

# Retrobottega

IL MAGAZINE DI PREZZEMOLO & VITALE

PAG 6  
FORNO IMPERO,  
NUOVO COME IL PANE

*FORNO IMPERO,  
AS NEW AS BREAD*

PAG 10  
BIOLOGICO: COME,  
COSA E PERCHÉ

*ORGANIC FARMING:  
HOW, WHAT AND WHY*

PAG 14  
PESCHE AL FORNO  
CON POIROT

*PEACHES IN THE OVEN  
WITH POIROT*

PAG 38  
ENOGASTROLOGIA  
TRANSITI & COTTURE

*ENOGASTROLOGIA  
TRANSITS & COOKING*



## Cambi di stagione e ritorni di fiamma

Vol. 2 - Aprile / Maggio 2024

# Retrobottega

IL MAGAZINE DI PREZZEMOLO & VITALE

**RETROBOTTEGA**  
IL MAGAZINE DI PREZZEMOLO & VITALE  
VOL. 2 - APRILE / MAGGIO 2024  
PERIODICO IN ATTESA DI REGISTRAZIONE

**EDITORE:**  
VINCENZO PREZZEMOLO

**COORDINAMENTO:**  
PAOLA MARINO  
ANTONELLO RAVETTO ANTINORI

**ART DIRECTOR:**  
MARIA ELENA SARDINA

**GRAPHIC DESIGN, ILLUSTRAZIONI:**  
IRENE CAROLLO

**TRADUZIONI:**  
GERMANA ANZALONE


**CREDITS MATERIALE FOTOGRAFICO:**  
FRANCESCO CATALANO PAG. 34,35,36,37  
PIETRO SCONTRINO PAG 7,8  
TONY CAPELLI PAG. 5, 20, 22, 24, 32, 33


**CONTIENE INSERTI PUBBLICITARI**

Copyright ©2024 Prezzemolo & Vitale SPA  
Via Siracusa, 10 - 90141, Palermo PA (Italia)

[prezzemoloevitale.it](http://prezzemoloevitale.it)      [prezzemoloevitale.com](http://prezzemoloevitale.com)

Seguici su

 [Prezzemolo e vitale](https://www.facebook.com/prezzemoloevitale)  
[Prezzemolo e vitale UK](https://www.facebook.com/prezzemoloevitaleUK)

 [Prezzemoloevitale](https://www.instagram.com/prezzemoloevitale)  
[PrezzemoloevitaleUK](https://www.instagram.com/prezzemoloevitaleUK)



- 04** **Editoriale**  
**5 x 8 = aprile**  
5 times 8 equals April  
*Vincenzo Prezzemolo*



- 06** **Chi parla a tavola**  
**Rivoluzionare conservando**  
**La storia di Simona Barone**  
**e del suo pane**  
Revolutionizing by preserving: the story  
of Simona Barone and her bakery  
*Paola Marino*



- 10** **Buono a sapersi**  
**Biologico: come, cosa e perché**  
Organic farming: how, what and why  
*Redazione*



- 14** **Dire, fare, mangiare**  
**L'avventura della cuoca di Clapham**  
The Adventure of The Clapham Cook  
*Paola Marino*



- 18** **Indispensa**  
**6 risorse utili per una dispensa**  
**pratica, buona, bio**  
6 useful resources for a practical,  
healthy, organic pantry



- 22** **Nuovi menù**  
**Barbecue & co**  
Barbecue & co  
*Redazione*



- 26** **DiVini**  
**Selezione Italia**  
London selection  
*Steve e Nadia*



- 34** **Ricette per l'allegria**  
**Involtini s-carola**  
S-carola chicken rolls  
*Carola Sciarrino*



- 38** **Enogastrologia**  
**L'oroscopo di MAP**  
MAP's horoscope

## 5 TIMES 8 EQUALS APRIL

*The COVID-19 pandemic has provided a unique opportunity for introspection, forcing us to halt our frenzied pursuit of growth and evolution.*

*We have come to realize that life is a series of changes that occur gradually, even without our knowledge. We are akin to the cyclical seasons, where each occurrence has its own flavour and scent. It happens to both the earth and people, like a never-ending coming-of-age novel. As time passes, our emotions and sensations undergo transformations, much like the characters in a TV series. Whenever we experience the same feelings that an old song once evoked, we can truly comprehend how the flow of time can alter us.*

*We aim to leave a lasting impression on the world. As we live in a connected world, our actions and decisions are intertwined with those of others and will be a part of history itself. Change is a natural process, yet it can sometimes be scary. As individuals and as a community, we are currently concerned about the opening of our new store in Battersea, London, which happens to be one of our largest stores in the UK. We want it to be perfect and meet our customers' expectations, so we eagerly await its opening.*

*Then, every decision we make becomes an intricate tango-like sequence of steps forward and backwards, dictated by the beat of a new change. However, despite being daunting, this rhythm is a crucial part of personal growth. We are aware that in the future, we'll look back on this challenge and smile, just as we do when reflecting on past hindrances.*

*My grandson is learning multiplication tables this month, and I can see how he struggles with 2x8 multiplication. Watching him brings back memories of my own fears and stubbornness as a child when I had to tackle multiplication tables. And today, as an adult, I'm experiencing similar fears and anxieties while facing the opening of another store.*

*The story comes full circle, much like the changing seasons, and with each turn, it evolves. It has been eight years since we first set foot in London. Today, we are a well-established presence, and we are ready to take a significant and decisive step forward (though I wish I could, I'm unable to disclose our plans at this time). However, the challenges that once seemed insurmountable no longer intimidate us.*

*In each issue, the paper version of Retrobottega seasonally undergoes gradual changes. In this spring issue, we highlight the challenges faced by people like Simona Barone, who chose to preserve her bakery's tradition as a way to evolve. We also explore how the kitchen and table adapt to the times, supporting human evolution and how incorporating organic food into our diets can help heal the earth and benefit our health. Furthermore, we provide a couple of delicious recipes thanks to @carolas\_23 and her "to-your-liking" ingredients, and another inspired by Agatha Christie's gluttonous Poirot. Finally, we've included a horoscope section because, after all, even planetary transits are a natural matter.*

# Editoriale

## 5 x 8 = aprile

DI VINCENZO PREZZEMOLO

La frenesia dell'evoluzione e della crescita è sempre stata parte integrante della nostra essenza, della nostra esistenza. Ecco perché, lo stallone imposto dal Covid si è rivelato l'opportunità unica di fermarci e guardare dentro noi stessi.

Ci siamo resi conto che la vita è un susseguirsi di cambiamenti anche nostro malgrado, e che i mutamenti avvengono poco a poco anche quando non ce ne rendiamo conto. Siamo come le stagioni che ritornano ciclicamente, ma ogni volta con un sapore diverso, con un altro profumo. Accade alla terra e accade alle persone, in un perenne romanzo di formazione. Come il nostro personaggio preferito nelle diverse stagioni di una serie TV, le nostre sensazioni ed emozioni si trasformano. E quando una vecchia canzone ci riporta alla memoria le stesse emozioni di una volta, allora comprendiamo come lo scorrere del tempo ci trasforma.

Vogliamo lasciare un segno nel mondo, viviamo in rete, e così il nostro cambiamento incrocia quello degli altri e quello della storia stessa. Cambiare è naturale, semplicemente, per questo non dovrebbe spaventarci, eppure ci atterrisce a volte. Come individui e come comunità: noi in questo momento siamo preoccupati per la nuova apertura a Londra, Battersea: il nostro punto vendita più grande del Regno Unito, vorremmo che fosse perfetto, che corrispondesse a quello che i nostri clienti si aspettano e che aprisse subito. Allora ogni singola scelta si complica in un tango a passi avanti e indietro che segue il ritmo di un nuovo cambiamento. Ma questa musica, questa paura, è un processo di crescita, sappiamo che guarderemo a questa sfida sorridendo, a un certo punto, proprio come oggi guardiamo alle sfide del passato.

