

# ECO DI PAN



Foto Rossana Vallino

PERIODICO ON LINE



Anno 3  
Nr. 11 Dicembre 2025

# IL PUNTO DI MAURO CAVAGLIATO



## BASTEREBBE



foto - Canva

Quando qualcuno dice *Basterebbe che...* probabilmente è la superficialità che lo fa parlare. Sì, perché le cose sono sempre più complicate di quello che sembra. Anche nell'ecologia i *semplificatori* abbondano: *basterebbe spegnere le luci, sarebbe sufficiente riaprire quella Centrale, occorrerebbe solo aumentare la sorveglianza.* E via dicendo. Ma purtroppo ogni azione prevede una reazione che magari annulla i benefici dell'iniziativa *positiva*. Riflettere su queste cose è scoraggiante e può indurre all'inazione. Ma in fondo, dirà qualcuno, *basterebbe... No, non basterebbe.* Però aiuterebbe, per esempio, per ricordare qualcosa di buono che, nonostante tutto ogni tanto capita. Per esempio che la Norvegia già da più di un anno ha abolito gli allevamenti di animali "da pelliccia". È una notizia strepitosa che segna un notevole distacco dai tempi di NORWAY NOWAY. Nel 1939 la Norvegia era il primo produttore di pellicce al mondo con ventimila allevamenti. Per progredire ulteriormente *basterebbe...* no, non *basterebbe* neppure in questo caso, ma che sollievo sapere che comunque qualcuno gli animali non li scorda: gli Svedesi, che considerano reato lasciare solo in casa un cane per più di sei ore. Legge contestabile? Sì, considerando che i cani non sono tutti uguali e che hanno reazioni diverse rispetto all'*abbandono* quotidiano. Ma è comunque il segno di un qualche interesse per il mondo animale, nella politica, nella scuola, nella vita di ogni giorno. Ovviamente tutti dobbiamo darci da fare perché se è vero che ciò che facciamo non è sufficiente, è altrettanto vero che per i nostri amici animali ogni gesto, ogni iniziativa possono significare moltissimo. Ricordiamocelo adesso, mostrandoci generosi e coscienziosi e aiutando con spirito natalizio chi continua a battersi (e a spendere) per cani, gatti, cavalli e per quegli esseri che di solito hanno quattro zampe e, soprattutto, un cuore.

**Buon Natale animali!**

**Mauro Cavagliato**  
Presidente PAN Pro Natura Animali



# L'ADOZIONE CONSAPEVOLE

Essendo una volontaria e operatrice di canile, spesso mi ritrovo a rivivere esperienze di adozione mentre svolgo i miei compiti circondata da festosi cagnolini in cerca di una famiglia. È in questi momenti che sorrido amaramente pensando alle stranezze che si presentano quando un candidato adottante bussa alla porta per chiedere di vedere e, eventualmente, adottare un cagnolino. Personalmente, avverto immediatamente una grande responsabilità, ma la cosa più difficile è confrontarsi con una serie di esigenze, motivazioni e insensibilità che non considerano il trauma subito da un cane abbandonato. In canile non troverete mai il cane perfetto, quello che si adatta esattamente alle vostre abitudini familiari. Anzi, spesso ci si ritrova con un batuffolo spaventato che deve affrontare tutte le novità che lo travolgonno appena entra nella nuova casa.

Quindi, la prima qualità che chi adotta deve avere è la pazienza, per aspettare che il cane si abitui. Durante questo periodo, potrebbero verificarsi incidenti legati al suo disagio. Non andate in canile con l'intento di "salvarlo", ma per trovare un compagno che, con i suoi numerosi pregi, e anche i suoi difetti, riempirà il vostro cuore di affetto.

Un'altra motivazione pericolosa è l'estetica. Non sempre il cane che vi colpisce per il pelo lungo o corto, o per il colore del manto, è quello giusto per voi. In questi casi, spesso si finisce per innamorarsi di un'immagine e non di un essere vivente. So per esperienza che il volontario che indaga sul vostro stile di vita e vi propone alcuni cani può risultare fastidioso, ma è importante ricordare che conosce bene il cane che vi sta suggerendo e probabilmente è quello più adatto alle vostre esigenze.

Ci sono poi richieste impossibili, o per lo meno difficili. Frasi come "ho bisogno di un cane che vada d'accordo con il gatto, il mio cane, la tartaruga, il criceto e anche il pappagallino" le sento frequentemente. Alcune di queste richieste possono essere soddisfatte con incontri mirati, ma è fondamentale essere pronti a investire tempo e disponibilità. Se queste mancano, è meglio evitare di adottare, soprattutto se avete esigenze specifiche che vi portano a considerare adozioni lontane dalla vostra residenza. Spesso, se le cose non vanno per il verso giusto, il cane ritorna in canile e, per evitare un lungo viaggio di ritorno, potrebbe finire in strutture limitrofe. In questo caso, non avrete fatto altro che abbandonare nuovamente il cane, causando un ulteriore disagio che si radicherà nella sua mente.



