

1 martedì

2 mercoledì 

3 giovedì

4 venerdì

5 sabato

6 domenica

7 lunedì

8 martedì - Giornata Internazionale della Donna

9 mercoledì 

10 giovedì

11 venerdì

12 sabato

13 domenica

14 lunedì

15 martedì 

16 mercoledì

17 giovedì

18 venerdì

19 sabato - Festa del Papà - Earth Hour

20 domenica - Equinozio di Primavera

21 lunedì - Giornata Mondiale della Poesia

22 martedì - Giornata Mondiale dell'Acqua

23 mercoledì 

24 giovedì

25 venerdì

26 sabato

27 domenica - Pasqua - Ora Legale

28 lunedì - Pasquetta

29 martedì

30 mercoledì

31 giovedì 

Luna:  piena  calante  nuova  crescente



3 Marzo

L'uomo è più vicino a se stesso quando raggiunge la serietà di un bambino intento nel gioco. (Eraclito)

Frutta e Verdura di stagione



Frutta: arancia, kiwi, mandarino, limone, pompelmo, pera. **Verdura:** asparago, bietola da costa, broccolo, carciofo, carota, cavolfiore, finocchio, lattuga, patate, radicchio, sedano, spinaci.

Dado di Bucce fai da te

Foglie di sedano, bucce di carota, di cipolla, di pomodoro e di peperone, rosmarino, basilico, prezzemolo, 1 spicchio d'aglio, sale grosso (metà del peso delle verdure), 2 cucchiaini di vino bianco, 1 cucchiaino di olio, pepe. Stufa tutti gli ingredienti, bagna con vino e 1/2 bicchiere d'acqua. Quando il liquido evapora e le verdure sono cotte, essicca al sole per 2 giorni o nell'essiccatore 6h o in forno a 100° per 3h. Frullale bene. Si conserva in vasetto di vetro, in frigo, entro 3 mesi.



PortaNatura

Registrati e inserisci "Babygreen" come referente per ricevere un miele bio in omaggio!
www.portanatura.it



FamilyNation
FOR BABY + MUM

-15% sul tuo ordine con codice: MARZO
www.family-nation.it