

Zucche

Delizie per il palato e
gioie per gli occhi



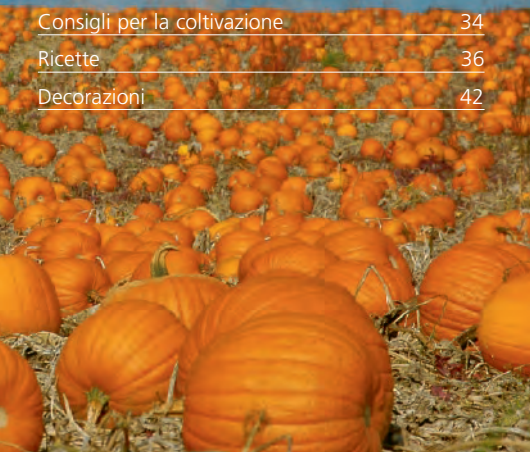
Contadini
svizzeri

Dalla nostra terra con passione.



Il mondo delle zucche

La bacca piú grande del mondo	4
Storia delle zucche	6
Zucche commestibili	8
Zucche da orto - Cucurbita pepo	9
Zucche giganti - Cucurbita maxima	21
Zucche muschiate - Cucurbita moschata	30
Consigli per la coltivazione	34
Ricette	36
Decorazioni	42



La bacca più grande del mondo

Le zucche non sono verdure, ma sono i più grandi frutti a **bacca** che si conoscono. Se ne distinguono più di 100 generi e 850 specie, sparse in tutti i continenti.

Questi frutti hanno le dimensioni, le forme, la crescita e i colori **più svariati**. Tanto vario è il loro aspetto, quanto diverso è il loro possibile utilizzo.

Le **zucche ornamentali** di ogni forma e colore sono decorazioni autunnali molto apprezzate. Altre vengono coltivate appositamente per i concorsi della zucca più pesante. Le **zucche giganti** possono arrivare a raggiungere un peso di oltre 600 chilogrammi.

Chi non conosce le **zucche di Halloween** intagliate, che ormai, durante la notte di Ognissanti, s'illuminano non più solo in America?

Anche i prodotti a base di **semi di zucca** sono molto apprezzati, come l'olio di semi di zucca e i semi di zucca salati.

Le zucche vengono però coltivate principalmente come alimento. Quest'opuscolo è una piccola presentazione delle **zucche commestibili** più conosciute, delle loro caratteristiche particolari e dei vari modi di utilizzo.



Storia delle zucche

Già nel 10 000 a.C., le piante di zucca fiorivano e prosperavano in **America Centrale**. I Maya e gli Aztechi consideravano la zucca un **alimento base**, insieme al mais e ai fagioli.

In seguito alla scoperta del Nuovo Mondo, i conquistatori portoghesi e spagnoli portarono le bacche giganti sulle loro navi dirette in Europa e in Asia come **foraggio** per gli animali, grazie alla loro buona conservabilità.



Da alcuni anni, le zucche si sono guadagnate il loro **spazio anche nella nostra cucina**, questo grazie anche alla loro grande versatilità: le numerose varietà offrono un'ampia gamma di sapori e consistenze.

La zucca si adatta quindi perfettamente alla cucina **moderna, veloce e sana**.

Le zucche rafforzano il sistema immunitario, favoriscono la digestione e calmano le infiammazioni. Sono indicate per chi è a dieta, perché sono composte al **95% da acqua** e hanno un valore nutritivo di sole **20 kcal per 100 grammi**. Contengono grandi quantità di **vitamine** dei gruppi A, C e D, nonché potassio, calcio e zinco.

Zucche commestibili

Tutte le zucche commestibili conosciute appartengono in botanica al **genere cucurbita**. È un termine latino che significa, oltre a «zucca», anche «testone», «idiota» o «adultero». Quest'ultimo si spiega con il fatto che la pancia di una donna può assumere la forma di una zucca dopo un adulterio.