Foto Canva

Il ritorno in canile per un cane è un altro abbandono; farlo tornare lì potrebbe farvi pensare che sia meglio non adottare affatto. Invece, prendere un cagnolino in canile, se fatto consapevolmente e con calma, è un'esperienza meravigliosa. Superate le prime difficoltà, avrete un compagno affettuoso; dovete aiutarlo, ma lui non vi abbandonerà mai.

Linda Filippini



**PAN PRO NATURA ANIMALI  
ODV-ETS  
ORGANIZZA**

# *Apericena Veg*

**Venerdì 12 dicembre 2025**

**Ore 19,30**

**Salone Via Pertengo 10  
TORINO**

**PRENOTA SUBITO**

Contattandoci entro il 10 dicembre al 3926174642 oppure  
via email a [segreteria@pro-natura-animali.org](mailto:segreteria@pro-natura-animali.org).

**Menù: Muffin d'inverno - Fugasin farciti -Panissa ligure -  
Rotoli con salame veg - Bruschetta con crema di lenticchie -  
Crespelle ai funghi - Polpette di riso basmati - Polpettone  
saporito -Panettone - Biscotti alla cannella - vino**

Soci e simpatizzanti sono tutti invitati!

Un'opportunità per farci i migliori auguri e supportare le iniziative di PAN.

Visita il nostro sito per scoprirla:  
[www.pro-natura-animali.org](http://www.pro-natura-animali.org)

**€.18,00**

# NOTIZIE DAL COMITATO CONSULTIVO PESCA DELLA CITTA' METROPOLITANA DI TORINO



Il "Comitato consultivo pesca provinciale" riunito in Corso Inghilterra 7 a Torino il 12 novembre 2025 in una lunga riunione di tre ore, tra i molti argomenti all'ordine del giorno, ha espresso tre pareri che meritano di essere riportati tra le notizie del nostro giornale.

Trattasi di tre pareri innovativi che raccolgono in positivo gli orientamenti delle associazioni ambientaliste e animaliste presenti nel Comitato con tre rappresentanti.

## DIVIETO DI UTILIZZO DI AMI TRIPLO (ANCORETTE)

La proposta è stata presentata da A.C.S.I. (Associazione di Cultura Sport e Tempo Libero) al fine di tutelare le specie ittiche in quanto questi strumenti di cattura possono agganciare il pesce anche al di fuori dell'apparato boccale, spesso negli occhi, nelle branchie o nel ventre causando ferite che causano infezioni e dissanguamento. Il fatto è grave in sé, ma ancor di più per i soggetti per i quali sia obbligatorio il rilascio. La proposta di A.C.S.I. prevedeva l'utilizzo solamente di amo singolo, con o senza ardiglione. Dopo accesa discussione il Comitato ha approvato la proposta. (presenti 14 – 10 favorevoli – 2 contrari – 2 astenuti)

## DIVIETO DELL'UTILIZZO DELL'ARDIGLIONE

L'ardiglione è una piccola punta presente sull'amo che si inserisce nel tessuto boccale del pesce per impedire che questo possa sfilarsi e liberarsi. Serve anche a trattenere sull'amo esche vive. L'ardiglione è causa di lacerazioni del tessuto boccale e di sofferenze supplementari per i pesci allamati.

Poiché con opportuni accorgimenti la pesca è possibile anche senza questo ulteriore strumento di tortura, un rappresentante delle associazioni ambientaliste e animaliste ha proposto che l'ardiglione venga vietato nelle acque provinciali. Ne è nata una lunga discussione che ha evidenziato nuove sensibilità e vecchi anacronistici retaggi all'interno del mondo dei pescatori. Nella popolazione è sicuramente presente maggiore sensibilità verso gli animali di terraferma rispetto ai pesci poiché l'ambiente in cui vivono li nasconde alla vista dei più. In alcuni atti pubblici ancor oggi compare la aberrante definizione di "materiale ittico" riferito a uova o avannotti. Dopo vivace discussione con 7 voti favorevoli 5 contrari e 2 astenuti la proposta è stata approvata.

