

# Cena m'illumino di meno



Podere Santa Rita  
Agriturismo Baldi Franco

## 17 Febbraio 2023

**CONSUMO MENO... MANGIO CON PIU' GUSTO**

Il Podere Santa Rita ti invita alla cena

a *lume di candela*

una cena antispreco, a base di ricette della cucina povera toscana,  
preparate con prodotti aziendali o a Km 0  
tutti lavorati a basso consumo.

**€30**

**M'ILLUMINO DI MENO 19ESIMA EDIZIONE –  
TUTTA UNA COMUNITA' ENERGETICA**

Con la conversione del D. L. n. 17/2022 il Parlamento italiano ha istituito  
la Giornata Nazionale del Risparmio Energetico e degli Stili di Vita Sostenibili  
riconosciuta dalla Repubblica.

Negli anni M'illumino di Meno ha promosso e raccontato  
la crescita di una grande comunità energetica,  
composta da associazioni, scuole, università, aziende, persone che  
producono energia sostenibile in molti modi diversi:

chi pedalando verso il lavoro,  
chi installando pannelli fotovoltaici, chi coltivando l'orto,  
chi combattendo lo spreco alimentare.

La Giornata Nazionale del Risparmio Energetico e degli Stili di Vita Sostenibili  
è la festa di questa grande comunità energetica: M'illumino di Meno fa comunità.

Come ogni anno, il Podere aderisce  
alla campagna di sensibilizzazione organizzando,  
nella settimana della Giornata Nazionale, una cena a lume di candela a  
base di ricette antispreco, preparate con ingredienti a km0  
lavorati a basso consumo: entra con noi nella grande comunità energetica  
di M'illumino di Meno, prenota il tuo tavolo allo 0573 528355.

**IL 17 FEBBRAIO, SPENGIAMO LE LUCI, GUSTIAMO UNA CENA ANTISPRECO  
E A BASSO IMPATTO AMBIENTALE  
#MILLUMINODIMENO2023**

# Consumo meno... mangio con più Gusto

Il Podere Santa Rita si impegna da sempre a limitare i consumi e gli sprechi e a dare il proprio contributo alla sensibilizzazione sulle tematiche ambientali: ne è un esempio il menù proposto ogni sera preparato esclusivamente con prodotti freschissimi, e a km 0.

Il Podere Santa Rita è naturalmente immerso nel verde delle colline del Montalbano: nei nostri 9 ettari di terreno coltiviamo piante ornamentali, viti ed olivi. Anche il Parco Natura Montalbano, con le sue due zip line e il percorso avventura per bambini è stato progettato nel massimo rispetto della natura che ci circonda, dando la possibilità a tutti di sperimentare un “divertimento sostenibile”.





Da diversi anni, inoltre, il Podere Santa Rita aderisce alla campagna di sensibilizzazione per il Risparmio Energetico e gli stili di vita sostenibili promossa da Caterpillar, RaiRadio2, M'illumino di meno, che quest'anno giunge alla 19° edizione, con una cena a lume di candela a base di piatti della tradizione toscana. La cucina toscana è per natura attenta a limitare gli sprechi, riutilizzando avanzi, “scarti” o ingredienti poco pregiati, e a valorizzare i prodotti stagionali locali, dando vita a piatti ricchi di gusto che l'hanno resa famosa in tutto il mondo. Il menù che proponiamo per la cena di M'illumino di meno sarà inoltre a basso impatto ambientale perché preparato con prodotti esclusivamente aziendali o provinciali lavorati a basso consumo, senza l'utilizzo di forni, friggitorici ecc... Ecco cosa faremo Venerdì 17 Febbraio 2023:

1. spengeremo le luci ed accenderemo candele;
2. serviremo un Menù a base di prodotti aziendali o a Km 0,;
3. cucineremo senza utilizzare forni ed apparecchiature ad alto consumo;
4. regaleremo ai partecipanti una piantina aromatica da portare a casa.

