni frigoriferi.

La preparazione dei salumi richiede delle specifiche procedure: un'attenta salatura, un uso abbondante di spezie e una graduale stagionatura in locali con temperatura e umidità controllati per poter perdere in maniera ottimale i liquidi contenuti all'interno delle carni. La varietà dei prodotti è notevole. Tra i più caratteristici c'è il sanguinaccio, un salame dolce ottenuto dal sangue del maiale arricchito con aromi, noci e uvette, i prosciutti, le salsicce, la mustela, la pancetta, il lardo, il guanciale, la testa in cassetta e altro ancora. Pregevoli e molto rinomati gli insaccati prodotti in provincia, tra i quali si distinguono il prosciutto e la salsiccia di pecora. Ogni insaccato può essere servito come antipasto o utilizzato

per confezionare pietanze prelibate caratterizzate sempre dalla genuinità e dal sapore di antiche tradizioni.

Nella provincia del medio Campidano operano circa 40 produttori di salumi tipici.



Vini e Liquori

Nel territorio del Medio Campidano, sono presenti alcune aziende vitivinicole.

Ad Arbus si produce il temperas. Un cannonau derivato da uve coltivate, su suoli derivanti da disfacimento granitico che danno caratteristiche di elevata eleganza e finezza al prodotto vino.

La produzione ridotta, è dovuta ad una studiata tecnica colturale, bassa carica di gemme, potatura verde oculata, diradamento dei grappoli etc., che porta la produzione ad attestarsi intorno ai 45-50 /Ha.

Il prodotto ha avuto per il 2008 il riconoscimento DOC

Il prodotto, è di una sola linea, un rosso strutturato e corposo, caldo, varietà cannonau in purezza di grado alcolico 14,5-15,5, caratterizzato dall'acquisizione naturale, dopo i 16-18 mesi di sentore di barricato.

Altra produzione vitivinicola è quella di

Ussaramanna

Dove con vigne impiantate su suoli a matrice tendenzialmente argillosa, si ottengono vini di alta qualità come un rosso corposo denominato Biazzu, ed un bianco fresco e giovane, di pronta beva denominato Birbanti.

Tra i liquori possiamo citare il Villacidro Murgia riconosciuto prodotto tradizionale e vari altri prodotti realizzati con essenze vegetali spontanee come il liquore di mirto e quello di cardo.



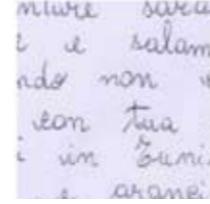
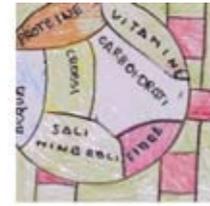
Zafferano

Il prodotto è ottenuto dall'essiccazione degli stimmi del fiore della pianta di *Crocus sativus*. Nel Medio Campidano si stima una coltivazione di circa 35 Ha di zafferano e si concentra oltre l'86% della produzione regionale e il 66% di quella nazionale. La Sardegna grazie alle produzioni di zafferano del medio campidano è il maggiore produttore in Italia di zafferano.

Da circa tre anni la produzione di zafferano in stimmi proveniente dai paesi di San Gavino Monreale, Turri e Villanovafranca ha ottenuto dall'Unione Europea il prestigioso riconoscimento della Denominazione di origine protetta "Zafferano di Sardegna". La denominazione di origine protetta è ottenuta dalla certificazione dell'alta qualità dello zafferano prodotto nel Medio Campidano, legata all'elevato contenuto di safranale, picrocrocine e crocine che conferiscono rispettivamente aroma, sapore e colore ai piatti tipici della cucina sarda in cui viene impiegato.

Il riconoscimento nasce dal legame storico tra la qualità organolettiche e la storia, cultura e ambiente del territorio di produzione consolidato da secoli di coltivazione.

Nell'ambito delle fattorie didattiche del territorio viene realizzato un percorso sullo zafferano dove si può ripercorrere tutte le fasi della coltivazione, mondatura e lavorazione dello zafferano prima dell'uso in cucina che costituisce quello prevalente nonostante le notevoli proprietà medicinali e coloranti. strada sterrata, per circa 100 mt., fino alla nostra azienda





124



125

foto Fabiana Callai

L'agricoltura insegna che non si può avere tutto subito ma che l'attesa di eventi e di cose è l'essenza stessa della vita.