## ISTITUZIONE DEL DIVIETO DI PESCA SUL LAGO DEL VILLARETTO

La proposta di vietare la pesca sul Lago del Villaretto è stata presentata dalla Città di Torino –VI Circoscrizione e dal Comune di Borgaro alla Città Metropolitana alla quale compete ogni determinazione in merito. L'impegno delle due amministrazioni comunali per il recupero naturalistico del Lago (ex Isola del pescatore) richiede anche la riduzione al minimo del disturbo antropico lungo le sponde del lago e della destinazione delle presenze ittiche agli uccelli ittiofagi piuttosto che alla predazione umana. Nel corso del dibattito che ne è seguito i rappresentanti delle associazioni ambientaliste hanno illustrato al Comitato le iniziative in corso d'opera volte a favorire la rinaturalizzazione dell'area e l'insediamento di specie ornitiche e selvatiche. Presenti 9 componenti con 5 voti a favore, 4 astenuti e nessun contrario la proposta è stata accolta. Per gli organi amministrativi della Città metropolitana i pareri del Comitato sono obbligatori, ma non vincolanti. Ci auguriamo tuttavia che questi tre pareri siano integralmente accolti in quanto rappresentano un passo avanti nella tutela degli animali e degli ambienti naturali. L'ECO DI PAN terrà informati i propri lettori circa i successivi provvedimenti che verranno assunti.

Roberto Piana

Rappresentante delle associazioni ambientaliste e animaliste nel Comitato.



pesce preso all'amo - amo con ardiglione

# UNAUTUNNODILAVORIALLLAGODELVILLARETTO



## LA SBARRA

L'abbandono dei rifiuti intorno al Lago del Villaretto è sempre stato un problema non da poco. Trattandosi di una zona di periferia, poco frequentata, spesso i volontari di PAN e OIPA sono stati costretti a intervenire di persona per raccogliere e smaltire sacchi neri, plastiche, ingombranti e nel caso di grandi volumi, a fare intervenire l'AMIAT. Per fortuna gli amministratori della VI Circoscrizione di Torino ci hanno sempre sostenuto. Nella seconda metà del mese di ottobre 2025 per cercare di arginare il fenomeno i volontari di PAN hanno contattato tutti i proprietari dei fondi circostanti il lago e convenuto con loro sul ripristino di una vecchia sbarra in disuso per impedire l'accesso alla strada privata che conduce al lago. Non senza difficoltà la sbarra è stata rimessa in funzione nella speranza di impedire l'accesso agli "scaricatori" abusivi. Sarà richiesta all'amministrazione comunale l'installazione di una telecamera come ulteriore deterrenza. Resta purtroppo ancora da fare portare via da un prato una vecchia autovettura bruciata. Speriamo, prima della fine dell'anno di vedere la rimozione anche di quest'ultimo reperto della criminalità umana.



## LE ISOLE DELLE STERNE

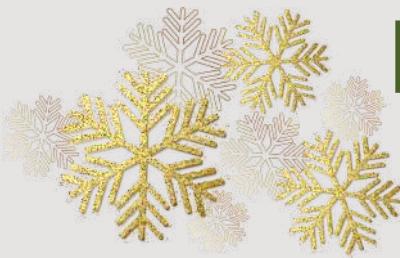
Dopo lo straordinario successo della nascita di due pulli di sterna (Sturnus hirundo) sull'isola artificiale posizionata lo scorso anno, OIPA e PAN hanno messo in cantiere la realizzazione di altre due isole galleggianti sperando si possa formare sul lago una colonia di sterne. L'isola utilizzata è stata tratta a riva, ricondizionata e con le due nuove isole nel mese di febbraio 2026 tornerà nel mezzo del lago per ospitare gli uccelli al loro ritorno dai quartieri di svernamento africani.



## I GIARDINIERI ALL'OPERA

Sabato 8 e domenica 9 novembre 2025 un gruppo di volontari di PAN ha provveduto al taglio dei rovi e dell'erba delle aree aperte alla frequentazione dei visitatori del Lago del Villaretto. Armati di cesoie da giardiniere, rastrelli, decespugliatori i volontari hanno provveduto a ridare lustro a quest'area bellissima. Gli uccelli del Lago hanno osservato da lontano i lavori forse non troppo contenti di questa rumorosa presenza umana, ma già nel pomeriggio hanno potuto ritornare sulle loro amate sponde. L'associazione ringrazia: Aldo, Alessandro, Beppe, Emilio, Franco, Marina, Maurizio, Roberto, Vittorio per il generoso impegno. Il prossimo appuntamento per i lavori di giardinaggio al Lago sono previsti per l'inizio del mese di marzo 2026. Soci e simpatizzanti che avessero piacere di collaborare per il recupero, la salvaguardia e la manutenzione del Lago possono scrivere a [segreteria@pro-natura-animali.org](mailto:segreteria@pro-natura-animali.org). Saranno contattati.

