



DOLCEZZE NATALIZIE: I DATTERI





Le specialità natalizie equosolidali, i **datteri**, sono un frutto ricco di benefici. **Chi li produce** gode di una remunerazione giusta, del rispetto dei propri diritti e della propria fatica; **chi li consuma** ha un pieno di ferro, vitamine del gruppo B, fibre e sali minerali (magnesio e potassio).



IO MANGIO EQUO: Tamr mahshi (datteri farciti)



INGREDIENTI (6-8 persone)

250 g mandorle spellate

250 g **datteri***

125 g **zucchero grezzo di canna***

1 cucchiaino di acqua di fiori d'arancio

Disponi le mandorle su una teglia da forno e falle dorare. Mescola con lo **zucchero** e l'acqua di fiori d'arancio e passale due volte nel tritacarne. Snocciola i **datteri**, tagliandoli da una parte, e farciscili con una piccola noce di pasta di mandorle.

Gli ingredienti con * sono acquistabili in una delle Botteghe della **Cooperativa Garabombo**



DATTERI EQUOSOLIDALI



SARABONBO

PROVENIENZE EQUE

PARC (Palestinian Agricultural Relief Committie)

è un'organizzazione con lo scopo di appoggiare le comunità rurali palestinesi attraverso la creazione di cooperative agricole. In particolare, questa organizzazione incoraggia le donne ad avviare attività produttive che possano garantire un'ulteriore fonte di reddito per le famiglie: le donne ricevono una formazione specifica e sono coinvolte nella gestione delle cooperative.

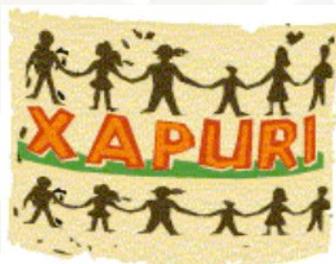


PROVENIENZE EQUE

L'**Oasi di Siwa** si trova nell'area desertica dell'Egitto nord-occidentale, a pochi chilometri dal confine con la Libia. La produzione e la commercializzazione dei datteri è organizzata dall'Associazione *Siwa Community Development Environmental Conservation*, nata grazie a un programma di Cooperazione italiana. Questa associazione cura progetti di educazione e formazione. È inoltre un presidio **slow food**. Intende quindi anche tutelare la varietà a rischio di estinzione e aiutare i coltivatori a raggiungere una maggiore autonomia nelle fasi di lavorazione e confezionamento.

GARABONBO





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 sito: www.garabombo.it