INFORMAZIONI UTILI

PROVINCIA DEL MEDIO CAMPIDANO

Presidenza

Via Carlo Felice, 267
09025 SANLURI (VS)
Tel. 070/9356700 - 070/9356799
presidenza@provincia.mediocampidano.it

Assessorato Pubblica Istruzione

Via Paganini, 22
09025 SANLURI (VS)
Tel. 070/9356400 - 070/9370383
Istruzione@provincia.mediocampidano.it

Assessorato Agricoltura

Via Serra, 43
09038 SERRAMANNA (VS)
Tel. 070/9130073 - 070/9130120

AGENZIA LAORE SARDEGNA

Dipartimento per la Multifunzionalità dell'impresa agricola, per lo sviluppo rurale e per la filiera agroalimentare

Via Caprera, 8

09123 CAGLIARI
Tel. 070 6026 2307, fax 070 6026 2325
www.sardegnaagricoltura.it/argomenti/scuole/fattoriedidattiche/

Servizio per la Multifunzionalità dell'impresa agricola e per la salvaguardia della biodiversità

Via Brigata Sassari n. 55,
08100 - NUORO
tel. 0784 248, fax 0784 248231

SUT Linas

Sportello Unico Territoriale del Linas
Via Caprera, 19
09036 GUSPINI
Tel. 070/970257

SCUOLE

Istituto Comprensivo SAMASSI

via Coniugi Curie, 2 09030 SAMASSI
tel/fax 070 9388032 - fax: 070 9388032

Istituto Comprensivo Villamar

viale Rinascita -09020 Villamar
tel/fax 070 9309021

Direzione Didattica Villacidro

via cavour 36 VILLACIDRO
tel. 070 932030 - fax 070 9310584

Istituto Comprensivo Lunamatrona

via Risorgimento 09022 Lunamatrona
tel. 070 939031 - Fax 070 9341156

Istituto Comprensivo Gonnosfanadiga

piazza Giovanni XXIII 09035
Gonosfanadiga
tel. 070 9799030 Fax 070 9796129

Istituto Comprensivo San Gavino Monreale

via Foscolo 09039 San Gavino Monreale-
tel./fax 070 9339426

Scuola Media Fermi-Vinci Guspini

via Marchesi 09036 GUSPINI
tel. 070 9784033 fax 070 9784142

Scuola per l'infanzia S. Maria Guspini

via Don Minzoni 22 09036 GUSPINI
tel. 070 970053 fax 070 972487

Istituto Comprensivo Sardara

via Calabria 4 09030 Sardara
tel. 070 9387016-7 - fax 070 9385212

Istituto Comprensivo Barumini

viale San Francesco, n. 2 Barumini
Tel. 070/9368032 - fax 070/9361018

Istituto Comprensivo Arbus

via Costituzione, 5 09031 Arbus
tel. 070/9759079 - fax 070/9754534

Scuola Infanzia S. Raimondo Sanluri

via Castello, 27 09025 Sanluri
tel 070/9307082 - fax 070/9350082

Direzione didattica Guspini

via G. Deledda, 2 09036 Guspini
tel.070/970051 - fax 070/9783069

Scuola secondaria di primo Grado

“A.Loru-S.Satta” Villacidro
via G.Deledda, 3 Villacidro
tel 070/932010

FATTORIE DIDATTICHE

Alba

Località Gabasu
09036 Guspini (VS)
Mobile 349 5615775
annalisa.lecca@tiscali.it
www.fattoriaalba.altervista.com

Apicoltura Pusceddu

Via Montevecchio, 16
09031 Arbus (VS)
Tel. +39 070 9754069
Fax +39 1786048165
Mobile 347 1957562
m.pusceddu@tiscali.it

Funtanazza

Località Funtanazza
09031 Arbus (VS)
Tel. +39 070977112
Fax +39 1782239329
Mobile 329 6216096
funtanazza@funtanazza.it