Questo mese mio nipote sta imparando le tabelline e se lo guardo disperarsi già a 5 x 8, mi rendo conto che la sua sfida, la sua ansia, il suo ostinarsi assomiglia al mio, non solo alla mia paura di bambino con le tabelline da imparare ma alla mia paura di adulto, oggi, con un negozio da aprire.



La storia torna, ciclicamente, come le stagioni, e muta di volta in volta: sono passati già 8 anni da quando siamo arrivati a Londra. Oggi siamo una realtà consolidata, pronta a compiere un grande, importantissimo passo (vorrei tanto svelarvi ciò che abbiamo in serbo quest'anno, ma non è ancora il momento). Le sfide che ci sembravano insormontabili ieri, oggi non ci spaventano più.

Anche questo Retrobottega di carta cambia poco a poco, una stagione dopo l'altra. In questo numero di primavera parliamo anche di questo, di sfide raccolte, come quella di Simona Barone, che nel suo forno ha scelto di "conservare" trovando in questo la sua strada per evolversi. Parliamo di come la cucina e la tavola seguano i tempi, assecondando l'evoluzione umana, di come una sana integrazione del biologico nei nostri menù possa essere una risorsa per risanare la terra e far del bene a noi stessi. Troverete un paio di ricette - grazie a @carolas\_23 e ai suoi ingredienti "a sentimento" ma anche ad Agatha Christie per il suo ghiotto Poirot, e infine la nostra enogastrologia, perché anche i transiti planetari, in fondo, sono una faccenda naturale.

Chi parla a tavola

## Rivoluzionare conservando

*La storia di Simona Barone e del suo pane*



di PAOLA MARINO  
Copywriter

Astronauta, giudice, insegnante... nei sogni dei piccoli siamo tante cose strane. Simona Barone voleva fare la fornaia, come suo padre, nel Forno Impero, in centro a Trapani.

Una donna esplosiva, allegra, piena di risorse e hobby: restauro, bricolage, decoupage, charter nautici con degustazioni di prodotti, pianoforte e cucina, oltre ad una laurea ed una famiglia. E poi, naturalmente, il suo pane.

"A fare il pane si impara facendolo, sentendo odori, toccando impasti.

**Sembra facile: farina, acqua, sale e lievito madre, ma in questi ingredienti c'è la storia di tutta una vita ed ognuno ha caratteristiche sue.**

Ci ho messo anni a trovare il mio sapore, i tempi giusti, praticamente è stato più facile laurearmi [Scienze giuridiche dell'Impresa] infatti non so se ho davvero "imparato", insomma secondo me c'è genetica: nonno fornaio, papà fornaio, io ho fatto anche altro, prima, ma è qui che volevo stare. Mi occupavo del commerciale ma poi ho capito che per essere credibile, sia in laboratorio che nella vendita, dovevo mettermi completamente in gioco e così ho messo le mani in pasta, letteralmente!".

**REVOLUTIONIZING BY PRESERVING:  
THE STORY OF SIMONA BARONE AND HER BAKERY**

*We could be astronauts, judges, or teachers. In children's dreams, we can be so many strange creatures. Simona Barone's dream was to become a baker, following in her father's footsteps at their bakery, Forno Impero, in the heart of Trapani. A cheerful, resourceful woman bursting with energy and passion with many hobbies: furniture restoration, DIY, decoupage, nautical charters with food tastings, playing piano and cooking, besides having a degree and a family. And then, of course, her bread.*

*"You learn how to make bread by making, smelling, and touching dough. **It might sound easy: flour, water, salt and sourdough, but these ingredients embody the story of a whole life, and each one has its own characteristics.** It took me many years to find the flavour I liked and the right timing. Maybe taking my degree [in Business Legal Sciences] was easier. I'm not that sure if I really learned to make bread. I mean, to me, there's some genetics to it: my grandfather was a baker, like my father. I did other things before, but this is where I've always wanted to be. I was in charge of sales, but then it dawned on me that I had to step up my game to gain credibility in the workshop or in sales. So, I put my hands in the dough, literally!"*



## È diverso, oggi, il lavoro del fornaio rispetto a quello che faceva suo padre?

“Il nostro è un lavoro profondamente artigianale ed ogni forma che viene fuori è unica, come un’opera d’arte. Poi certo, la tecnologia aiuta, i grandi lievitati li controlliamo con la videocamera, utilizziamo strumenti per gestire le temperature, ma resta un lavoro di acqua, farina, lievito e pazienza, soprattutto per alcuni formati particolarmente difficili: la vastedda, per esempio, vuole mille cure, rischi di romperla a ogni passaggio, non solo quando la inforni ma anche di più quando la tiri fuori dal forno calda. La vastedda è un polmone che respira e per mantenerla soffice dentro ci vuole una crosta spessa, ma poi ti ripaga mantenendosi a lungo”.

*Today, is being a baker somehow different from your father's job?*

*"Our job is deeply rooted in handcrafting, so each loaf of bread is unique, like a work of art. Obviously, technology helps us. We check the leavened bread products with a camera and use tools to manage temperatures. However, it is still a matter of water, flour, yeast and patience, especially for some challenging kinds of bread. For example, the vastedda [a large bread bun] requires a lot of care because you risk breaking it at every step of the baking process, even more so when you take it hot out of the oven. The vastedda is a breathing lung; its crust must be thick to keep it soft inside and give it a long shelf life".*



## Cosa c'è di davvero "speciale" nel suo lavoro ogni giorno?

“La mia evoluzione è stata ‘conservare’, usare il grano siciliano che è complicato, incostante, mai uguale ma pieno di gusto. Ho appreso da mio padre il **gusto di sperimentare**, lui è stato il primo a Trapani a fare il panettone artigianale, oggi noi facciamo le **colombe artigianali**, cosa che fanno in pochissimi. E la vedi l’artigianalità: burro di panna unica colata, tuorli da galline allevate a terra, lavorazione lunga, controllo dell’umidità. In un piccolo laboratorio non è così facile, ci vogliono tre giorni per fare la colomba, **12 ore di riposo e monitoraggio continuo** di ogni passaggio, freschissime e soffici, persino sui canditi ho fatto mille prove per scegliere poi arance rigorosamente di Sicilia ma candite alla francese, così restano morbide e saporite in cottura”.

Nel variegato mondo dei prodotti artigianali si parla spesso dei grani antichi, lei cosa ne pensa?

“Beh - e le scappa da ridere - io ho scelto una via e trovo che **il grano duro siciliano sia già una sfida importante**. Faccio solo quello che so fare meglio e non ho ancora finito di sperimentare.

**Lievitazione ed idratazione sono una scienza che si combina con fattori ambientali: c'è scirocco? Fa caldo? Pioverà?**

**Ogni condizione ne determina altre ed ogni combinazione dà risultati diversi. Per il mio pane ho trovato tempi e modalità che lo rendono digeribile anche per chi di solito lo sopporta male.** La lievitazione lunga e l’alta idratazione non servono solo a conservarlo meglio ma anche a renderlo più leggero. Il mio pane non dà gonfiore, non fa venire sete ed è gustoso. Mio padre mangiava un boccone prima di andare a letto, anche dopo una cena luculliana diceva “mi leva l’acidità”... lo diceva proprio così, con queste parole. Ora non arrivo a consigliare il pane come digestivo, ma non è detto che mio padre non avesse ragione”.