La Redazione



# FLORA E FAUNA

## Conoscere la natura

A Cura di Aldo Chiariglione

***Chrysomyxa rhododendri*** – Ruggine vescicolosa

degli aghi di abete rosso

Famiglia – **Coleosporiaceae**

Molti frequentatori della montagna quest'anno, più che negli anni precedenti, non avranno potuto fare a meno di notare forti ingiallimenti degli aghi di abeti rossi che, in alcuni casi, rendevano le chiome praticamente dorate. Questo fenomeno è dovuto all'attacco di un fungo (*Chrysomyxa rhododendri*) che provoca l'ingiallimento degli aghi giovani, quelli dell'anno. Infatti, se si esamina un rametto da vicino si nota come il fungo che ha infettato l'ago produce delle protuberanze, degli ecidi gialli, sacciformi, dalle quali si liberano spore ugualmente gialle, a conferma della sua presenza e della particolare specie. Solitamente l'infezione colpisce soprattutto i rami bassi, ma negli anni di forte attacco, come si è verificato questa estate, può arrivare a ingiallire l'albero fino alla cima. È una malattia non particolarmente grave di questa conifera, ma che sicuramente debilita la pianta in quanto può provocare il deperimento e l'essiccamiento degli aghi nell'anno successivo. Il fungo, con le sue spore resistenti, come lo sono anche i pollini, che non a caso troviamo in depositi del sottosuolo anche dopo vari millenni, è sempre lì pronto a rivitalizzarsi se le condizioni sono favorevoli al suo sviluppo. Attacca l'albero con vistosi segni solo in caso di indebolimento della pianta in seguito a stress, soprattutto idrici, e questa estate è stata veramente avara d'acqua tanto che molte piante che da decenni vegetavano su zone con scarso terreno, quindi, meno adatti a trattenere l'acqua e più rapidi all'idissecamento, sono morte. Questa malattia si presenta generalmente sugli abeti rossi dai 1200 ai 2000 metri perché il fungo in realtà si sviluppa prima sulle piante di rododendro, per trasferirsi poi sull'albero, da qui il suo nome specifico di *Chrysomyxa rhododendri*. Questi fenomeni di ingiallimento degli abeti li ho notati particolarmente da poco più di una ventina d'anni, proprio con l'avvento del cambiamento climatico e la presenza di lunghi periodi di forte siccità. Quando rilevai per la prima volta queste escrescenze sugli aghi di abete portai un rametto agli amici di un centro di studio delle malattie delle piante che subito capirono trattarsi di un fungo, per cui mi portarono dalla collega micologa che in breve mi diede l'esatto risponso. Meno utile fu il consiglio per affrontare questa malattia: mi disse che, trattandosi di un fungo che nasce sul rododendro, era sufficiente togliere tutti i rododendri dai dintorni. Chiaramente la micologa era certamente un bravo tecnico da laboratorio, ma consigliai gli amici suoi colleghi di regalarle un paio di scarponecini e portarla qualche volta in montagna, perché nelle nostre zone togliere i rododendri per combattere la *Chrysomyxa rhododendri* è come la pretesa di un bambino di vuotare il mare con la paletta. Un'altra specie di fungo dello stesso genere (*Chrysomyxa abietis*) provoca ugualmente l'ingiallimento degli aghi giovani dell'abete rosso, ma in autunno, e l'esplosione delle sue spore gialle avviene nella primavera successiva.



***Chrysomyxa rhododendri*** – Foto AC



# FLORA E FAUNA

## Conoscere la natura

A Cura di Aldo Chiariglione

### ***Oenanthe oenanthe* – Culbianco**

Famiglia: **Muscicapidae**

Il nome volgare di questo piccolo uccello è dovuto al sottopancia bianco del maschio in stagione riproduttiva, periodo nel quale questo migratore è frequente sulle nostre montagne, mentre molto raramente lo si incontra a bassa quota. Sverna nell'Africa Centrale ed arriva da noi dalla fine di marzo, riprendendo spesso ad occupare le zone dove era nato, o estivato negli anni precedenti. Lì si riprodurrà tra fine aprile e luglio, deponendo in genere cinque uova. Il Culbianco è uno dei piccoli uccelli migratori con la più grande distribuzione al mondo, spaziando su gran parte dell'Europa e dell'Asia, fino ad alte latitudini, ma con presenze pure in Nord America, Groenlandia e Islanda. Il dimorfismo sessuale è abbastanza accentuato e proprio il sottopancia bianco, al quale si deve il nome, come sopra detto, nella femmina è fulvo e solo il sopraccoda è bianco come nel maschio: questa è la caratteristica che li rende molto facilmente riconoscibili in volo. Il resto della colorazione va dal grigio al rossiccio, variabili nelle stagioni, ma entrambi hanno l'estremità della coda sempre nera. Si nutre di piccoli insetti che sovente acchiappa al volo ed a questa pratica si devono i suoi improvvisi e strani cambi di rotta. Da noi predilige le montagne nelle zone scoperte oltre il limite degli alberi, da dove riprenderà il viaggio di ritorno verso l'Africa nel mese di settembre, con qualche sosta a quote più basse prima di trasvolare il Mediterraneo. Con questa sua grande distribuzione si potrebbe pensare sia meno soggetto agli effetti dei cambiamenti climatici, invece, come avviene per tanti altri animali, ha iniziato a soffrire dello sfasamento tra il periodo di riproduzione e lo sviluppo della flora e della fauna che avviene in anticipo rispetto ai loro consuetudinari ritmi biologici, ai quali non si può adattare in così breve tempo. Come gli stambecchi ormai partoriscono troppo tardi rispetto alla vegetazione più florida e più ricca, rendendo il loro latte meno nutriente, anche i Culbianchi nella loro stagione riproduttiva sono già in ritardo rispetto all'esplosione di alcuni insetti che seguono lo sviluppo della flora in conseguenza dell'aumento precoce della temperatura. Infatti, alcuni recentissimi studi hanno messo in rilievo questa minaccia per il Culbianco, come per numerose altre specie che da millenni avevano sincronizzato il loro periodo di riproduzione con il momento migliore del cibo che direttamente, o indirettamente attraverso il latte, poteva nutrire la prole nella situazione più favorevole dell'anno. Tra l'altro, durante queste ricerche, attualmente svolte con tutti gli ausili della moderna tecnologia, in questo caso con delle fototrappole, si è anche visto che le uova del Culbianco, come i giovani pulli inermi raggiunti dentro i nidi approntati in piccole gallerie nella terra, o tra i massi delle pietraie, sono oggetto di razzie oltre che da parte di prevedibili cacciatori come le donnole e gli ermellini, ma anche da insospettabili predatori quali le marmotte, o gli ancora meno improbabili razziatori come i topi quercini, ripresi nottetempo a divorare uno dopo l'altro tutti gli implumi pulli della nidiata.



