

Scuole pubbliche, pronti i progetti di Valgimigli e Savioli

La Provincia di Rimini ha reso noti gli ultimi aggiornamenti sull'edilizia scolastica. Due i progetti principali: la nuova sede del Liceo Pedagogico Valgimigli di Rimini e l'Ipsarr Savioli di Riccione. L'assessore ai lavori pubblici e all'Istruzione della Provincia di Rimini, Meris Soldati, ha reso noto che, nel quinquennio che va dal 2009 ad oggi, la cifra impegnata dalla Provincia di Rimini per lavori di ampliamento e manutenzione ordinaria e straordinaria dell'edilizia scolastica locale ammonta ad un totale di 20.188.000 euro.

Per l'Istituto Alberghiero nato a Riccione nel 1959, se tutto va bene i lavori inizieranno il prossimo giugno e dureranno 215 giorni per un totale di 10 aule. Il progetto prevede la realizzazione di un primo piano e un piano rialzato di 700 mq per 5 aule, un corridoio di smistamento, uno spazio che andrà a unire la parte esistente con quella nuova. Per quanto riguarda i costi, l'importa base dell'asta è pari a 951.519,17 euro, gli oneri della sicurezza sono 9.871,81 euro. Le somme a disposizione dell'amministrazione provinciale ammontano a 238.609,02. Il totale ammonta dunque a 1,2 milioni di euro.

Per il pedagogico Valgimigli, la nuova sede sarà a Viserba nel contesto di un polo che comprenderà anche la scuola dell'infanzia, elementare, media e secondarie di secondo grado. Priva di barriere architettoniche, l'accesso è previsto da via Sacramora. Nel piano interrato previsti anche 18 posti auto e 52 per motocicli. Il Valgimigli disporrà di tre laboratori linguistici, uno di fisica, uno di chimica, una biblioteca, 1 aula magna polivalente, cinque uffici, sei aule insegnanti, un'aula di sostegno, un ambulatorio, area bar. Al

primo piano si troverebbe l'area bar, 20 aule, un laboratorio di informatica, uno di audiovisivi. Al secondo altre 20 aule, poi ancora aula di informatica e audiovisivi. Per realizzare l'opera sono necessari, a oggi, quasi 9,3 milioni di euro. La base d'asta è pari a 6.666.064,10 euro, la sicurezza di 176.175,83. Le somme a disposizione della Provincia sono 2.603.036,31. Il bando sarà pronto verso la metà di marzo prossimo.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

**San Valentino, il consiglio
della food blogger riminese
Federica Gif**



di MILENA ZICCHETTI

Federica Gif nasce a Rimini il 19 marzo 1973. Dopo aver frequentato il liceo artistico, si iscrive all'Accademia delle Belle Arti di Ravenna. Ora le piace definirsi "un'artista appassionata di cucina naturale". È l'ideatrice e curatrice del seguitissimo blog "Mipiacemifabene" con cui si è aggiudicata il secondo posto come Miglior Rivelazione Foodblogger 2013 al Macchianera Food Awards, il contest inserito all'interno del BlogFest che si è tenuto a Rimini a settembre scorso. Ma conosciamola meglio.

Chi è Federica Gif?

Un'appassionata di cucina naturale, curiosa ricercatrice e fantasiosa sperimentatrice. Sin da bambina sono sempre stata affascinata dai cereali, i legumi, frutta e verdura. Tutti quei colori insieme trasformano il mercato in un carnevale! Mi sono avvicinata alla cucina molto gradualmente. Provengo da studi e percorsi artistici, ho sempre amato l'arte in tutte le

sue forme con una particolare attitudine per la pittura. Parallelamente cucinavo con entusiasmo per me, per la mia famiglia e per gli amici. Nel tempo ho "alimentato" questa passione che è cresciuta in maniera esponenziale.

Quando e perché è nato il blog?

"Mipiacemifabene ;-)" nasce nel settembre del 2012 per la voglia di condividere idee sane e golose e per comunicare che si può mangiare cibo salutare e 100% vegetale senza rinunciare al gusto. Spesso di fronte ad un piatto appetitoso ci si tiene a distanza perché le cose che piacciono di solito sono estremamente caloriche e malsane, di conseguenza "mi piace" viene seguito da "non posso". Mipiacemifabene vuole rivoluzionare questo concetto, trasformando il "peccato di gola" in un "peccato di gola senza peccato". I piatti non devono essere solo appetitosi ma anche salutari. Il mio motto è "Più ricette sane, meno ricette mediche"!