*What makes your routine work "special"?*

*"My evolution has been 'preserving' by using the Sicilian wheat, which is challenging, inconsistent, never the same, yet packed with flavour. **From my father, I learned the pleasure of experimenting.** He was the first baker to make artisanal panettone in Trapani, and **today, we make artisanal Easter doves** – which very few people make. And it's hard to miss the level of craftsmanship on display when you look at them because Easter doves, like panettone, are all different, made with high-quality ingredients: dairy butter, egg yolks from free-range hens, a lengthy making process, and moisture control. In a small kitchen laboratory, it's not that easy.*

*It takes three days to make the Easter dove, **12 hours of rest and continuous monitoring** of each step. I did a thousand tests even on candied fruit, and then I chose oranges strictly coming from Sicily, but I candied them French style to keep them soft and tasty when cooked."*

*In the eclectic universe of artisanal food, we often talk about ancient wheat varieties. What's your take on it?*

*"Well," she smiles openly, "in my professional journey, I've opted for a specific route, and I think that Sicilian durum wheat is a significant challenge indeed. I just do what I do best, and my experimentation is still ongoing. Leavening and hydration combine scientific and environmental factors: is the sirocco blowing? Is it hot? Is it raining? **Each condition is interconnected with others, and each combination produces different results. I've found preparation times and methods that make my bread easily digestible, even for those who usually struggle to consume it.** The long leavening process and high hydration preserve it better and make it lighter. My bread neither makes you feel bloated nor thirsty, and it's tasty. My father used to eat a bite of bread before going to bed, even after a sumptuous dinner. He said, "It soothes my sour stomach", in his words... Well, I don't go so far as to recommend bread to help with digestion, but that doesn't mean that my father was wrong."*

# Biologico: come, cosa e perché

**Una mela al giorno toglieva il medico di turno,** quando la mela era ancora quel concentrato bilanciato di vitamine, proteine, carboidrati e zuccheri utile a restituire energia al corpo. Avevo dei problemi con questo detto alla veneranda età di circa cinque anni, e con un papà medico: faticavo a capire e soprattutto non volevo davvero togliermelo di torno. Più grande ho più o meno compreso il senso, ma ho mantenuto ampi dubbi sulle proprietà curative della mela.

Avrei scoperto che c'è stato un tempo diverso, in cui gli integratori non erano così diffusi né così tanti, in cui le nonne snocciolavano terapie anti-influenzali a base di brodo di pollo, cure per la gola con miele fresco, limoni per qualunque genere di ferita.

**Cosa è successo poi?**

## ORGANIC FARMING: HOW, WHAT AND WHY

*It is often said that an apple a day keeps the doctor away. However, it sounded true when apples were still a well balanced source of vitamins, proteins, carbohydrates, and sugars, helpful in replenishing the body's energy levels. At the ripe old age of around five, I found this idiom somewhat confusing because, being my dad a doctor, I couldn't figure out why I had to get rid of him. In fact, I didn't want to, indeed.*

*As I grew older, I somehow understood the point, but I still had huge reservations about the healing properties of this fruit.*

*It wasn't until later that I learned that supplements were not so widespread, nor were there many, when our grandmothers rattled off chicken-broth-based remedies for flu, fresh honey for sore throat, and lemon treatments for any injury. I wonder what happened then.*

**Ecco tre ragioni (più una) per abbracciare il biologico:**

### 1 - Non ci sono più le mezze stagioni

Non ci sono proprio, ce le siamo perse eppure ci piacevano, insomma l'inverno serve ad aspettare l'estate, a godersi cioccolate calde sotto un plaid, magari a sciare. La primavera a starnutire e ricominciare, a godersi i mandorli e il profumo. L'estate, per il mare e le fragole mature. L'autunno per lo scrocchiare delle foglie sotto i piedi, il ritorno a scuola e le caldarroste. Dunque diciamo così: il biologico, tra l'altro, ha a che fare con il sapore delle stagioni, con i territori, con i profumi.

### 2 - Salvare capra e cavoli

Il biologico protegge la vita delle colture ed anche quella degli allevamenti, impedendo l'uso di OGM (Organismi geneticamente modificati), quello di ormoni, antibiotici, di mangimi sintetici, ed impone allevamenti all'aperto. Non è la panacea di tutti i mali, ma un passo verso un sistema più rispettoso e sano che guarda al sistema e al suo equilibrio. Far bene alla terra, fa bene agli animali e viceversa.

**Here are four reasons to embrace organic farming**

### 1 - There are no more in-between seasons

*There are no longer any in-between seasons. They seem to have slipped through our fingers, yet we used to enjoy them. In short, winter gives way to summer while we indulge in skiing or enjoy hot chocolates under a tartan blanket. In spring, we sneeze and start anew, and our senses relish the almond trees and their scent. Summer takes us to the sea and brings ripe strawberries. Autumn is when we can hear the crunching sound of the leaves under our feet, go back to school, and eat roasted chestnuts. So, let's put it this way: organic farming, among other things, involves the taste of the seasons, the land, and the aromas.*

### 2 - Taking care of nature and animals

*Organic farming protects the lives of crops and livestock farms by preventing the use of GMOs (Genetically Modified Organisms), hormones, antibiotics, and synthetic feed and mandating free-range breeding. It is not the panacea for all of our ills but a step towards a more respectful and healthy system that considers the system and its balance. Doing good for the earth is mutually healthy for animals.*





**3 - Quando c'è la salute (una mela al giorno)**

Una volta si diceva “sano come un pesce” perché si riteneva che i pesci fossero immuni a qualunque malattia (anche se non era vero). Poi si è ammalato il mare, si sono ammalati i pesci ed anche noi siamo diventati piuttosto gracilini. Proteggere e nutrire il sistema e il suo equilibrio, crea nutrimento sano anche per noi e contribuisce al nostro stesso benessere.

**4 - Quant'è buono il formaggio con le pere!**

Ogni alimento contiene storie, sapore, tradizioni. Ogni luogo del mondo ha un cibo caratteristico, e questo dipende proprio dal fatto che ogni latitudine ha le sue regole, i suoi cicli, la sua aria, i suoi profumi. Va detto che esistono produzioni di grande qualità anche non biologiche, che non è necessario stravolgere le proprie abitudini e che c'è francamente molto, moltissimo di buono nell'aver superato alcuni ostacoli posti da madre natura, ma integrare prodotti biologici tra i consumi quotidiani è una scelta responsabile. Sta sempre tutto in un equilibrio, come in una buona ricetta.



**3 - An apple a day...**

It was once a common expression to describe someone as healthy as a roach fish because it was believed that fish were immune to any disease – although this belief turned out to be false. Then, the sea got sick, and so did the fish, and we became in poor health, too. Protecting and nurturing the system and its balance creates healthy nourishment for us and significantly impacts our overall well-being.

**4 - Food is the cornerstone of tradition**

Every place in the world has traditional, characteristic, and historical foods that contains stories, flavours, nutrients, and habits. It depends on the fact that every latitude and season has its rules, cycles, environments, and scents. It must be said that even non- organic productions can be top-notch quality, and that there's no need to alter one's habits. Frankly, overcoming some obstacles posed by Mother Nature has been an incredible achievement, but introducing organic products into daily consumption means adopting a responsible, healthy choice of taste. The key is always to strike a balance, just like when you make a good recipe.

# Arancine!

## The iconic Sicilian street food

Each Arancina is meticulously handcrafted ensuring every bite is bursting with flavor and texture. Try them all and discover your new favourites today!



**SPINACH**



**RAGÙ**



**BURRO**



**PISTACHIO**



**Regional Champion of Sicily** according to *Gambero Rosso's Street Food Guide 2021*

- Rice mix for perfect texture
- Top-notch ingredients
- Glutamate-free vegetable broth
- Whipped with only butter and grated Parmesan cheese

# L'avventura della cuoca di Clapham

DI PAOLA MARINO

**La cucina, si sa, non è uno spazio fisico - chimico casomai - ma un luogo dell'anima.**

Cucinare, mangiare, offrire del cibo sono gesti ancestrali e simboli che non finiscono mai di mutare nella forma restando intatti nella sostanza: la tavola e la cucina sono spazi intimi e insieme sociali, di convivio e appartenenza. La cucina è terapeutica in tutti i sensi, io, per esempio, trovo rilassante impastare. E chiunque mi conosca sa che se arrivo portando in dono tagliatelle fresche all'uovo, sto attraversando un momento difficile. Perché la cucina è anche un codice, una comunicazione, e chi cucina un alchimista.