Culbianco femmina con l'imbeccata  
Foto AC



FOTO CANVA

Culbianco maschio

# RICETTE VEGANE

## a cura di Margherita Longo

Qui di seguito vi indico alcune ricette, un po' diverse, sfiziose e veloci da preparare (un consiglio, quando acquistate gli ingredienti scegliete sempre la qualità, la trasparenza, se possibile la tracciabilità dei prodotti), sapere cosa si mangia fa la differenza, acquistare prodotti italiani a kilometri 0. Impariamo anche a leggere le etichette dei prodotti, oramai ogni confezione acquistata di cibo indica i valori nutrizionali, cosa contengono, la scadenza, da dove provengono. Soprattutto per le uova, quando dovete acquistarle, scegliete sempre uova proveniente da galline allevate all'aperto, non in gabbia, non a terra, sicuramente sono più buone e salutari, ovviamente se riuscite a non usarle fa la differenza.

### BAGNA VEGAN

Ingredienti

- Per 8/10 persone
- 400 gr di noci sgusciate
- 800 ml di latte di soia
- 500 ml di panna di soia
- 250 ml di olio extravergine
- Qualche spicchio d'aglio, potete usare anche secco da grattugiare
- 6 cucchiali di capperi
- 3 cucchiali di paté di olive
- verdure cotte e crude a piacere

tritare le noci, l'aglio e i capperi. Fate scaldare un pochino l'olio (ma non friggere) e unite quanto avete tritato, aggiungendo anche il paté di olive. Mescolare bene il tutto, quindi unite poco alla volta il latte di soia. Continuare a mescolare fino al bollore, dopodiché lasciare cuocere a fiamma bassa per circa 20/30 minuti. Verso fine cottura unite anche la panna, avendo cura di amalgamare bene tutti gli ingredienti. Spegnere la fiamma e servire in tavola, nelle apposite ciotole individuali assieme alle verdure (peperoni, sedano, radicchio, verza, carote, patate bollite e topinambur).

### NOTE

La bagna càoda è un piatto tipico piemontese mentre quello proposto è riadattato da quello tradizionale in cui si utilizzano le acciughe.



### PASTA CON BROCCOLI

abbinato alla verdura diventa un piatto ricco di proteine, fibre, calcio, buon contenuto calorico e sostanzioso piatto unico.

Ingredienti:

- 400 g di pasta integrale corta
- 400 g di broccoli
- 1 spicchio di aglio
- 2 cucchiali di pinoli
- 3 cucchiali di olio di oliva extravergine
- peperoncino rosso piccante
- Sale

Lievito in scaglie (facoltativo), oppure un mix di semi oleosi tritati

Mondare e tagliare a cimette i broccoli, cuoceteli a vapore lasciandoli al dente. Fare cuocere la pasta in acqua bollente salata, nel frattempo mettere in un tegame l'olio, l'aglio (lasciatelo intero magari vestito e poi toglierlo quando il condimento è pronto) e il peperoncino, fare rosolare delicatamente senza bruciare l'aglio, aggiungere i pinoli fateli dorare leggermente, aggiungete i broccoli e mescolare con il resto del condimento. Lasciandoli cuocere per qualche minuto (aggiungete se necessario un po' d'acqua), infine aggiungere la pasta delicatamente, mantecare il tutto servirla calda.



