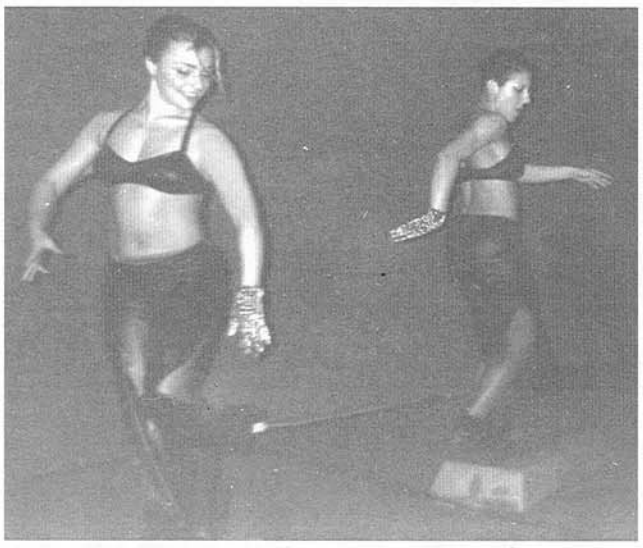
Nuoto, l'Olimpic Club Villaricca "sbanca" al Trofeo del Golfo

E' inarrestabile la marcia dell' Olimpic Club Nuoto che, con i suoi giovani talenti, guidati dai tecnici Luciana Vecchione, Alfredo Mangione e Giuliano Bernardo, da un pò di tempo fa incetta di vittorie nelle varie manifestazioni regionali.
In questa stagione i primi risultati arrivano nel corso della 5ª giornata del "Trofeo del Golfo", svoltasi il 27 febbraio scorso. Nella categoria esordienti "B" (ragazzi con età tra 10 e 11 anni), primo, secondo e terzo posto nei 500 metri stile libero m. con selis, Russo e Pezzullo. Podio targato Olimpic anche nei 200 misti con Testa, Colucci e Diana che occupano le prime tre posizioni. Ed ancora Russo e Diana di nuovo sul podio nei 500 rana, così come Selis, secondo nei 500 farfalla. Nei 500 dorso, tanto per cambiare, vittoria bis per Testa che, poi, dà il suo apporto anche al trionfo della staffetta maschile 4 x 50 mista. Sempre in tema di staffetta mista, la squadra femminile è seconda nei 4 x 50 con Catalano, Ferrillo, Picone e Marano. Nel campionato esordienti "A" (ragazzi con età tra gli 11 e 13 anni), di grosso rilievo le vittorie nei 100 metri stile libero di Gianluca Maiello ed Angie Iorio; nei 200 dorso primo Vincenzo Di Marino e terza Angie Iorio. Affermazioni personali anche per Pasquale Bombace, primo nei 200 farfalla, nei 100 rana e nei 400 misti. Podi anche per Gianluca Maiello, 2° nei 200 stile e 400 misti. Nella 4 x 100 è prima la staffetta maschile con Liccardo, Di Marino, Maiello e Bombace. Nella 4 x 100 femminile, ma stavolta il 5 marzo, "solo" seconde la Soraniello, la Cavallo, la Della Corte e la Iorio nella 4 x 100. Nel 7° turno del Trofeo del Golfo disputato il 19 marzo a Villaricca, ancora grosse soddisfazioni per l'Olimpic Club Napoli Nord. Primo posto nei 200 misti e secondo nei 100 farfalla per Pasquale Bombace nella categoria esordienti "A". Ancora secondo, stavolta nei 200 misti e nei 400 stile libero, Gianluca Maiello. Per Di Marino e Orlando, rispettivamente un 2° e 3° posto nei 100 dorso. Nella 4 x 100 mista primo è il team composto da Di Marino, Bombace, Maiello e Ciccarelli, mentre solo terza si classifica la staffetta delle pari età.
Infine, ai campionati italiani invernali, l'Olimpic Club di Villaricca si è presentata con un quintetto composto da Raffaele Palma, Alessio Adamo, Pasquale Bombace, Raffaella Severino e Ketty Mercogliano. I cinque nuotatori, nelle gare svoltesi ad Imperia dal 10 al 15 marzo scorso, hanno dovuto affrontare avversari di calibro superiore, riuscendo però a migliorare i propri tempi di gara.