Il genere Cucurbita comprende in totale 15 specie. Insieme alle numerose zucche selvatiche non edibili, si contano le specie di zucche commestibili più famose alle nostre latitudini: la **zucca da orto** (*Cucurbita pepo*), la **zucca gigante** (*Cucurbita maxima*) e la **zucca muschiata** (*Cucurbita moschata*). Altre specie commestibili meno conosciute sono la **zucca a fiasco** (*Cucurbita lagenaria*), la **zucca del Siam** (*Cucurbita ficifolia*) e l'**ayote** (*Cucurbita argyrosperma*).

Zucchini

La zucchini è rapidamente diventata un classico delle nostre cucine e dei nostri orti, grazie all'arrivo dei lavoratori italiani in Svizzera. Quelle raccolte ancora piccole e non mature sono particolarmente tenere.

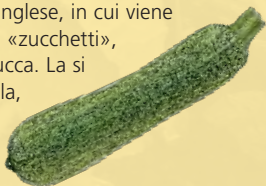
Polpa: color crema o bianco-verde, aroma delicato

Utilizzo: da arrostire/grigliare o cuocere al vapore, cruda o appena scottata per l'insalata, da preparare ripiena o per conserve

Peso: se raccolta non ancora matura 0,1-0,3 kg, se matura anche parecchi chili

Periodo di conservazione: se piccola circa 3 settimane, se ben matura diversi mesi

Curiosità: la zucchini mantiene il nome italiano anche in tedesco e in inglese, in cui viene chiamata «zucchini» o «zucchetti», che significa piccola zucca. La si può trovare anche gialla, verde chiaro, a strisce o rotonda.



Patisson

Questa zuccina molto decorativa è una vicina parente della zuccina classica e in cucina viene preparata spesso in maniera simile.

Polpa: giallastra, fruttata, sapore fine e delicato

Utilizzo: da arrostire/grigliare o cuocere al vapore, per insalate o dip, decorazioni

Peso: 0,3-1,5 kg

Periodo di conservazione: 2 mesi

Curiosità: le zucchine Patisson si possono raccogliere già in estate anche se non ancora mature, per cucinarle con la buccia e i semi. Proprio per questo, vengono anche chiamate «zucche estive». Una volta mature, vengono spesso utilizzate come decorazione.



Unique

Moderna varietà spaghetti, dall'aroma delizioso.

Polpa: gialla, con lunghe fibre simili a spaghetti, aroma delicato

Utilizzo: cottura al forno o al vapore

Peso: 0,6-1 kg

Periodo di conservazione: 1 mese

Curiosità: le zucche spaghetti, come la Unique, vengono spesso gratinate al forno. In seguito si possono semplicemente raschiare le fibre con una forchetta.



Spaghetti

La classica zucca spaghetti che viene spesso preparata ripiena o cotta al forno.

Polpa: giallo chiaro, con lunghe fibre simili a spaghetti, aroma delicato

Utilizzo: cottura al forno o al vapore

Peso: 1,5-2,5 kg

Periodo di conservazione: 6-10 mesi

Curiosità: dopo la gratinatura, le fibre si possono estrarre facilmente con una forchetta e servire come «spaghetti».



Acorn

Le zucche Acorn hanno un'invitante polpa fruttata e croccante.

Polpa: color crema, dolciastra, fruttata e croccante

Utilizzo: da arrostire/grigliare, da cuocere al forno o al vapore, per insalate o dip

Peso: 0,5 - 1 kg

Periodo di conservazione: 3 mesi

Curiosità: esistono numerose varietà di zucche Acorn in diversi colori. Crescono arrampicandosi sui bastoni, come le zucchine, ma la loro polpa è molto più compatta e saporita.



Festival

Il piacere croccante e colorato – semplicemente il meglio da gustare cruda.

Polpa: giallo chiaro, leggero sapore di nocciola, molto croccante, compatta e a grana fine

Utilizzo: da arrostire/grigliare, da cuocere al forno o al vapore, per insalate o dip

Peso: 0,5-0,9 kg

Periodo di conservazione: 3 mesi

Curiosità: la zucca Festival appartiene alla famiglia delle Acorn (p. 13) o in italiano «zucche ghianda». Sono particolarmente amate negli USA.