## THE ADVENTURE OF THE CLAPHAM COOK

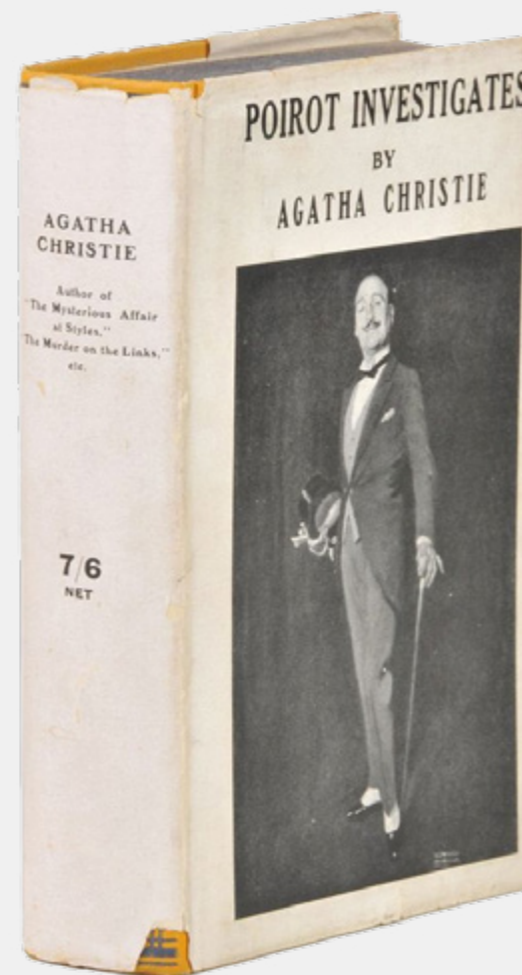
*"Do not forget how to cook. It is always useful to have something to fall back upon in case things go wrong."*  
Hercule Poirot

*As you know, the kitchen is not merely a physical space but a sanctuary for the spirit. It's a place where we cook, eat, and offer food - ancestral gestures and symbols that have evolved over time. Despite these changes, the substance of the kitchen and table remains unchanged.*

*These intimate yet social spaces foster a sense of togetherness and belonging. Cooking can be therapeutic in many ways. Personally, I find kneading dough quite relaxing. My friends, who know me well, can confirm that whenever I show up with homemade fresh egg tagliatelle pasta, usually it's because I'm going through a difficult time. Cooking is more than just a skill; it's a code, a nonverbal means of communication, and every cook is an alchemist.*

**"Cerchi di non dimenticare come si cucina. È sempre utile aver qualcosa a cui appigliarsi nel caso le faccende vadano male"**

Hercule Poirot



Sarà per questo che la signora Todd è sconvolta dalla sparizione della sua preziosa cuoca, Eliza Dunn, fino al punto di assoldare un riluttante Poirot per ritrovarla? Eliza ha lasciato la casa di Clapham da due giorni, le sue ultime parole sono state:

**"Se ci sono rimaste delle pesche al forno in sala da pranzo le mangeremo per cena"**

Cosa, questa, che lascerebbe presagire un sicuro e ordinario rientro a casa, non certo una fuga o un delitto. Fino a qui però, la ricetta non sembra interessare Poirot, che predilige casi ben più importanti a quella che sembra una banale questione di famiglia. Emerge però un secondo delitto, un misterioso baule, una ancor più misteriosa eredità e l'intervento di un bancario, inquieto anch'egli della dimora di Clapham...

Agatha Christie, maestra del giallo, come il suo Poirot e come Miss Marple, amava la cucina e non a caso, dunque, in molte opere l'arma del delitto è proprio un piatto: la torta al cioccolato in "Un delitto avrà luogo" o il fish butter (La parola alla difesa).

Per chi ama la cucina con delitto, Maurizio Gelatti ha raccolto le ricette dei due detective in "Il delitto è servito" edito da Il Leone Verde, che nella stessa collana ha pubblicato anche "I segreti della tavola di Montalbano" di Stefania Campo.

*Could Mrs. Todd's distress over her missing talented cook, Eliza Dunn, be the reason for her hiring Poirot to find her? Eliza left Clapham's house two days ago, and before leaving, she said, "If there are any stewed peaches left from the dining room, we'll have them for supper [...]".*

*This implies that her return home would be safe and uneventful, indicating neither an escape nor a crime. However, Poirot seems to show little interest in the matter, deeming it a trivial family affair and preferring to focus on more significant cases. And yet, another crime surfaces involving a mysterious trunk, an enigmatic inheritance, and the intervention of a banker who is also a tenant of Clapham's house.*

*Agatha Christie, a renowned author of detective stories, shared a love for cooking with her equally iconic characters, Hercule Poirot and Miss Marple. It's no coincidence that many of her works feature a murder weapon that is a dish, such as a chocolate cake in 'A Murder Is Announced' or a butterfish in 'Sad Cypress'!*

*For those who love to cook with a hint of mystery, Maurizio Gelatti has collected the recipes of these two detectives in 'Il delitto è servito' published by Il Leone Verde. This book is part of a series that also includes 'I segreti della tavola di Montalbano' by Stefania Campo.*

## Dire, fare, mangiare

**Mentre andate a ordinarli entrambi, provate la famosa ricetta delle pesche al forno: che tra l'altro è una ricetta piemontese:**

Lavate quattro pesche, asciugatele, dividetele a metà senza sbuciarle ed eliminate il nocciolo. Togliete un po' di polpa al centro, e raccoglietela in una ciotola.

Aggiungete tutta la polpa raccolta, lo zucchero, gli amaretti sbriciolati, i tuorli e il cacao. Mescolate e riempite con questo composto le mezze pesche dando al ripieno la forma di cupoletta.

Alla sommità di ognuna mettete un fiocchetto di burro. Imburrate una teglia, adagiatevi le pesche e cuocete in forno preriscaldato a 160°C per un'ora.

Servitele calde, siamo certi che non ne resteranno!

***While you're going to order both, try the famous recipe for baked peaches, which – by the way – is an Italian recipe from Piedmont:***

*Start by washing four peaches, drying them, and cutting them in half without peeling them. Remove the stone and a little of the pulp in the centre, and collect it in a bowl.*

*Combine the remaining peach pulp with sugar, crumbled amaretti biscuits, egg yolks and cocoa powder. Mix everything together and fill the halves of the peaches with this mixture, giving the filling the shape of a dome.*

*Then, put a flake of butter on the top of each one. Grease a baking tray, place the peaches on it, and bake them in a preheated oven at 320°F (160°C) for an hour.*

*Once ready, serve them hot and be prepared for them to disappear quickly!*



PREZZEMOLO  
& VITALE | YOUR  
ITALIAN  
GROCERY

COMING SOON

315 Lavender Hill  
London SW11 1QL, UK



prezzemoloevitale.co.uk



6 risorse utili  
per una dispensa  
pratica, buona, bio

6 Useful resources  
for a practical, healthy,  
organic pantry

**ZERO GLUTINE**  
Linea gluten-free

Manca il glutine, non il sapore!  
E nemmeno i nutrienti: una linea dedicata  
a chi preferisce la leggerezza e la digeribilità  
ma non rinuncia ai piaceri della tavola.

**ZERO GLUTINE**  
Gluten-free products

*It's gluten-free and still packed with flavour  
and nutrients. This line is dedicated to those  
who want to enjoy their meals without  
sacrificing health.*



**LYSA**  
Granola

Fiocchi d'Avena e frutta, per cominciare la giornata  
con un sano pieno di energia, bio, senza glutine  
nella versione frutti rossi, summer con mandorle,  
albicocche e cocco o golosissima al cioccolato,  
parti bene, arriva sano!