FOTO CANVA

# LA PASTICCERIA VEGANA

## a cura di Margherita Longo



Ed ecco il dolce del mese, una torta semplice, veloce, indicata per le colazioni del mattino o a merenda bevendo un the verde o aromatizzato.

### TORTA A MODIO MIO

Ingredienti:

- 50 g di farina integrale
- 50 g di farina di farro
- 50 g di farina di riso
- 50 g di farina di mais fiofetto
- 50 g di farina di grano saraceno
- 60 g di zucchero di canna
- 30 g di olio di girasole (oppure margarina di girasole) facoltativo
- 1 bustina di lievito per dolce cremortartaro
- 1 bicchiere di succo di mela
- 1 bicchierino di marsala o grappa
- 100 g di uvetta sultanina
- 1 pizzico di sale

In una ciotola inserire e setacciare tutte le farine, aggiungere lo zucchero il sale e il lievito mescolare con un cucchiaio per alcuni minuti cosicché sia tutto miscelato bene. A parte mettete tutti i liquidi il succo di mela l'olio la marsala o grappa mescolare con una frusta. Aggiungere il liquido nella ciotola delle farine, mescolare bene il tutto, dovete ottenere un composto piuttosto denso, alla fine aggiungete l'uvetta o altro (cioccolato, frutta candita) a piacere. Versate il composto in una teglia di 22/24 cm. di diametro, oppure una teglia stampo a ciambella.

Inforiare a 180 gradi per 30/40 minuti, dipende dal vostro forno se statico o ventilato.

### NOTA

E' un dolce simile al busolà vincentino , dolce veneto, ovviamente non ci sono le 6 uova e il burro, come vuole la tradizione, potete comunque sostituire l'olio di girasole con la margarina di girasole.

La quantità di zucchero nell'impasto è moderata, dato che con l'aggiunta di uvetta candita dolcificherà ulteriormente il dolce.

### PANETTONE VEGANO

Ingredienti:

- 15 g di lievito di birra
- 250 ml di latte di soia o di riso
- 250 g di farina 0
- 150 g di farina integrale
- 80 g di zucchero di canna
- 50 g di olio di semi di mais
- 1 arancia
- 1 limone
- 180 g di uvetta
- 200 ml di succo di mela
- Canditi, cioccolato (facoltativo)

Preparazione

Stemperare il lievito di birra nel latte di soia; riunite quindi le farine in una ciotola e mescolare con lo zucchero, aggiungere il latte di soia e metà dell'olio di semi di mais. Lavorare per bene l'impasto. Quando sarà omogeneo e compatto dategli la forma di una palla, lasciare a lievitare per 2 ore in una ciotola (con la pellicola o canovaccio) in un luogo caldo, esempio vicino al termosifone. Nel frattempo, grattugiare la scorza dell'arancia e quella del limone, fate ammorbidente l'uvetta nel succo di mela. Trascorso il tempo di lievitazione incorporate nell'impasto le scorze, l'uvetta e l'olio rimanente. Impastare e rimettere a riposo: saranno necessarie altre 2 ore A questo punto trasferire l'impasto in uno stampo di carta da panettone, inciderete la superficie con un coltello una forma di croce lasciare ancora a riposo per una 1 oretta e infornare per 1 ora a 180 gradi.

Un consiglio: per mantenere una certa umidità e consigliabile inserire nel forno durante la cottura un pentolino con un pò d'acqua.



FOTO CANVA

# CACCIA NEWS

## FERMO IN SENATO IL DDL 1552

Le Commissioni Agricoltura e Ambiente non hanno ancora iniziato ad esaminare in Senato gli oltre 2.000 emendamenti presentati al DDL 1552 di modifica della legge sulla caccia dai capigruppo di maggioranza, primo firmatario Lucio Malan (FdI). Per quanto riguarda la Legge di Bilancio il mondo venatorio sperava almeno venissero inseriti alcuni emendamenti riguardanti la legge n. 157/1992. Il 14 novembre 2025 scadeva il termine per presentare emendamenti in Senato alla proposta di Legge di Bilancio e nessun emendamento riguardante la caccia è stato presentato. Il mondo venatorio è in fermento perché teme che la revisione dell'attività venatoria promessa dal centrodestra slitti al 2026 o addirittura non se ne faccia nulla. C'è chi ricorda Gianfranco Fini (AN) che nel 2001 aveva chiesto il voto ai cacciatori promettendo una modifica in loro favore della legge sulla caccia. Nonostante il centrodestra avesse vinto le elezioni e formato il secondo Governo Berlusconi, della modifica della legge sulla caccia non se ne fece nulla. D'altra parte la politica sa che la maggioranza degli italiani è contraria alla caccia e che i cacciatori sono una piccola minoranza.