L'oasi del cervo

Via Montevecchio, 16
09031 Arbus (VS)
Tel. +39 070 9754069
Fax +39 1786048165
Mobile 347 1957562
oasidelcervo@tiscali.it

Sa perda marcada

Località Sa Perda Marcada
09031 Arbus (VS)
Tel. +39 0709758714
Fax +39 0709758714
mariaelena.corona@tiscali.it
www.saperdamarcada.it

Sa Stiddadroxa

Via Montevecchio, 16
09031 Arbus (VS)
Tel. +39 070 9754069
Fax +39 1786048165
Mobile 347 1957562
ignazio.mu@tiscali.it

Su Gagliardu

Località Riu Mottoriu
09020 Villanovafranca (VS)
Tel. +39 9367424
Fax +39 9367424
Mobile 349 7304281
erikasaba@tiscali.it

Su Massaiu

Località Coarvigu
09020 Turri (VS)
SP. n 46 CA Km 12+300
Tel. +39 0783 95339
Fax +39 0783 95339
Mobile: +39 347 7023 136
+39 328 447 5175
infotiscali@agriturismosumassaiu.it
www.agriturismosumassaiu.it

Su Stai – Podere Valbella

Cooperativa Strovina '78
Podere Piave, SANLURI (VS)
Tel. +39 070 933 0566
Fax +39 070 933 0536
Mobile: +39 328 2814 843 +39 348
0446 461
agriturvalbella@tiscali
www.agriturismovalbella.it

Villa Miranda

Località Su Mutraxiu
09022 Lunamatrona (VS)
Tel. +39 070939706
Mobile 3498809144
cadeivano@yahoo.it
www.casamira.eu

**Referente per le fattorie didattiche della
Sardegna**

Fabrizio Tidu – Agenzia Laore Sardegna
070.6026.2307
fabriziotidu@ersat.rupa.it

**Responsabile progetto Saperi in campagna
e Satu po imparai del Medio Campidano
- Sut Linas**

Francesco Sanna – Agenzia Laore Sardegna
– Sut Linas
Tel. 070/970257
sannafrancesco705@gmail.com

**Ideazione, progettazione e comunicazione
“I viaggi del Gusto“**

Fabiana Callai
Agenzia Sardegna Promozione
070.606.93168
fcallai@regione.sardegna.it

**HANNO COLLABORATO ALLA REALIZZA-
ZIONE DEI PROGETTI SAPERI IN CAM-
PAGNA E SATU PO IMPARAI DEL MEDIO
CAMPIDANO
GRUPPO DI LAVORO LAORE**

Ibba Maria

Dipartimento per la Multifunzionalità del-
l'impresa agricola, per lo sviluppo rurale e
per la filiera agroalimentare

Antonio Maccioni

Servizio per la Multifunzionalità dell'impresa
agricola e per la salvaguardia della Biodi-
versità

Andrea Cerimele

Settore valorizzazione delle produzioni del
territorio

Fabrizio Tidu

Settore valorizzazione delle produzioni del
territorio

Gianfranco Farigu

Settore valorizzazione delle produzioni del
territorio

Piseddu Franco

Settore valorizzazione delle produzioni del
territorio

Silvia Bertelli

Settore Valorizzazione delle filiere olivicolo-
olearie

Gerardo Piras

SUT Trexenta -Suelli

Giuseppina Mocci

SUT Iglesiente - Iglesias

William Marras

SUT Linas - Guspini

Maria Viviana Onnis

SUT Linas - Guspini

Roberto Peddis

SUT Linas - Guspini

Augusto Pirastu

SUT Linas - Guspini

Francesco Sanna

SUT Linas - Guspini

Sommario

Progetti di educazione alimentare della provincia	7
Appunti di viaggio	11
Il ruolo dell'USP	15
I viaggi del gusto	19
Saperi in campagna	21
Fattorie didattiche. Aziende agricole multifunzionali	25
Diario di Campagna	29
Conosco ciò che mangio	31
La mia terra	35
il tempo delle fragole	41
Le ricette	44
Alla scoperta dei percorsi dei saperi, dei sapori e del gusto.	49
Satu po imparai	55
Fattorie didattiche del Medio Campidano	59
Paniere dei prodotti tipici del Medio Campidano	87

I viaggi del gusto

