







# Festa della Madre Terra domenica 8 marzo

“FESTA della MADRE TERRA domenica 8 marzo 2020

Mercato Contadino Roma e Castelli Romani – ROMA Ippodromo Capannelle

Edizione straordinaria del Mercato Contadino Roma e Castelli Romani all'interno dell'Ippodromo Capannelle a Roma dalle ore 9 alle 18, una giornata da trascorrere tutti insieme per festeggiare la Madre Terra.

Contadini, artigiani, artisti, musicisti, associazioni, laboratori, attività per bambini, operatori olistici, street food contadino e musicapopolare!

Street farm food: perché non vogliamo né gli chef stellati della prima repubblica, né gli street chef che usano a piene mani i prodotti delle multinazionali. “Street farm food” perché i contadini agri-chef, i farmers, mettono le “materie prime locali” al primo posto, prima dei ritidella repubblica dei cuochi e delle cerimonie “dell’impiattamento”.

## SCAMBIO SEMI E PIANTINE

Grazie all'Orto Botanico Roma “Tor Vergata” e agli Amici dell'orto 2 (Semi Ortaggi Antichi e tradizionali) verranno allestiti dei tavoli per lo scambio dei semi per affermare e difendere la libertà di conservare, utilizzare e scambiare le sementi: un semplice gesto locale per essere parte della campagna globale finalizzata alla sensibilizzazione di cittadini e istituzioni intorno ai temi della salvaguardia della biodiversità e della sicurezza alimentare.

## LABORATORI a tua scelta

dalle ore 10 MICROLABORATORIO dedicato ai bambini DIPINGI la tua MAGLIETTA! con l'artista interdisciplinare Mariacarmela Milano. Crea la tua maglietta originale con colori naturali ! (le mamme sono invitate a portare le t-shirt da personalizzare!)

ore 10,30 DONO della Pasta Madre Grazie a Umberto Frantoio l'Antica Macina & Azienda Agricola Umberto Di... Imparare come fare in casa un pane buonissimo e digeribile, senza forni costosi o attrezzature particolari. Si può ritornare, come ai “tempi di una volta” a fare il pane in casa, una pratica comune a tutti i popoli del mondo, da riscoprire nella sua semplicità per dare al nostro cibo quotidiano un sapore dimenticato.

Perché il dono è il modo dell'incontro con la vita, e con l'altro, avvicina le persone, consente all'uno, donatore e ricevente, di vedere il volto dell'altro: il Mercato Contadino non è soltanto scambio di merci ma un vero e proprio luogo di scambio di idee, passioni e culture.

Ore 10,30 e ore 11,30 Laboratorio di Cosmesi Naturale de La Flowerista per iniziare ad autoprodurre, risparmiando e salvaguardando l'ambiente! Se vuoi scoprire come estrarre tutte le preziose proprietà delle erbe officinali, la dottoressa Laura Canali farmacista, ti mostrerà come preparare l'originale antica ricetta degli oleoliti per usarli come decongestionanti, come oli da massaggio per i dolori articolari e in tantissimi altri modi! Inoltre realizzeremo insieme un meraviglioso unguento da conservare durante l'inverno ed utilizzare al meglio tutto l'anno.

ore 12 Mini corso VEG con Damazho Maurus

Idee, ispirazioni e ricette:

Insalata russa veg crudista, vegan raw sushi crudista, latte di anacardi, ricette di anacardi al gusto tartufo