## ECO DI PAN SEGNALA: UN ARTICOLO CORRETTO E BEN FATTO SUL LUPO

Giornale LA VOCE 6 novembre 2025  
Animali Piemonte, record di lupi morti: 65 carcasse recuperate dall'inizio dell'anno Nel Torinese già venti esemplari rinvenuti, tra incidenti stradali e bracconaggio. Cresce il dibattito tra ambientalisti e cacciatori.

Virginia Serpe

media@giornalelavoce.it

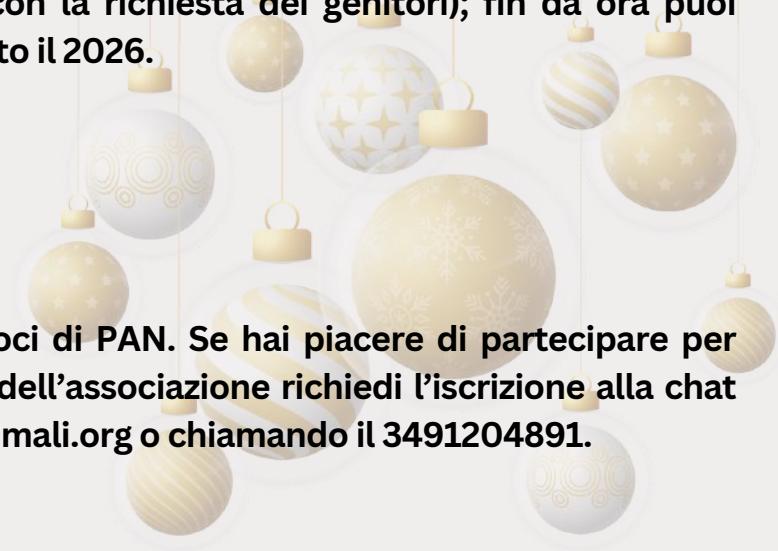
Nell'attuale panorama giornalistico volto a sostenere la campagna di demonizzazione e diffondere la paura del lupo al fine di ottenerne la riduzione numerica, troviamo una voce che illustra con oggettività la realtà dei fatti. La criminalizzazione del lupo attraverso fake news è condotta dai cacciatori insieme a Coldiretti e raccolta dalla maggioranza politica che ci governa a livello nazionale e regionale. L'attuale situazione relativa alla presenza del lupo in Piemonte è illustrata invece con oggettività e correttezza dalla giornalista Virginia Serpe sulla pagina on line del 6 novembre 2025 del Giornale La Voce, settimanale indipendente di Settimo Torinese e dintorni.

# GLI APPELLI DI PAN



## Rinnovare la Tessera di PAN

Si ricorda che la tessera di PAN è in scadenza il costo della tessera non è mutato: €. 15,00 all'anno (€. 2,00 per i minori con la richiesta dei genitori); fin da ora puoi rinnovare la tessera PAN valida per tutto il 2026.



## Vuoi iscriverti alla chat di PAN?

Su WhatsApp è attiva una chat dei Soci di PAN. Se hai piacere di partecipare per essere in contatto con il cuore attivo dell'associazione richiedi l'iscrizione alla chat scrivendo a [segreteria@pro-natura-animali.org](mailto:segreteria@pro-natura-animali.org) o chiamando il 3491204891.

## Ricerca di Delegati

PAN Pro Natura Animali ricerca volontari desiderosi di rendersi utili in difesa degli animali e della natura. Se hai entusiasmo, voglia di impegnarti nella tua provincia o nella tua regione scrivi a [segreteria@pro-natura-animali.org](mailto:segreteria@pro-natura-animali.org). Ti contatteremo e vedremo insieme quali iniziative mettere in campo. Oggi grazie ai collegamenti video on line è possibile conoscersi e scambiarsi le opinioni senza dovere per forza compiere lunghi viaggi. Ti aspettiamo.

## Stagione referendaria piemontese 1987 – 2012

Nel 1987 un Comitato promotore raccolse 60.000 firme per un referendum regionale piemontese contro la caccia che non si svolse mai nonostante 25 anni di ricorsi legali vinti e sentenze che imponevano alla Regione Piemonte di indire il referendum. Nel 2012 il Consiglio regionale a 23 giorni dal voto popolare abrogò la legge regionale per applicare la più permissiva legge nazionale e impedire la consultazione popolare. Un nostro socio sta raccogliendo fotografie e testimonianze di quella stagione durata 5 lustri. Coloro che avessero immagini dell'epoca o volessero trasmetterci un pensiero, un ricordo, un aneddoto legato a quegli eventi può inviarcelo e glieli faremo avere nella speranza che dalla raccolta possa nascere una pubblicazione. Riteniamo giusto che di quei fatti resti traccia nella storia.

