



# IL MONDO SI FA PIATTO: CERAMICHE EQUOSOLIDALI





Per cucinare **zuppe e legumi**, in tavola  
l'unicità delle terracotte di

**LOMBOK POTTERY CENTER**



# EQUOPROVENIENZE

Sull'isola di Lombok, in **Indonesia**, operano tre gruppi di produttrici in diversi villaggi. Questo progetto unisce qualità della produzione e reali benefici per le artigiane sotto forma di servizi relativi alla salute, alla formazione e alla previdenza.

Questi **vantaggi** si estendono al resto della comunità. Il fatto di essere il risultato di un progetto di cooperazione allo sviluppo, promosso dal governo indonesiano e dalla Nuova Zelanda, ha permesso una migliore ed **efficiente organizzazione**.

GARABOMBO



# IL BUONO DELLA COTTURA IN TERRACOTTA

La terracotta (o coccio) è un sistema antico di cottura, con il pregio di **assorbire** e **cedere** più lentamente il calore. Le conseguenze: la costanza e l'uniformità della temperatura nella cottura; il mantenimento di una corretta umidità; l'integrità dei principi nutritivi dei cibi.

SARABOMBO



# ACCORGIMENTI...

## Per la prima cottura

Poiché la terracotta è molto **porosa**, necessita di alcuni accorgimenti per renderla più resistente e meno assorbente:

1. immergila completamente in acqua per almeno 24 ore;
2. falla asciugare all'aria aperta;
3. con un panno o una carta da cucina imbevuto di olio passa tutta la superficie in modo che la terracotta possa assorbirlo;
4. inforna la pentola così oleata a 100° C per 2 ore con la cavità rivolta verso il basso;
5. ora puoi preparare la tua prima ricetta.



## Per le cotture successive

1. Usa le tue pentole in terracotta in forno, sul fornello con uno spargifiamma o nel forno a micro-onde;
2. utilizza mestoli di legno per non rigarle;
3. impiegale per cotture lente e saporite;
4. ricorda che **in questi tipi di pentole la cottura prosegue anche dopo aver spento il fuoco.**



# PULIZIA BIOALLEGRA

1. **Evita** detergenti aggressivi ed usa solo saponi delicati o bio;
2. Non lasciare in ammollo in acqua saponata le tue pentole in terracotta: potrebbero assorbirne le sostanze;
3. Lavale **velocemente** con uno spazzolino e poco detersivo o con acqua e limone. Sciacqua abbondantemente.



# EQUETERRACOTTE LOMBOK



**PIROFILE.** Ovali o rotonde, perfette per sformati, tortini, pesci, carni o verdure. Differenzia quelle per dolci da quelle usate per pietanze salate

SARABOMBO



# EQUETERRACOTTE LOMBOK



**CIOTOLE.** Per antipasti, salse  
o per ricette per due.

SARABOMBO



# EQUETERRACOTTE LOMBOK



**TAJINE.** Nell'Africa settentrionale, sinonimo di piatto sociale e unico, dal quale tutti si servono. Si presta per piatti di carne in agrodolce o per cous cous. Grazie alla forma conica mantiene calore e vapore.

SARABONBO

# EQUETERRACOTTE LOMBOK



## CASSERUOLE CON COPERCHIO.

Pentole ideali per zuppe, minestrone, risotti, umidi, peperonate e caponate, legumi e piccole fondute.



SARABOMBO

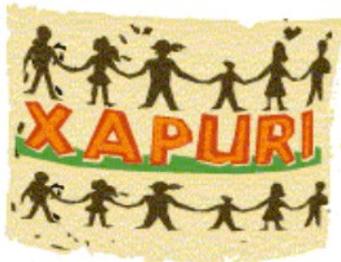
# EQUETERRACOTTE LOMBOK



**CUOCI-CASTELLO.** In grado di cuocere 3 cibi diversi in contemporanea, posizionati a castello.

Unisce i pregi della terracotta a quelli della cucina a vapore. Nella parte bassa puoi cuocere un brodo, in quella intermedia verdure o pesce e nell'ultimo verdure o cibi teneri.

SARABOMBO



**Cooperativa Garabombo l'inVISIBILE, per un Commercio Equo e Solidale**

Sede legale e amministrativa: via Milano 58 – 22100 Como

P.IVA: 02562380135 REA CO267105 Iscr.AlboCoop.Mut.Prev.A117410

Tel. e fax: 031 308833 email: [info@garabombo.it](mailto:info@garabombo.it) sito: [www.garabombo.it](http://www.garabombo.it)