Sweet Dumpling

La zucca «dolce paffuta», come suggerisce la traduzione letterale del suo nome, è molto dolce e ha una consistenza cremosa.

Polpa: arancione chiaro, cremosa, dolce, dal delicato aroma di castagne

Utilizzo: da cuocere al forno o al vapore, purea o dolci

Peso: 0,5-0,7 kg

Periodo di conservazione: 3 mesi

Curiosità: la zucca Sweet Dumpling è originaria del Messico ed è molto apprezzata per la sua polpa dolce e cremosa, si gusta spesso direttamente «al cucchiaio».



Delicata

La zucca delicata è perfetta per la «cucina veloce per due»: semplice, veloce, buona e sana.

Polpa: color giallo crema, molto dolce, leggero gusto di nocciola, consistenza cremosa

Utilizzo: da cuocere al forno, al vapore o al microonde, dolci

Peso: 0,3-0,5 kg

Periodo di conservazione: 3 mesi

Curiosità: la zucca Delicata ricorda il sapore della patata dolce.



Spark

Frutto stupendo che non deve nascondere il suo delizioso interno.

Polpa: gialla, dolce, a grana molto fine e cremosa, delicato aroma di zucca

Utilizzo: da arrostire/grigliare, da cuocere al forno, al vapore o al microonde, dolci o decorazioni

Peso: 0,2 - 0,3 kg

Periodo di conservazione: 3 mesi

Curiosità:

la zucca Spark può essere cotta al microonde e poi svuotata con un cucchiaio.



Jack be little

Una piccola zucca decorativa da cuocere al microonde.

Polpa: arancione, delicato aroma di zucca e di castagne

Utilizzo: da cuocere al vapore o al microonde, decorazione

Peso: 0,2 - 0,4 kg

Periodo di conservazione: 3 mesi

Curiosità: la zucca Jack be little viene spesso utilizzata anche come decorazione.



Orangita

Una stupenda classica zucca dal colore arancione intenso.

Polpa: arancione, soda, dolciastra, spessa, delicato aroma di zucca

Utilizzo: da cuocere al vapore o al microonde, decorazione

Peso: 0,5-0,7 kg

Periodo di conservazione: 3 mesi

Curiosità: la zucca Orangita può essere utilizzata sia come decorazione che in cucina.



Rondini

La piccola zucca rotonda e scura viene di solito bollita, farcita e gustata «al cucchiaino».

Polpa: giallastra, delicato aroma di noce, leggermente fibrosa

Utilizzo: da arrostire/grigliare, da cuocere al vapore o al microonde

Peso: 0,1-0,3 kg

Periodo di conservazione: 3 mesi

Curiosità: le zucche Rondini sono originarie dei deserti del Botswana e del Sudafrica e hanno una buccia molto dura e resistente che le protegge dalla disidratazione.



Orange Boy, Potimarron, Hokkaido

Questa meravigliosa zucca da minestra può essere frullata con la buccia, ottenendo così una minestra di zucca soda e delicata senza aggiungere patate o altre verdure.

Polpa: arancione, asciutta, delicato aroma di zucca, leggermente dolce

Utilizzo: per minestre o purea, da cuocere al forno o al vapore

Peso: 0,8-1,5 kg

Periodo di conservazione: 3 mesi

Curiosità: diversi nome per la stessa zucca: Orange Boy e Potimarron sono sinonimi, Hokkaido è un'isola del Giappone. È anche chiamata Uchiki Kuri, Solor, Fictor o Orange Summer.



Sun Spot

La complementarità della classica zucca Orange Boy (p. 21), tuttavia più croccante, dalla polpa più soda e dal sapore più deciso.

Polpa: arancione scuro, spessa, soda, a grana fine, fruttata e croccante

Utilizzo: per minestre o purea, da cuocere al forno o al vapore, da friggere

Peso: 0,8-1,5 kg

Periodo di conservazione: 3 mesi

Curiosità: questa varietà è leggermente più piccola della classica zucca Orange Boy. Si riconosce dalla base appuntita sul lato inferiore.