**LYSA**  
Granola

*These organic, gluten-free granolas fill you up  
with energy for the day ahead.  
They're available in three versions: Red Fruit,  
Summer with almonds, apricots, and coconut,  
or Classic with chocolate!*



**GIU' GIU'**  
Olive

Le olive Giù Giù sono rigorosamente siciliane,  
coltivate con amore e raccolte nel pieno della  
loro maturazione, perfette nelle tue ricette,  
ottime anche da sole per un aperitivo veloce  
e gustoso.

**GIU' GIU'**  
Sicilian olives

*Giù Giù Olives are grown with care in Sicily  
and harvested at peak ripeness. They're the  
perfect choice for your recipes or as a quick,  
delicious appetizer.*



# le Eccellenze di Prezzemolo & Vitale

## Linea Frutta & Frutta

Conservas di sola frutta 100%, selezionata, pulita, cotta, filtrata, e conservata in vetro con la sola aggiunta di zucchero di canna, zero conservanti, zero coloranti, solo bontà e sapore autentico. Da provare con i caprini!

### LE ECCELLENZE DI P&V Frutta & Frutta

*These fruit preserves are made with carefully selected, cleaned, and cooked fruit, filtered and preserved in glass jars with brown sugar as the only additive. No preservatives or dyes are used, resulting in authentic flavour and pure goodness. Pair it with goat cheese for a perfect marriage!*



### LE ECCELLENZE DI P&V Pasta integrale

Semola di grano duro integrale, essiccazione lenta, trafile al bronzo, lavorazione artigianale: una pasta consistente, gustosa e ricca a 360 gradi, sostenibile anche nel pack! Fa bene a te, fa bene al pianeta.

### LE ECCELLENZE DI P&V Whole wheat pasta

*This pasta, made from artisanal slow-dried, bronze-drawn whole durum wheat semolina, is robust, tasty, nutritious, and eco-friendly even in its packaging! It's beneficial for both you and the planet.*



### LE ECCELLENZE DI P&V Filetti di tonno

Selezione, inscatolamento e colmatatura, con olio extravergine di oliva, fatte a mano. La trasparenza del vetro mostra la consistenza del nostro tonno ma dovrete sentire il sapore! Leggero, nutriente, sano, compendio di ogni ricetta, ottimo anche da solo per un secondo light!

### LE ECCELLENZE DI P&V Tuna fillets

*This tuna is carefully crafted, handpicked, canned, and seasoned with extra virgin olive oil. Our see-through glass jar showcases the texture of our tuna, but it's best to taste it to truly appreciate it! It's a light, healthy, and nutritious dish that captures the essence of every recipe. Great as a light second course, too.*

# Barbecue & co

Redazione

Così come le stagioni anche i menù sono ciclici e si evolvono. Ed ecco che la cassata siciliana, sovrana di ogni tavola in festa, diventa troppo dolce [cit. Iginio Massari], la carbonara incontra i carciofi, il vitello tonnato si rigira e diventa tonno vitellato [cit. chef Cannavacciuolo].

## BARBECUE & CO

**Like seasons, menus are cyclical and constantly evolving.** So, the timeless Sicilian cassata cake, a staple on every festive table, can become "too sweet", according to pastry Chef Iginio Massari. The classic carbonara pasta can now be enhanced with artichokes, and a traditional dish like veal loin with tuna sauce has been reinvented as tuna with veal loin sauce by Chef Cannavacciuolo.



La cucina per quanto includa la chimica, ne elude allegramente la rigidità, rispecchia i tempi e il tempo più di ogni altra cosa e si adatta, fluida, a nuove necessità.

Esattamente come accade in ogni casa in cui i piatti si adattano a gusto ed esigenze delle persone, conosciamo tutti case in cui si cucina senza sale o senza glutine, per esempio. A tavola, insomma, comanda chi mangia, questione di gusto, esigenze, scelte.

**Tema del giorno: la carne non è più l'incontrastata regina del barbecue e condivide felicemente il suo spazio con verdure o preparati vegetariani che nulla hanno da invidiare né per gusto né per allegria.**

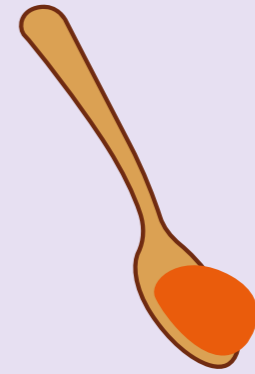
Patate al cartoccio, peperoni, melanzane, zucca, carciofi, ma anche spiedini o involtini di verdure e formaggio, i gustosissimi tomini o il primo sale, le squisite pannocchie e poi pane e polenta ma anche l'ananas che sulla griglia è succulento, fino a squisiti preparati plant based che si dimostrano anche praticissimi. La griglia è come la frittura: fa tutto più buono!

*Although it implies chemistry, the kitchen adapts fluidly to new needs and reflects the times more than anything else, eluding rigidity cheerfully.*

*Just as it happens in any household, dishes are often tailored to meet the preferences and requirements of those consuming them. For example, some people avoid adding salt to their preparations or require gluten-free options. Ultimately, the person who is eating gets to decide what they want to consume. It all comes down to personal taste, dietary needs, and individual choices.*

**The theme of the day is that meat is no longer the only star of barbecues and happily shares its space with vegetables or vegetarian preparations that are just as tasty and cheerful.**

*Some delicious foods to grill are jacket potatoes, peppers, eggplants, pumpkins, artichokes, vegetable and cheese skewers and rolls, tomino or primo sale cheese, corn on the cob, bread and polenta, and succulent pineapples. And let's not forget plant-based options that are both delicious and practical. Grilling, much like frying, can enhance the taste of any food!*



Per alcuni il vero segreto delle grigliate è nelle salse e anche in quello, le tradizionali - senape, bernese, aioli, maionese, salsa barbecue, tartara, ketchup - vivono una stagione brillantemente nuova che vede salse arricchite di aromi e spezie che possiamo preparare anche in casa e che sono una risorsa fantastica grazie alla loro saporita versatilità. Facilissime da preparare e veloci, si prestano a condire cibi cotti ma anche insalate, crostini, crackers e persino biscotti in un mix dolce salato.

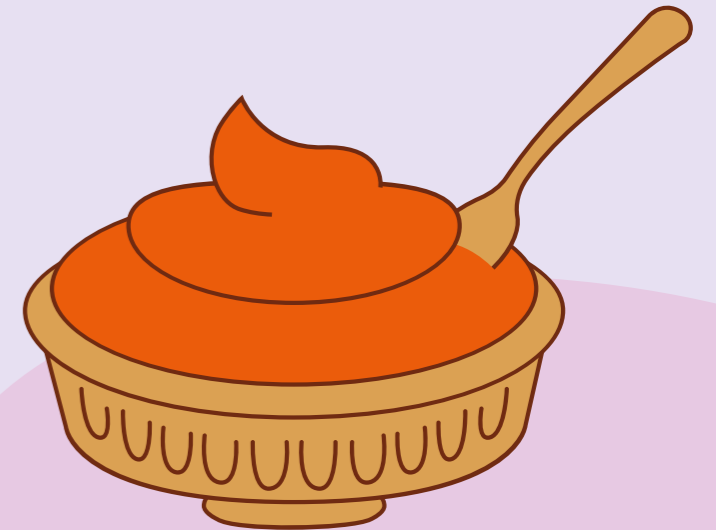
*For some people, the real secret to grilling lies in the sauces. Traditional sauces such as mustard, béarnaise, aioli, mayonnaise, barbecue sauce, tartar, and ketchup are experiencing a new season, enriched with aromas and spices that can be easily prepared at home. These sauces are a fantastic resource due to their versatility and can be used to season cooked foods, salads, croutons, crackers, and even sweet or savoury biscuits. They are easy to prepare quickly at home and perfect for adding flavour to various dishes.*

**La più veloce:** pomodorini, basilico, prezzemolo e origano (e aglio o erba cipollina), tutto nel mixer. Per chi vuole leggerezza e ama le salse molto cremose: yogurt e limone sono una base da condire con spezie ed erbe a piacimento, da usare anche per marinature veloci. Provare per credere: yogurt, limone e menta, yogurt limone e aglio, cardamomo, curcuma, zenzero, origano, divertitevi a provare! Il segreto è uno yogurt fresco e appena un po' cremoso, un mixer - ma si possono fare anche a mano, in un attimo - e poi fantasia.