FRANCESCO FERRARA

Mary e Poppy, professioniste dello step

Mary e Poppy, la bionda e la mora, ovvero l'immagine sana della periferia, quella che per anni si allena a ritmo di step nel chiuso di una palestra e "esporta" il suo marchio di fabbrica nei disco-pub più frequentati di Napoli e provincia. Le due ragazze, poco più che ventenni, la prima originaria di Casoria, la seconda di Secondigliano, solo ora stanno trovando la via della loro valorizzazione professionale e artistica attraverso alcune esibizioni, della durata media di 3 minuti ciascuna, organizzate la domenica sera dal gruppo dirigente della palestra Enterprise di Melito in collaborazione con i gestori di locali quali l'Old King di Quarto, la "Fortezza" di Varcaturo e il "Dry Dock" di Fuorigrotta. "Mary e Poppy - spiegano Leonardo Di Pasquale e Gianni Ruggiero, titolari della Enterprise- sono due prodotti di casa nostra, ragazze che ogni giorno trascorrono ore ed ore in palestra, e nel ruolo di istruttrici dei corsi di aerobica e in quello di ballerine". Nelle loro embizioni colpisce certamente l'alta dose di sincronismo che fa da sfondo alle varie performance, accompagnate sempre da brani musicali in lingua inglese. Ma non è tutto. Nelle loro "trasferte" Mary e Poppy non sono mai sole. C'è sempre un gruppo di palestranti al loro seguito. Ciò fa si che la Enterprise sia un luogo di sport e di aggregazione sociale, sia dentro che fuori la struttura. Insomma, "merce" piuttosto rara in circolazione.



Mary a sinistra) e Poppy (a destra) durante una recentissima esibizione all'Old King di Quarto

TENNIS

Alessandro Del Forno, testa di serie numero 2 del tabellone, si aggiudica, senza perdere nemmeno un set, il torneo federale di Villaricca, riservato ai giocatori di quarta categoria. In finale battuto Cipolletta per 6/4, 6/2. Rivelazione della kermesse, disputata sui campi in terra rossa di corso Italia, il quattordicenne Remigio Burzio, che si è arreso solo in semifinale al più esperto Del Forno, tesserato per il TC24. Delusione, invece, per il favorito del torneo, Giuseppe Caldo, battuto da Avino nei quarti della parte alta del seeding. Delusione per i tennisti di casa. Antonio Palma e Salvatore Chietti si sono fermati entrambi negli ottavi di finale. La manifestazione ha richiamato una sessantina di tennisti da tutta la Campania ed è stata diretta dal maestro Corrado Orizzonte.

FUORI CONTESTO - CUCINA

Come preparare la pastiera, dolce tipico napoletano

La tradizione napoletana impone che per ogni festività ci sia un dolce. La pastiera è il dolce tipico delle festività pasquali. L'impasto interno, composto da zucchero, ricotta, grano, canditi, cannella e essenza di fiori d'arancio, ricorda i colori, i sapori e gli odori della nostra terra. C'è il giallo del grano, il profumo dei fiori d'arancio, dei limoni, il leggero odore di selvatico dei formaggi di pecora. Tutti gli ingredienti della pastiera sono legati al risveglio della natura, tra essi il chicco di grano intero assume un profondo significato virtuale. Ogni pastiera ha un sapore diverso. Vi proponiamo pertanto la ricetta del ristorante **Fenesta Verde,** tramandata ormai da tre generazioni.
Ingredienti (per due pastiere):
1 barattolo di grano cotto da 600 grammi (oppure prendere due etti di grano e tenerlo in bagno per tre giorni cambiando l'acqua di frequente, alla fine del terzo giorno cuocerli fino a quando diventa cremoso); 500 grammi di latte - un cucchiaio di burro (o strutto di maiale) - 1200 grammi di ricotta di pecora - 700 grammi di zucchero - 8 uova intere e 4 tuorli - 3 bustine di vanillina - 2 fiale di fiori d'arancio - 150 grammi di frutta candita tagliata a dadini.
per la pasta frolla:
500 grammi di farina - 200 grammi di burro - 200 grammi di zucchero - 2 uova intere e un tuorlo - buccia di limone o arancia grattugiata - sale: un pizzico.
Procedimento:
preparare la pasta frolla ponendo a fontana la farina con al centro tutti gli ingredienti, lavorare la pasta non troppo a lungo e riporla in frigo per almeno un'ora.
Per preparare la crema:
versare il grano cotto in un tegame di sufficiente capacità, aggiungere il latte e il burro. Far bollire e mescolare continuamente fino a quando il tutto non assuma una consistenza cremosa, quindi togliere dal fuoco e lasciar raffreddare. Mescolare i 2 kg. di ricotta di pecora con 400 grammi di zucchero. Montare a parte le uova con gli altri 100 gr. di zucchzero ed aggiungerle alla ricotta, insieme alla vaniglia, all'acqua dei fiori d'arancio, al cedro a dadini ed alla crema di grano, amalgamando bene il tutto. Foderare una padella sottile imburrata ed infarinata con uno strato di pasta frolla di circa 3 mm, versarvi dentro la crema e decorare con striscioline di pasta frolla sovrapposte a formare dei rombi regolari. Fare cuocere in forno a circa 220 gradi centigradi per 40 minuti, poi appena la superficie della pastiera diventa di un colore marrone chiaro, abbassare la temperatura fino a 150 gradi e lasciare cuocere per altri 15 minuti, alla fine spegnere completamente il forno e lasciarvi la pastiera fino a quando raggiunge lo stato di umidità desiderato. Preparare la pastiera non è difficile, però è molto importante la cottura. La pastiera più che cuocersi deve asciugarsi, diversamente si corre il rischio di ottenere un dolce con il sapore di uovo abbastanza sgradevole. Nel dubbio che la pastiera non sia perfettamente asciutta è meglio allungare il tempo di cottura.