La tua giornata 'tipo'?

Cucino ogni giorno per me e per la mia famiglia e quando sono chiamata a farlo al di fuori delle mura domestiche lo faccio con la stessa cura e attenzione. Il sabato mattina è il giorno della spesa: mi procuro 1 pacco di riso integrale e un altro cereale in chicchi (miglio, orzo avena, grano saraceno), 2/3 pacchi di pasta integrale, olio, farina non raffinata, 2 varietà di legumi, un po' di semi (noci, mandorle, nocciole, semi di lino, di sesamo), un po' di tofu. Naturalmente tutto bio! Compro la verdura da un'azienda agricola della mia zona che produce biologico e con questa preparo menu per tutta la settimana. Fare la spesa in maniera consapevole aiuta a risparmiare senza rinunciare alla qualità. Io solitamente preparo il pane e la pizza con il lievito madre una volta alla settimana. Al mattino preparo la colazione per la mia famiglia, i più richiesti sono i pancakes al cioccolato, ma amo variare. Poi mi dedico alla realizzazione delle ricette e prendo nota di tutti gli ingredienti che utilizzo e la

quantità che impiego e fotografo i piatti con la luce naturale del giorno. Il pomeriggio lavoro alle idee e alle video ricette e la sera trascrivo gli appunti, rispondo alle mie lettrici e lettori e riordino le cose, metto a bagno i legumi per il giorno seguente e poi vado a dormire.

L'uomo si può prendere per la gola?

Così dicono. Non è stato sicuramente il mio caso. Non sono sempre stata brava in cucina, lo sono diventata con la pratica e la passione. Ricordo ancora la prima pizza: dura come una lastra di granito! Tuttavia credo che impegnarsi a preparare ogni giorno qualcosa di buono e riunire la famiglia intorno ad un tavolo ricreando sapori, profumi, presentazioni invitanti e atmosfere piacevoli, sia una grande dimostrazione d'amore.

Visto che siamo vicini a San Valentino, ci regali una tua ricetta semplice ma d'effetto per una cenetta romantica all'ultimo minuto da consigliare alle nostre lettrici?

Se pensate di regalare al vostro partner una banale scatola di cioccolatini fermatevi: potete fare di meglio e regalargli un "Sano Valentino"! Aprite la dispensa, occorreranno solo una stecca di cioccolato di qualità al 71% di cacao e una manciata di nocciole tostate. Fondete il cioccolato a bagnomaria, quando sarà cremoso trasferitelo in uno stampo leggermente unto a forma di cuore, aggiungete le nocciole tostate e mettete in frigo per almeno un'ora. Sfilate lo stampo. Offritelo e condividetelo con la persona che amate. Mangiando cioccolato e nocciole farete un pieno di flavonoidi, magnesio, ferro e manterrete il vostro cuore innamorato e in salute.



C'è una ricetta a cui sei particolarmente legata?

Difficile scegliere. Sono molto legata al mio "Paté n'est pas gras": paté vegetariano a base di fagioli cannellini profumato

alle erbe aromatiche. Non ha nulla da invidiare al paté de foie gras ed è stato ideato per deliziare anche i palati più raffinati. Questa è stata la mia prima videoricetta e ho vinto anche un premio. La ricetta dolce più richiesta e amata è la mia "nuturella": crema di nocciole al cioccolato senza zucchero, uova, latte eppure non le manca niente! Molto simile alla famosa crema di nocciole che si trova in commercio ma veramente sana.

Se tu fossi un piatto, cosa saresti e perché?

Sarei sicuramente un piatto unico con una nota agrodolce, un pò speziata e leggermente piccante. Anche una bella pizza alla napoletana (rotonda è morbida), doppio impasto, semintegrale, condita con pomodoro, capperi, basilico e un buon olio d'oliva.

Un'ultima domanda che mi piace fare sempre nelle mie interviste. Ti trovi su un'isola deserta: tre cose o persone di cui non potresti proprio fare a meno.

La mia famiglia, gatto compreso! Riuscirei a trovare gli ingredienti e cucinare per loro anche su un'isola deserta.

© RIPRODUZIONE RISERVATA