Marble

La saporitissima e versatile zucca a lunga conservazione.

Polpa: arancione, compatta, croccante, intenso aroma di zucca, a grana fine

Utilizzo: per minestre, purea o dolci, da arrostire/grigliare, da cuocere al forno o al vapore, da friggere

Peso: 1,3-1,8 kg

Periodo di conservazione: 5 mesi

Curiosità: le zucche grigie sono poco appariscenti ma solitamente la loro polpa è qualitativamente molto buona e particolarmente gustosa.



Delica

Alcuni sostengono che sia la migliore per la minestra, altri la adorano cotta al forno. In termini di gusto appartiene di sicuro alle migliori dieci.

Polpa: arancione scuro, soda, dolce, a grana fine, aroma di castagne

Utilizzo: per minestre, purea o dolci, da cuocere al forno o al vapore, da friggere

Peso: 1,5-2 kg

Periodo di conservazione: 3 mesi

Curiosità: ci sono molte varietà Kabocha verdi, come Sweet Mama, Shogun Sweet o Blue Kuri. In qualità sono per lo più identiche a Delica.



Buttercup

La zucca Buttercup ha una polpa eccellente, paragonabile a quella di Delica o Blue Kuri.

Polpa: arancione scuro, soda, dolce, a grana fine, asciutta, aroma di castagne

Utilizzo: per minestre o purea, da cuocere al forno o al vapore, da friggere

Peso: 1,2-2 kg

Periodo di conservazione: 3 mesi

Curiosità: la zucca Buttercup è particolarmente adatta per la purea grazie alla sua polpa a grana molto fine, dolce e asciutta.



Rouge vif d'Étampes

Anche conosciuta come Rossa Zentner, questa zucca ha un colore rosso molto acceso che attira sempre l'attenzione.

Polpa: giallo-arancione, acquosa, fibrosa, qualità discreta

Utilizzo: per minestra o purea, decorazione

Peso: 6-12 kg

Periodo di conservazione: 3 mesi

Curiosità: è una varietà molto diffusa in modo particolare in ambito decorativo. In passato utilizzata anche quale foraggio per i maiali.



Moranga Exposição

Zucca sudamericana molto decorativa e qualitativamente discreta.

Polpa: arancione, leggermente fibrosa, delicato aroma di zucca

Utilizzo: per minestre, purea, da cuocere al forno o al vapore, decorazioni

Peso: 1,5-3 kg

Periodo di conservazione: 3 mesi

Curiosità: il colore accattivante e le dimensioni medie, fanno della zucca Moranga Exposição un'apprezzata decorazione per la porta d'ingresso.



Crown Prince

La grande zucca grigia: alcuni sostengono che sia la zucca migliore per ogni preparazione.

Polpa: giallo-arancione, molto soda, croccante, deciso aroma di zucca, non si disfa subito durante la cottura

Utilizzo: per minestre o purea, da arrostitire/ grigliare, da cuocere al forno o al vapore, da friggere

Peso: 3,5-4,5 kg

Periodo di conservazione: 4 mesi

Curiosità: volete congelare un pezzo di questa zucca? Tagliatelo a cubetti e sbollentateli, in modo che la sua consistenza non ne soffra.



Tetsukabuto

La regina dei piatti a base di curry.

Polpa: giallo-arancione, molto soda, leggero aroma di castagne, molto fruttata, croccante

Utilizzo: per minestre, da arrostitire/grigliare, da cuocere al forno o al vapore, da friggere

Peso: 1-2 kg

Periodo di conservazione: 5 mesi

Curiosità: Tetsukabuto è una parola giapponese che significa «bracciale di ferro». Lasciatela cadere su un pavimento duro per romperla. Questo facilita enormemente il lavoro di taglio.



Butternut

La «Butternut» ha una polpa molto croccante, fresca e soda. Per questo viene spesso cotta alla griglia o in padella come sostituta della carne.