Partecipando alla cena M'illumino Di Meno, anche tu darai il tuo contributo alla campagna di sensibilizzazione al risparmio energetico, e riceverai una piccola piantina di Timo da portare a casa: abbi cura di lei. Il timo è un'aromatica dalle radici forti e resistenti, si adatta bene a terreni e condizioni climatiche diverse. E' simbolo di **operosità**, **diligenza** e **amore duraturo**, che riassumano l'atteggiamento che dovremmo avere nei confronti del nostro Pianeta. Con il Timo vogliamo augurarci anche di avere **coraggio**, di cui è simbolo fin dai tempi più remoti: è necessario cambiare stile di vita per fermare il riscaldamento globale e si sa, ogni cambiamento richiede molto coraggio...

## MENÙ TRADIZIONALE

### ANTIPASTO

-  FORNELLINO 'M'ILLUMINO DI MENO'
-  SALUMI LOCALI CON FOCACCIA  
ALLA NOSTRA BIRRA AGRICOLA
-  CAVOLO CON LE FETTE E OLIO DEL PODERE
-  INSALATA DI TRIPPA

### PRIMI

-  RIBOLLITA
-  GNOCCHI DI FARINA DI CASTAGNE  
DI MOMIGNO CON PECORINO DI PISTOIA

### DOLCE

-  MIGLIACCI

# Cena

a lume di candela





## m'illumino di meno

17 Febbraio 2023



# €30

## MENÙ VEGETARIANO

### ANTIPASTO

-  FORNELLINO VEG 'M'ILLUMINO DI MENO'
-  FORMAGGI DI PISTOIA CON  
CONFETTURA DEL PODERE
-  CAVOLO CON LE FETTE E OLIO DEL PODERE
-  FOCACCIA 5 E 5

### PRIMI

-  RIBOLLITA
-  GNOCCHI DI FARINA DI CASTAGNE  
DI MOMIGNO CON PECORINO DI PISTOIA

### DOLCE

-  MILLEFOGLIE DI BRIGIDINI

ACQUA E VINO DELLA CASA INCLUSI NEL PREZZO

**NOI: PREPARIAMO UNA CENA UTILIZZANDO  
PRODOTTI AZIENDALI O PROVINCIALI  
LAVORATI A BASSO CONSUMO. SPENGIAMO  
LE LUCI**

**TU: CONDIVIDI LA MACCHINA CON AMICI O  
PARENTI PER PARTECIPARE ALLA CENA  
A BASSO IMPATTO AMBIENTALE.  
PORTA A CASA UNA PIANTINA  
AROMATICA PER RINVERDIRE  
IL TUO BALCONE**



**Podere Santa Rita**

Agriturismo Baldi Franco

**IL 17 FEBBRAIO SPENGIAMO LE LUCI  
E FACCIAMO COMUNITA'  
#MILLUMINODIMENO2023**

## **illumina di meno le tue giornate, segui il decalogo di M'illumino di Meno!!**

- 1.** spegnere le luci quando non servono
  - 2.** spegnere e non lasciare in stand by gli apparecchi elettronici
  - 3.** sbrinare frequentemente il frigorifero; tenere la serpentina pulita e distanziata dal muro in modo che possa circolare l'aria
  - 4.** mettere il coperchio sulle pentole quando si bolle l'acqua ed evitare sempre che la fiamma sia più ampia del fondo della pentola
  - 5.** se si ha troppo caldo abbassare i termosifoni invece di aprire le finestre
  - 6.** ridurre gli spifferi degli infissi riempiendoli di materiale che non lascia passare aria
  - 7.** utilizzare le tende per creare intercapedini davanti ai vetri, gli infissi, le porte esterne
  - 8.** non lasciare tende chiuse davanti ai termosifoni, inserire apposite pellicole isolanti e riflettenti tra i muri esterni e i termosifoni
  - 9.** utilizzare l'automobile il meno possibile, condividerla con chi fa lo stesso tragitto. Utilizzare la bicicletta per gli spostamenti in città
- +1** Pianta un albero o una pianta.