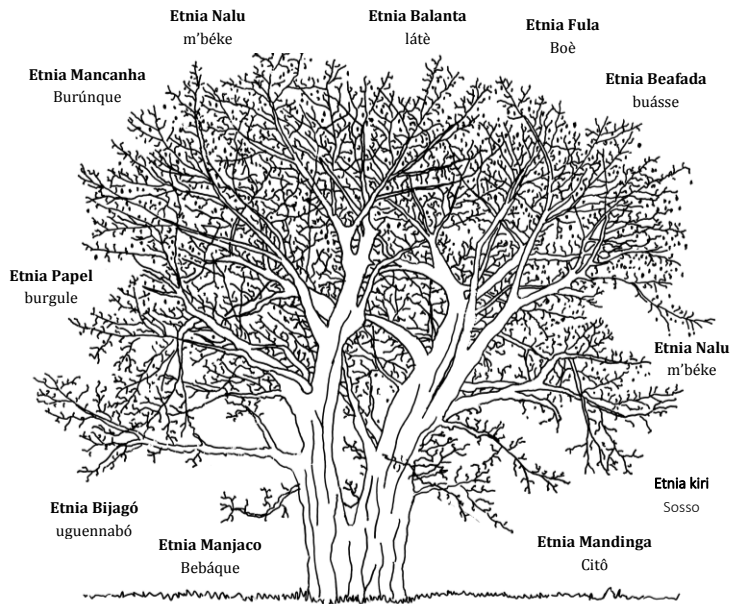




Cartolina 04 – Saperi della Guinea Bissau



Cabacera è il nome creolo dell'albero più sacro dell'Africa occidentale. Questo albero maestoso che produce i frutti che si vedono nell'immagine cresce fino a 25 metri di altezza e può vivere per oltre mille anni. Il suo nome (scientifico *Andansonia digitata* - *Baobab africano* in italiano) varia nelle diverse lingue parlate dai più di 25 gruppi etnici in Guinea Bissau. Tutti però conoscono il succo che si ottiene con la sua polpa, che ha il doppio di calcio rispetto al latte e sei volte più vitamina C di un'arancia.

Guinea Bissau dalla terra alla tavola

Questa pubblicazione presenta, oltre ad altre ricette tradizionali della Guinea Bissau, il succo di *cabacera*. È stata pubblicata dalla Fondazione Slow Food. È disponibile per consultazione e download a questo indirizzo internet:

https://www.fondazioneSlowFood.com/wp-content/uploads/2015/04/ricette_guinea_bissau_POR.pdf



È in programma, a Merano, il mercatino dell'usato. Vi aspettiamo tutti in "Piazza del Grano" giovedì 30 marzo 2023. Sarà anche l'occasione per conoscere più da vicino il progetto della scuola. Venite a trovarci!

Il denaro ricavato sarà utilizzato nella campagna di raccolta fondi per la costruzione di una scuola nel villaggio di Sincha Alfa. Potete fornire il vostro contributo a questo progetto anche facendo un versamento sul conto corrente bancario appositamente aperto dal "Centro di Ricerca e Formazione sull'Intercultura" (www.centrocultura.net).

Cassa Raiffeisen della Valle Isarco

Conto Sostegno Guinea Bissau

IBAN: IT19Y0830758221000300235911

BIC e SWIFT: RZSBIT21007

Vi ringraziamo per il vostro contributo!

Per consultare informazioni sulle iniziative e sullo sviluppo del progetto, potete visitare anche la seguente pagina internet:

<https://sostegnoGuineaBissau.weebly.com/>