Polpa: arancione, soda, fruttata, aromatica

Utilizzo: da arrostire/grigliare, da cuocere al forno o al vapore, per insalate o dip, da friggere

Peso: 0,6-4 kg

Periodo di conservazione: 4 mesi

Curiosità: Butternut non è il nome di una varietà, ma il termine che raggruppa oltre 50 tipi diversi di Butternut. Tra queste troviamo, ad esempio Pilgrim, Betternut, Tiana, JWS 6823 o la vecchia varietà Waltham.



Honeynut

La zucca «noce di miele» è una Butternut, molto più piccola, decisamente più scura e dal sapore diverso dalle Butternut classiche.

Polpa: arancione scuro, molto aromatica, molto dolce, aroma di melone

Utilizzo: da arrostire/grigliare, da cuocere al forno o al vapore, per insalate o dip, da friggere

Peso: 0,3-0,6 kg

Periodo di conservazione: 3 mesi

Curiosità: preparate la zucca Honeynut al forno condita con olio e spezie. In questo modo avrete trasformato la zucca in patata dolce.



Moscata di Provenza

L'antica e famosa Moscata di Provenza, viene spesso venduta a fette, in quanto è troppo grande per un consumo familiare. Il colore arancione scuro della sua polpa è attraente.

Polpa: arancione scuro, soda, leggermente fibrosa, dal delicato aroma di zucca, succosa

Utilizzo: da arrostitire/grigliare, da cuocere al forno o al vapore

Peso: 7-20 kg

Periodo di conservazione: 4 mesi

Curiosità: le fette già tagliate si conservano per poco tempo. La qualità della polpa è da media a buona. Rispetto ad altre varietà di Butternut, è un po' più fibrosa e succosa.



Butterkin

La piccola zucca muschiata con una lunga durata di conservazione e una bella polpa arancione scuro.

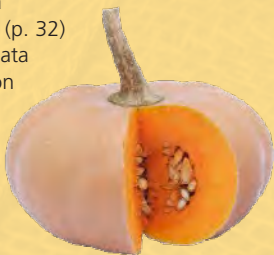
Polpa: arancione scuro, soda, a grana fine, delicato aroma di zucca

Utilizzo: da arrostire/grigliare, da cuocere al forno o al vapore, per insalate o dip, dolci, da friggere

Peso: 1-2 kg

Periodo di conservazione: 5 mesi

Curiosità: questa piccola zucca ha la stessa qualità di polpa della Moscata di Provenza (p. 32) e può essere conservata per molti mesi, se non tagliata.



Le zucche nel tuo orto

Chi desidera coltivare le zucche nel proprio orto dovrebbe tenere in considerazione, che per crescere queste piante hanno bisogno di molto spazio. Non sono quindi adatte a piccoli orti dove è meglio ricorrere a varietà poco vigorose e rampicanti.

Le zucche hanno **bisogno di calore**. Si seminano all'aperto solo dopo l'ultima gelata o in luogo riparato. Prediligono i terreni profondi e **ben concimati** e necessitano di **molta acqua**. Non devono però essere annaffiate sulle foglie, perché ciò favorirebbe la formazione di oidio.

A partire da fine di agosto rimuovere i frutti appena spuntati, in quanto non avranno più tempo per maturare. In questo modo la pianta mette tutta la sua energia nei frutti già presenti.

Le zucche devono essere raccolte **prima della prima gelata**. Evitare i danni alla buccia per favorire una migliore conservabilità.



Consigli per la conservazione:

Le zucche **ben mature** si mantengono molto a lungo se conservate nel modo giusto. Ideale è un luogo **fresco** (10-15°C), **asciutto** e ben ventilato. Per conservare le zucche più grandi, vale la pena di tagliarle a pezzi e scottarle brevemente oppure preparare già delle **minestre e congelarle** in porzioni pronte all'uso.



Le zucche in cucina

I molteplici utilizzi delle zucche in cucina fanno in modo che queste bacche giganti siano sempre più popolari ed apprezzate.

Utilizzi per le singole specie:

Specie maxima: diventano piuttosto **farinose con la cottura**. Sono particolarmente adatte per minestre e purea o per il consumo quale verdura.