*If you want a lightning-fast recipe, blend cherry tomatoes, basil, parsley, and oregano (and garlic or chives). If you prefer light and creamy sauces, yogurt and lemon can be used as a base and seasoned with spices and herbs of your choice. This mixture can also be used as a quick marinade. You'll have to try it to believe how easy and delicious it is! Try out different versions such as yogurt with lemon and mint, yogurt with lemon and garlic, cardamom, turmeric, ginger, and oregano - have fun trying them all! The secret lies in using fresh and slightly creamy yogurt and a mixer, but you can also make them by hand in the blink of an eye. For the rest, you only need to unleash your creativity.*

La verità è ancora più trasversale di così: il vero segreto della grigliata è un sole mite, uno spazio aperto, la compagnia. E se sembra scontato beh, allora siete fortunati!

*The truth is even simpler than that. The secret to a perfect barbecue is a mild sun, an open space, and friends. And if that sounds obvious to you, well, you're in luck!*



## Selezione Italia

DI STEVE &amp; NADIA



**Planeta Allemanda**  
Noto D.O.C.  
100% Moscato Bianco

Aromatico, complesso e floreale, **tutti i profumi campestri dell'estate siciliana** per un vino che incanta l'olfatto e stupisce al sorso.



**Cantine Pellegrino Gazerotta**  
Malbec IGT

**Un'uva cosmopolita**, una cantina dalla storia antica. Da questo connubio nasce un rosso dalla struttura importante che non rinuncia mai alla **freschezza**, e che restituisce una **visione territoriale di un'uva che non era mai stata vinificata in Sicilia**. Un vino fresco, armonico e vibrante. Di grande personalità.



**Tormaresca Locone**  
Castel del Monte DOC  
100% Cabernet Sauvignon

Corposo, mediterraneo, appagante, il Locone di Tormaresca è un cabernet sauvignon che **profuma di mediterraneo**, e al palato regala la morbidezza e la persistenza dei **rossi del sud**, nati per potere evolvere magnificamente nel tempo.



**Cantina Terribile Carattere Terribile**  
Salento IGP  
Primitivo / Negroamaro

A dispetto del nome, un vino di rara piacevolezza e capacità di appagare. **Un blend di primitivo e negroamaro**, in cui struttura e dinamicità convivono grazie alla **freschezza** e alla **piacevole acidità**. La potenza elegante della Puglia e dei suoi vitigni autoctoni più famosi per un vino con una voce unica.



**Zago**  
*Prosecco sui lieviti*

Prosecco come si faceva una volta, con **rifermentazione naturale in bottiglia**. **Un prosecco sui generis**, che ritorna alle tradizioni di una terra in cui il vino è di casa da sempre: Valdobbiadene. Un'espressione di glera, più viva, naturale, fresca e libera, da provare **per scoprire il lato più territoriale del prosecco**.



**Farfalla**  
*Extra Brut rosé*

Un metodo classico da Pinot nero destinato a stupire, **una cantina che ha fatto grande un territorio tra i più vocati a livello italiano**: l'Oltrepò pavese. **Una bolla elegante** di grande intensità per tutti gli amanti del pinot nero e della sua magia.



**Umani Ronchi**  
*Vellodoro*  
*Terre di Chieti pecorino IGT*  
*100% pecorino*

Umani Ronchi's pure Pecorino wine, made from a great native Abruzzo grape cultivar, is known for its fresh and floral taste. It has a vibrant and pleasant flavour on the palate and goes well with vegetable dishes and fusion cuisine. **This wine is the perfect choice for those looking to explore the Abruzzo region, reckoned as one of the most exciting Italian wine regions.**

## London selection

DI STEVE & NADIA



**René Muré**  
*Calcaires Jaunes*  
*Riesling*

All the sophisticated freshness of an Alsatian Riesling. A harmonious and well-balanced white wine with a persistent and refreshing finish. It perfectly pairs with raw fish.



**Serena 1881**  
Prosecco DOC rosé  
Brut

This Prosecco rosé is a sparkling and refreshing drink that can be enjoyed as an aperitif thanks to its delicate, elegant perlage and easy-to-drink nature. **It is suitable for any occasion and can be savoured throughout the meal, especially when paired with sushi and sashimi.**



**Famiglia Cotarella**  
Sodale  
Lazio IGP

It is an innovative cru wine, one of the flagship products of a highly regarded Italian winery, the Cotarella family. This Merlot wine results from long ageing in wood, contributing to its remarkable and intense aroma and full-bodied taste, typical of world-class wines. **This excellent single- variety Merlot wine is the perfect choice for your special occasions.**



**Mezzacorona**  
Rotari Cuvée 28 Brut  
Metodo classico  
Trentodoc

This well-balanced, round, fragrant Prosecco wine is a simple and light bubbly wine to enjoy in convivial moments. It is made from Glera grapes using the Charmat method, resulting in a refined, elegant perlage. Mezzacorona's Rotari cuvée is the ideal choice for those who love the lighthearted joy of Prosecco. **Toast the beautiful things in your life with this Italian sparkling wine you must experience.**



**Librandi**  
Segno Librandi  
Cirò DOC rosso classico

**Librandi is one of the most symbolic Calabrian wineries.** Cirò Rosso Segno is made from the Gaglioppo cultivar, which stands out among the regional red grapes. This authentic and interesting single-variety wine boasts lively and crunchy red fruit notes on the nose. On the palate, it delivers elegance and harmony, along with excellent persistence.



Al mare  
ma in centro

RETROBOTTEGA PORTO

Vieni a trovarci!

**RETROBOTTEGA**

*di Prezzemolo & Vitale*

Via Filippo Patti, 30  
90133 Palermo PA

+39 327 138 9758



# involtini s-carola

## INGREDIENTI PER 12 INVOLTINI

Petto di pollo modicano 12 fette  
 Cipolla bianca 100gr  
 Scarola/indivia cotta 250gr  
 Olive taggiasche denocciate 80gr  
 Pangrattato di grano duro siciliano 80gr  
 Grana Padano grattugiato 40gr  
 Tuma 120gr  
 Sale q.b.  
 Pepe nero q.b.  
 Origano a.s.\*  
 Timo a.s.  
 \*a.s. = a sentimento

## INGREDIENTS

YIELD: 12 CHICKEN BREAST ROLLS

Sliced Modica boneless chicken breast (12)  
 White onion 3.5oz (100g)  
 Cooked escarole/endive 8.8 oz (250g)  
 Pitted Taggiasca olives 2.8oz (80g)  
 Sicilian durum wheat breadcrumbs 2.8 (80g)  
 Grated Grana Padano cheese 1.4oz (40g)  
 Tuma cheese 4.2oz (120g)  
 Salt to taste  
 Black pepper to taste  
 Oregano to your liking  
 Thyme to your liking



seguici su instagram  
 e scopri la videoricetta

@prezzemoloevitale @carolas\_23

## PROCEDIMENTO

Quando si tratta di involtini, parto sempre dal ripieno. Metto sul fuoco una pentola riempita con acqua. Non appena l'acqua raggiunge il bollore, faccio cuocere la scarola (precedentemente lavata con cura) per circa 3 minuti, poi la trasferisco in una ciotola con acqua e ghiaccio per bloccare la cottura e a mantenere un colore più brillante.