## Il Consiglio Direttivo di PAN

# notizie in pillole



Da oggi ci puoi seguire su FB al seguente link

<https://www.facebook.com/profile.php?id=61568531138193&sk=about>

Invita i tuoi amici a seguire PAN PRO NATURA ANIMALI

COMITATO DI REDAZIONE  
MAURO CAVAGLIATO  
ROBERTO PIANA  
ALDO CHIARIGLIONE  
LINDA FILIPPINI  
MAURIZIO GIUSTI  
MARGHERITA LONGO

## CONFERENZA - DIALOGO IL LUPO



Il 21 novembre 2025, a Torino, si è svolta la conferenza-dialogo "Il Lupo". L'evento ha riscosso un grande successo, approfondendo e discutendo le questioni legate alla convivenza tra uomo e lupo. Un momento particolarmente emozionante è stato quando l'attrice Rossana Galleggiante ha recitato un estratto dal libro di Luca Giunti "Le conseguenze del Ritorno...". Si desidera esprimere un sincero ringraziamento a tutti i partecipanti e agli organizzatori dell'evento.



## IL DONO DEL VOLONTARIATO

Domenica 7 dicembre 2025 dalle ore 9,00 alle ore 18,00 in Piazza Bodoni a Torino PAN sarà presente con un gazebo in occasione del "Dono del Volontariato" organizzato dal Centro Servizi del Volontariato VolTo.

Soci e simpatizzanti sono invitati a venire a farci visita e magari anche a dedicare un po' di tempo come volontari al banchetto che raccoglierà firme, adesioni all'associazione e offrirà gadget e panettoni vegani al pubblico torinese che speriamo numeroso.





PRO NATURA ANIMALI ODV-ETS

EMAIL: SEGRETERIA@PRO-NATURA-ANIMALI.COM

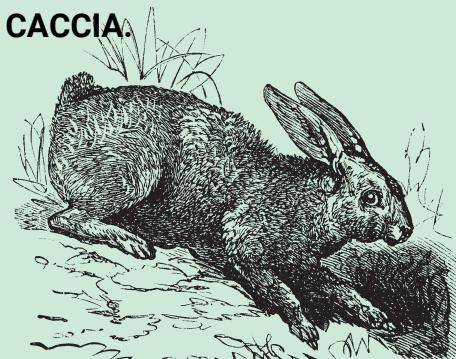
**LIBERIAMO GLI ANIMALI DALLA CACCIA**

**DESTINA IL TUO 5X1000  
A PAN PRO NATURA ANIMALI**

**FIRMA E RIPORTA IL CODICE FISCALE**

**9 7 5 4 2 3 6 0 0 1 7**

NELL'APPOSITO RIQUADRO DEI MODELLI 730 O UNICO PER I REDDITI  
LE SOMME DONATE SARANNO UTILIZZATE ESCLUSIVAMENTE PER AIUTARE GLI  
ANIMALI, CON AIUTI DIRETTI AGLI ANIMALI IN DIFFICOLTÀ E AIUTERANNO PAN NELLA  
BATTAGLIA PER L'ABOLIZIONE DEFINITIVA DELLA CACCIA.





**Pro Natura Animali**  
**C.so Peschiera 320 TORINO**  
**MAIL [segreteria@pro-natura-animali.org](mailto:segreteria@pro-natura-animali.org)**  
**[www.pro-natura-animali.org](http://www.pro-natura-animali.org)**

## SOSTIENI PAN

**01.**

### DIVENTA SOCIO

Il costo della tessera annuale è di € 15,00. Per i minori di € 2,00 con richiesta del genitore. Compila il modulo sul nostro sito.

### PER AIUTARCI

Con donazioni o iscrizioni.

**PRO NATURA ANIMALI**

Crédit Agricole

IBAN

IT38I0623001144000046945476

Oppure

C.C.P.n. 33346107

Bancoposta

IT81T0760101000000033346107

**invia email con la distinta di versamento e tutti i tuoi dati,  
compreso il numero cellulare a :  
[segreteria@pro-natura-animali.org](mailto:segreteria@pro-natura-animali.org)**

**02.**

### 5 X 1000

Firma e riporta nell'apposito riquadro del modello 730 o Unico per i redditi il C.F. 97542360017 di PAN Le somme saranno utilizzate per aiutare tutti gli animali in difficoltà e le iniziative volte a sostenere l'abolizione definitiva della caccia!

**03.**

### CONOSCIAMOCI

INVIACI IL TUO PROFILO, I TUOI OBIETTIVI E PROPONDI COME DELEGATO/A DI PAN PER UNA PROVINCIA ITALIANA.

TI CONTATTEREMO!

GLI ANIMALI E LA NATURA HANNO BISOGNO DI TE!

**04.**

### DUE PAROLE SU DI NOI...

Pro Natura Animali Odv promuove l'abolizione della caccia, la difesa della fauna, la conservazione dell'ambiente.

Propugniamo i diritti di tutti gli animali!  
Non usufruiamo di contributi pubblici