Specie moschata & pepo: sono piuttosto **resistenti alla cottura** e sono adatte per essere servite come verdure, insalate, marmellate, piatti agrodolci o per essere consumate crude.

Insalata di zucca

Sbucciare **1 Butternut** (pp. 30-31), rimuovere i semi e tagliarla a cubetti, cuocere finché diventa morbida.

Condire con **olio di colza** e **succo di limone**, **prezzemolo** o **erba cipollina tritati**, **sale e pepe a piacere**. Mescolare.

Consiglio: Servire tiepida.

Minestra di zucca

Lavare **1 zucca** (ad es. Orange Boy, p. 21) o pelarla secondo la varietà, togliere il picciolo, tagliarla in quattro pezzi e rimuovere i semi.

Serve circa 1 kg di polpa.

Sbucciare e tagliare **1 cipolla e 1 spicchio d'aglio** e aggiungere alla zucca. Bollire il tutto in **poca acqua** finché la polpa risulta morbida, frullare.

Condire con **1 dado da brodo, sale, pepe e curry**. Portare di nuovo a bollore.

Aggiungere **2 dl di panna intera**, insaporire a piacere **con un goccio di Vermut**. Se la minestra è troppo densa aggiungere **un po' d'acqua**.



Consiglio: la Orange Boy può essere cotta con la buccia.

Fette di zucca al forno

1 Marble (p. 23). Tagliare con la buccia in fette dello stesso spessore, rimuovere i semi e disporre in una scodella.

Cospargere bene le fette di zucca con **olio di colza, sale, pepe, aglio, rosmarino** o **salvia tritati**.

Disporre su una teglia rivestita con carta da forno o in una teglia per gratin. Cuocere a 200°C nel forno preriscaldato per circa 15 minuti (a seconda dello spessore delle fette).

Consiglio: È possibile usare anche altre zucche giganti. La buccia può essere mangiata.



Gratin di zucca

Tagliare per il lungo una **zucca Spaghetti** (p. 12), rimuovere i semi e bollire finché diventa morbida. Estrarre la polpa con una forchetta. Rosolare **cubetti di pancetta** e **cipolle** e aggiungerli alla zucca.

Sbattere **2 dl di panna intera** con **2 uova** e condire con **sale** e **pepe**. Versare la massa in una forma per gratin e cuocere in forno preriscaldato a 200°C per 20 minuti.

Consiglio: prima della gratinatura, cospargere a piacimento con formaggio grattugiato.



Delicata ripiena

Tagliare per il lungo **1 Delicata** (p. 16) e togliere i semi con un cucchiaino. Cuocere in una pentola con il coperchio, in poca acqua per circa 15 minuti per ammorbidirla.

Riempire le due mezze zucche con la **panna acida** e condire con sale, pepe ed erbe fresche. Gustare direttamente svuotandole «al cucchiaino».

Può essere preparata anche con un ripieno di **quark, cottage cheese** o **formaggio fresco** oppure con **burro & sale**.



Consiglio: Con il gelato alla vaniglia diventa un gustoso dessert.

Cake di zucca

Ingredienti per una forma da cake di 28-30 cm

500 g di polpa di una zucca Butternut (p. 30).

Sbucciare, rimuovere i semi e grattugiare con una grattugia da rösti. Montare **100 g di burro morbido, 200 g di zucchero, 1 bustina di zucchero vanigliato e ½ cucchiaino di sale**

fino ad ottenere una crema. Aggiungere **4 uova** uno alla volta, continuare a sbattere finché l'impasto diventa chiaro e spumoso. Aggiungere la **polpa della zucca** e mescolare bene.

Aggiungere **275 g di farina e 1 bustina di lievito in polvere**. Versare l'impasto nella forma da cake e cuocere in forno preriscaldato a 180°C per circa 65 minuti. Lasciar riposare 10 minuti prima di sformare.

Lasciar raffreddare su una griglia.



Zucche di Halloween



A fine ottobre è il momento di svuotare le zucche di Halloween, intagliare le smorfie e illuminarle con le candele. A questo scopo sono adatte quasi tutte le zucche di Halloween.