Nel frattempo taglio la cipolla a brunoise e la faccio soffriggere in una padella con abbondante **Ogghiu Bonu**. Aggiungo poi qualche fogliolina di origano e di timo fresco per rendere ancora più profumato il ripieno. **Erbe aromatiche** ed agrumi sono quelle cose che nella mia cucina non possono **MAI** mancare!

Una spolverata di pepe nero per dare quello sprint in più. Io utilizzo quello **Ubena**. Non appena la cipolla inizia a dorare, aggiungo le **olive taggiasche** denocciate in padella; tolgo la scarola dalla ciotola con l'acqua e il ghiaccio e, dopo averla strizzata bene per eliminare tutta l'acqua in eccesso, la aggiungo in padella.



*I always start with the filling when it comes to rolls. I put a pot full of water on the heat. As soon as the water comes to a boil, I cook the **escarole** (after washing it thoroughly) for about 3 minutes, then transfer it to a bowl full of water and ice. Doing so allows me to stop the cooking process and preserve the bright green colour of the vegetables.*

*In the meantime, I brunoise the onion – don't worry about being too accurate during these first steps because the filling will be blended later – and sauté it in a frying pan with plenty of **Ogghiu Bonu** olive oil. Then, I add a few **oregano** leaves and fresh **thyme** to make the filling even more fragrant. Aromatic herbs and citrus fruits are a **STAPLE** in my kitchen.*

*A sprinkling of **black pepper** gives that extra flavorful twist. I use **Ubena** pepper. As soon as the onion starts to brown, I add the pitted **Taggiasche olives**. Then, I remove the escarole from the bowl with water and ice and squeeze it well to eliminate all the excess water. I add it to the frying pan together with the **breadcrumbs** and stir everything well.*

Subito dopo aggiungo anche il **pangrattato** di grano duro e mescolo bene il tutto. Il ripieno è quasi pronto, prima di ultimarlo lasciamolo raffreddarsi. Taglio la **tuma** in pezzettini piccolini. Vi consiglio di prendere un po' di tuma in più perché non si sa mai doveste fare come me un **controllo qualità** 😊



Una volta freddo, trasferisco il ripieno all'interno di un mixer e lo frullo così da ottenere un composto più facile da modellare. Completo poi il tutto aggiungendo quindi la tuma e il grana padano grattugiato.



Siamo giunti alla mia parte preferita: la **chiusura** degli involtini. Prendo una fetta di petto di pollo modicano battuta super sottile e la adagio sul tagliere. Preparo una pallina di circa 20/25gr con il ripieno e la posiziono vicino l'estremità della fetta. Sollevo prima le parti laterali e poi arrotolo l'involto su se stesso, ottenendo in questo modo un cilindro.



Per quanto riguarda la cottura, li ho provati non in una ma in tre versioni:

- in **padella** con una noce di burro;
- in **forno** a 200°C per circa 20 min.;
- in **friggitrice ad aria** a 180°C per 12 min.

Sì, tutti metodi ottimi...il problema è che non saprei dirvi il mio preferito perché sono **DAVVERO** tutti ottimi. Forse perché sono molto buoni questi involtini.

**Troppo buoni. Super buoni. Insomma.... So' boni!**

*The filling is almost ready, but before finishing it, I leave it to cool completely. In the meantime, I chop up the tuma cheese. I recommend you buy a little more tuma cheese than required, supposing you want to do quality control like I always do ;)*

*Once cold, I transfer the filling into a cutter or mixer and blend it to obtain a more easily mouldable mixture. I then complete everything by adding the tuma and grated Grana Padano cheese. Now, we've reached my favourite step: sealing the rolls.*

*I take a slice of Modica chicken breast, flatten it thinly and place it on the cutting board. I prepare a ball of mixture of about 0.7/0.8oz (20/25g) and lay it on top close to the edge of the slice of chicken. I first lift the sides and then roll them up tightly to seal in the mixture, obtaining a cylinder.*



*To make them even more delicious, I dipped them in breadcrumbs before moistening them with extra virgin olive oil. I then composed my roll stick by inserting three chicken rolls alternating with a wedge of red onion. As for the cooking, I 'sacrificed' myself for you and tried three versions rather than only one:*

- in a frying pan with a knob of butter
- in the oven at 392°F (200°C) for about twenty minutes
- in an air fryer at 356°F (180°C) for 12 minutes

*And yes, all three are excellent cooking methods. The problem is that I can't tell you which is my favourite because they are REALLY good. Could it be that these chicken rolls are delicious? Too delicious. Super delicious. In short, **scrumptious**.*

**Che poi io di me mi fiderei, ma voi nel dubbio provateli.**

**LI TROVATE IN TUTTI I PUNTI VENDITA**

# Enogastrologia

L'OROSCOPO DI MAP

Periodo intenso e saporito, condito da **ben due eclissi**: di luna in Bilancia a fine marzo che ci aiuterà a fare detox nella vita e nel cervello, perfetta prima dell'eclissi solare di aprile in Ariete, riflessiva e strategica, con nuove domande.

**Quale ricetta non hai mai provato?**

**Che ingredienti servono per realizzarla?**

Two significant events will occur in the upcoming months. At the end of March, a lunar eclipse in Libra will assist us in decluttering our lives and clearing our minds. This eclipse pairs perfectly with April's solar eclipse in Aries, promising new questions and a chance for reflection and strategy.

**What recipe have you never tried before?**

**What are the ingredients required to make it?**

Alert: nessun segno è stato maltrattato per questa rubrica enogastrologica, le poche informazioni tecniche sono frutto di consulenze con astrologi, il compendio gastronomico è puro gusto ironico e competenza alimentare frullati a mano e lievitati naturalmente. Sale a piacere!

Nb: no zodiac sign has been mistreated for this food and wine column. The small amount of technical information is the result of consultations with astrologers. The gastronomic compendium is pure ironic taste and food expertise blended by hand and naturally leavened. Salt to taste!



## ARIETE ARIES

21.03 - 19.04

Procedi a passi da gigante verso un aprile di lavoro, incontri e spese, approfitta di una forma smagliante ma cerca di non esagerare! Goditi il momento, celebra i successi a champagne, tanto hai Giove che protegge il portafogli!

*You're making great strides towards a productive April filled with work, meetings and expenses. Take advantage of your being in great shape, but try not to overdo it! Take the time to enjoy your accomplishments and celebrate with a bottle of champagne. Remember that Jupiter is always there to protect your wallet!*



## TORO TAURUS

20.04 - 20.05

Vorrei suggerirti di evitare ma tanto già sappiamo che ti infiammi e quasi ci godi, democraticamente eh: lavoro, amore, pure in palestra ti circondi di conflitti e il cielo te li porta in dono tutti. Ad aprile torna il sole, per fortuna, mettili in gioco, per le infiammazioni dieta di fagiolini e vini rossi.

*I want to remind you to try to avoid getting into arguments, but you cannot help but engage in them and even enjoy them to some extent. Whether at work, in relationships, or even at the gym, you seem to attract conflicts like a gift from heaven. Fortunately, the sun returns in April. Get involved! And eat a green-bean-and-red-wine-based diet for inflammation.*



## GEMELLI GEMINI

21.05 - 20.06

Pronto a esplodere come un old school cork maltenuto dalla gabbietta, risolvi vecchie ruggini magari annaffiale a Jefferson, per esempio ché l'eucalipto decongestiona e il rosmarino è alleato di Venere, vai a cena, non in palestra che Marte non vuole

*You're ready to pop off like an old-school cork not properly fastened by a muselet. Solve longstanding disagreements by drinking Jefferson bitters, for example, because eucalyptus herbs decongest your body and rosemary is allied with Venus. Go to dinner rather than the gym because Mars doesn't want it.*



## CANCRO CANCER

21.06 - 22.07

Sorridi, il cielo è bello e comanda vittoria. Anche il tuo cuore sempre in bilico si rasserena e sei più figo che mai. Alert: gli equilibri fragili rischiano di franare, fino a fine aprile evita questioni spinose. Luppolo per l'ansia, magari in forma liquida

*Smile. The sky is beautiful and heralds triumph. Even your restless heart is calming down, and you never looked so gorgeous. Heads up: fragile balances risk collapsing, so be cautious regarding sensitive issues until April ends. To alleviate anxiety, take some hops, perhaps in drops.*



## LEONE LEO

23.07 - 23.08

Tensioni forti da sciogliere a bagnomaria in attesa di giugno. Solo il cuore non è stanco, anzi vive rivoluzioni positive e anche un po' hot, avrai bisogno di energia, omelette e Pinot nero, per il resveratolo e il rinnovamento cellulare, Kaltern per gli amanti della cannella, Cloudy Bay per il profumo di rose.

