





- 1 lunedì 
- 2 martedì
- 3 mercoledì
- 4 giovedì - Giovedì Grasso
- 5 venerdì
- 6 sabato
- 7 domenica - Carnevale
- 8 lunedì 
- 9 martedì - Martedì Grasso
- 10 mercoledì
- 11 giovedì
- 12 venerdì
- 13 sabato
- 14 domenica - San Valentino
- 15 lunedì 
- 16 martedì
- 17 mercoledì
- 18 giovedì
- 19 venerdì
- 20 sabato
- 21 domenica
- 22 lunedì 
- 23 martedì
- 24 mercoledì
- 25 giovedì
- 26 venerdì
- 27 sabato
- 28 domenica
- 29 lunedì

Luna:  piena  calante  nuova  crescente



# 2 Febbraio

Un genitore saggio lascia che i figli commettano errori. È bene che una volta ogni tanto si scottino le dita. (Mahatma Gandhi)

## Frutta e Verdura di stagione



**Frutta:** arancia, clementina, kiwi, mandarino, limone, pomello, pera. **Verdura:** bietola da costa, broccolo, carciofo, carota, cavolfiore, finocchio, lattuga, patata, radicchio, sedano, spinaci.

## Pasta per Torta Salata

200 gr di farina, 100 ml di acqua tiepida, 2 cucchiaini di olio Extra Vergine di Oliva, sale q.b.

In una ciotola mescola tutti gli ingredienti e lavora un paio di minuti, fino a ottenere un impasto liscio e omogeneo (non deve attaccarsi alle dita). Forma una palla e avvolgi nel cellophane. Lascia riposare a temperatura ambiente per almeno 30 minuti: più riposa più diventa elastica. E la pasta è pronta!



**portaNatura**  
Registrati e inserisci "Babygreen" come referente per ricevere un miele bio in omaggio!  
[www.portanatura.it](http://www.portanatura.it)



**FamilyNation**  
FOR BABY + MUM  
-15% sul tuo ordine con codice: FEBBRAIO  
[www.family-nation.it](http://www.family-nation.it)