Polpa: piuttosto scadente, fibrosa e acquosa, interessante per la facilità d'intaglio

Utilizzo: per l'intaglio, quale decorazione

Peso: 0,3-25 kg

Periodo di conservazione: 2 mesi

Curiosità: a causa della loro deperibilità, le zucche di Halloween non dovrebbero essere acquistate con troppo anticipo.

Zucche ornamentali

Le bellissime decorazioni preparate con le numerose varietà di zucche ornamentali sono sempre sorprendenti. Ci sono innumerevoli varietà e se ne coltivano di sempre più sorprendenti.

Polpa: per lo più amara, non commestibile

Utilizzo: decorazione

Peso: 0,1 - 3 kg

Periodo di conservazione: 4 mesi

Curiosità:

spesso nelle zucche ornamentali, la cucurbitacina, amara e velenosa, non viene eliminata completamente durante la coltivazione.

I frutti amari non sono commestibili e non vanno consumati.



Lagenaria / Zucche a fiasco

Le zucche a fiasco sono molto presenti nella cucina asiatica. Da noi sono però piuttosto apprezzate come elementi decorativi, che vengono essiccate e trasformate in recipienti, sonagli o tamburi.

Polpa: piuttosto pallida, fibrosa e dal gusto neutro

Utilizzo: decorazioni, da lavorare dopo l'essiccazione

Peso: 0,1-30 kg

Periodo di conservazione: 4 mesi

Curiosità: per l'essiccazione, usare solo zucche ben mature e conservarle in un luogo asciutto fino all'estate successiva. In seguito, rimuovere la muffa e i resti di buccia secca con una spugna ruvida e bagnata.



Cucumis / Cetrioli ornamentali

Gli stupendi, e decisamente spinosi, cetrioli ornamentali sono apprezzati dai fioristi e come decorazioni per la tavola.

Si conservano piuttosto bene e hanno un aspetto simpatico.

Polpa: non commestibile

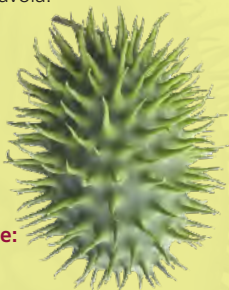
Utilizzo: decorazioni

Peso: 0,1-0,2 kg

Periodo di conservazione:

3 mesi

Curiosità: i cucumis appartengono al genere vegetale dei cetrioli, che a sua volta appartiene alla famiglia delle cucurbitacee.



Questo opuscolo è stato realizzato grazie alla consulenza specialistica di KCB-Samen: Grazie di cuore!

www.kcb-samen.ch

KCB
SAMEN

Qualität seit 1992



Questo e altri mini-opuscoli con informazioni sull'agricoltura svizzera e deliziose ricette sono disponibili su

www.agricoltura.ch/shop

*Le verdure sono come noi.
Più il viaggio è breve, più
arrivano fresche.*

**Il tuo contadino
Samuel Mocettini**

coltiva verdure in Ticino per
il Ticino. Si vede e si sente.

—
agricoltura.ch



**Contadini
svizzeri**

Dalla nostra terra con passione.

Editore/Distribuzione:

Campagna «Contadini svizzeri.

Dalla nostra terra con passione» in collaborazione con il Servizio d'informazione agricola LID, Weststrasse 10

3000 Bern 6, 031 359 59 77, info@lid.ch

www.agricoltura.ch/shop

Traduzione e contatto in Ticino:

Unione Contadini Ticinesi (UCT), Via Gorelle 7

6592 S. Antonino, 091 851 90 90

segretariato@agriticino.ch

www.agriticino.ch

Immagini:

KCB-Samen, LID, PSL, agricoltura.ch/Emilia Lacko

Colophon:

www.regulabaldinger.ch

Informazioni sull'agricoltura svizzera:

www.agricoltura.ch

www.kcb-samen.ch

Seguitemi su:



**SUISSE
GARANTIE**

Svizzera. Naturalmente.