*While waiting for June to arrive, relieve strong tensions in a bain-marie. Only your heart is not tired. It's definitely experiencing positive, even slightly sensual changes. Your body will need energy to keep up. Eat some omelettes and drink Pinot Noir to supplement resveratrol and renew your cells; cinnamon lovers will enjoy a Kaltern wine, while a Cloudy Bay white wine if you like the scent of roses.*



## VERGINE VIRGO

24.08 - 22.09

Marte antipatico e Venere perplessa: muoviti lentamente come una crema gialla in cottura, se no impazzisci. Aprile sarà più clemente, bando alla timidezza, ginepro per il mal di pancia, elicriso per dar voce (anche al cuore): Ginepraio, per esempio li ha entrambi.

*Mars is difficult to deal with, while Venus is confused. Move slowly, like custard cream when cooked, or you'll lose your mind. April will be more merciful. Quit shyness. For stomach discomfort, consume Juniper berries and helichrysum to give voice (even to your heart). Ginepraio dry gin, for example, contains both ingredients.*



## BILANCIA LIBRA

23.09 - 22.10

Aprile parte bene ma atterra disagiato, semina e attendi cercando di placare i nervi. Cuore polemico, spese in aumento pesi di cui liberarsi, chimelohafattofare è il mantra, attendere, prego (maggio migliora, promesso!). Cotture lunghe, vino di corpo, un Ripasso magari, ché la Corvina con il brasato è goduria.

*April has started off well but will land badly. Sow and wait patiently, trying to calm your nerves. An argumentative heart and increasing expenses are a burden to get rid of. Who-made-me-do-it-? is your mantra, but wait, please! (May will be better, I promise!). Your treatment is prolonged cooking and full-bodied wine, perhaps a Ripasso wine, because Corvina with braised meat is delightful.*



## SCORPIONE SCORPIO

23.10 - 21.11

Respira, recupera, guardia alta e pronto a risalire la china ma niente azzardi, la cottura delle ostriche lasciamola agli chef. I ritorni di fiamma bruciano, non finire flambé, rifletti e lascia che spari aprile provocatorio, prova yoga, trx, crossfit semmai e dieta proteica, dopo cena Daiquiri ché il rum è sempre una buona idea.

*Breathe, recover, and stay alert. Be ready to bounce back, but don't take risks. Let only chefs handle the cooking of oysters. Rekindling old flames might burn you; don't end up flambéing. Reflect and let provocative April pass. Consider practising yoga, TRX, or CrossFit, and start following a protein-rich diet. And enjoy a Daiquiri after dinner because rum is always a good idea.*



## SAGITTARIO SAGITTARIUS

22.11 - 21.12

Ti vedo incerto tra fantasia e bisogno di sicurezza, tra classico e rosé, tra Champagne e Crémant, sii strategico, osa responsabilmente. Amori allegri, cotte folli e passioni d'aprile sane come pesci. Gambe pesanti e mali di testa chiamano pasti detossinanti, fermentati, Willm, per esempio, che c'è sia classico sia rosé

*I can see you are struggling between your imagination and your need for stability, between the classic and the rosé, and between champagne and crémant. Be strategic and take risks responsibly. Happy loves, crazy crushes and April's passions are as sound as a roach. Heavy legs and headaches call for detoxifying, fermented meals: a Willm wine, for example, which is both classic and rosé.*



## CAPRICORNO CAPRICORN

22.12 - 19.01

Cielo bellissimo e giove amico (spoiler: fino a Maggio!) approfittane per gli affari ma attento alle spese! Marzo più sexy di aprile ma rischioso. Mercurio preferisce che ti risparmi a lavoro, schiena dritta e organizzazione! In cantina cose goduriose: Etna Rossi, Traminer profumati, bollicine.

*There is a gorgeous sky and a friendly Jupiter (spoiler alert: until May!). Take advantage of it for your business, but watch out for expenses! March is sexier than April but risky. Mercury prefers you to save energy at work: keep your straight back and be well-organized! Delicious things are in the cellar: Etna red wines, fragrant Traminer white wines, and bubble wines.*



## ACQUARIO AQUARIUS

20.01 - 19.02

Si lo so che fremi per cambiare: lavoro, modo di lavoro, posizione. Sii paziente, aprile è interessante: preparati! Venere e Marte litigano con Giove e sei tutto dolori, trova una cura stimolante, passeggiate, posti nuovi, organizza weekend per dedicarti tempo, per te e in coppia. Una cena per due in un posto speciale aiuta.

*Yes, I know you're eager to change your job, way of working, and position. Be patient. April will be interesting, so get ready! Venus and Mars argue with Jupiter, and you're all sore. Find a stimulating treatment, go for walks, explore new places, and organize weekends to dedicate time to yourself and your partner. A dinner for two at a special place will help.*



## PESCI PISCES

20.02 - 20.03

Chiamate, rinnovamenti proposte, Giove a favore non è per sempre: approfittane! Anche in amore hai l'ultima parola, l'umore tiene, il fisico pure, è il momento di affrontare questioni sospese e dire la tua su primo, secondo, dolce e convitati! Dolorini di gambe e piedi da curare a frutta fresca e succhi naturali.

*Calls, offers, and renewals. Jupiter won't be in your favour forever: use its influence while you can! Even in love, you'll have the upper hand. Your mood will remain stable, and so will your body. It's time to address unresolved matters and have your say on the main course, second course, dessert, and guests! Your legs and feet hurt. Treat them with fresh fruit and natural juices.*

## CONTATTI / CONTACTS

### PUNTI VENDITA PALERMO

#### VIA NOTO, 10

091 721 92 21 / 324 56 49 339

#### VIA P.PE DI VILLAFRANCA, 20B

091 612 38 37 / 333 27 27 726

#### VIA SCIUTI, 138

091 30 40 94 / 331 65 71 292

#### VIA G. DI MARZO, 39

091 782 81 92 / 342 38 02 606

#### VIA AQUILEIA, 80

091 22 75 59 / 337 15 50 175

#### VIA LULLI, 5/7/9

091 681 74 80 / 339 69 34 422

#### VIA DI STEFANO, 20/22

091 33 32 10 / 366 66 00 266

#### VIA TORRE DI MONDELLO, 2 A/B

091 33 32 10 / 366 66 00 266

### MOLO TRAPEZOIDALE (MARINA YACHTING)

#### VIA FILIPPO PATTI, 30

327 138 9758

### LONDON STORES

#### WIMBLEDON VILLAGE

4-5 HIGH ST, LONDON SW19 5DX

#### CHELSEA

388 KING'S RD, LONDON SW3 5UZ

#### NOTTINGH HILL

87 WESTBOURNE GROVE, LONDON W2 4UL

#### BOROUGH

180 BOROUGH HIGH ST, LONDON SE1 1LB

# PREZZEMOLO & VITALE



---

## RETROBOTTEGA

---

di Prezzemolo & Vitale

Molo Trapezoidale - Marina Yachting Palermo

AL MARE MA IN CENTRO  
COME CASA, MA MEGLIO  
**RETROBOTTEGA AL MOLO**  
vieni a trovarci!

Prenota al 327 138 9758