Buon appetito dall'esperto di cucina "O' francese".
***Ristorante "Fenesta Verde"* - Via Marchesella, 108 Giugliano (Na)**

Arrivi giornalieri pasticceria siciliana
Algelo
Via Variante Alternativa 216/218 • Melito di Napoli • Tel. 081.3301236
Via Madonna delle Grazie II trav. 5/7 • Giugliano (Na)

LA VERA MOZZARELLA PRODOTTO ARTIGIANALE
Caseificio Clelia di Cesarano Clelia
PUNTI VENDITA:
Via Mugnano - Calvizzano, 22
Mugnano (NA)
Tel. 081.712.19.68
Cell. 0339.4211152
Corso Italia, 59
Quarto (NA)
Tel. 081.876.79.50

AUTODEMOLIZIONE
TRINCAR s.a.s.
AUTORIZZATA REGIONE CAMPANIA
Iscr. Albo n. 176 del 6-11-98
PRATICHE DI CANCELLAZIONE AL P.R.A. IN SEDE
Via Palermo, 5 • Tel. e Fax 081.818.58.43
80010 VILLARICCA (NA)

AGENZIA IPPICA
Punto SNAI
CORSE NAZIONALI ED INTERNAZIONALI IN DIRETTA TV
Via Mugnano-Calvizzano, 20
Mugnano (NA) - Tel. 081.713.24.29

PROGETTAZIONE GRAFICA COMPUTERIZZATA
GRAFIC TIP CICCARELLI
Depliants • Opuscoli • Riviste • Fogli intestati • Buste • Volantini • Partecipazioni Varie • Calendari • Documenti di trasporto • Fatture • Biglietti • Manifesti di ogni tipo
SI ESEGUONO LAVOR DI ALTA PROFESSIONALITÀ
Via Marconi, 23 • Giugliano (Na) • Telefax 081.506.31.38

AUTORICAMBI NAZIONALI e ESTERI di La Marca
D.R.A.L.A.
VASTO ASSORTIMENTO DI LUBRIFICANTI e BATTERIE VARIE MARCHE
RICAMBI ELETTRICI E MECCANICI • HI-FI CAR
PUNTI PREMIO PER INSTALLATORI E MECCANICI
Via Castel Belvedere, 235/237 • MARANO (NA)
Tel. e Fax 081.576.35.60 • Cell. 0336.84.10.04
(a mt. 800 dalla rotonda di Maradona)

LA FERRAMENTA s.a.s.
di FILOGAMO A. & C.
ARTICOLI PER FALEGNAMI
ARTICOLI PER FABBRI
MANIGLIERIA
Via Quasimodo, 14-16 • Tel. 081.571.41.91
MUGNANO (Napoli)

FABBRICA LAMPADARI CHIANESE
FRANCO CHIANESE
Prol. Via Ritiro, 182/A
Mugnano (NA)
Tel. 081.745.22.90

COIFFEUR MASSIMO
di De Magistris Massimiliano
Via Signorelli, 66 - Melito (NA)

LAVANDERIA Golden Laundry
Servizio a domicilio
Specializzata in lavaggio: Pelle - Renna Abiti da Sposa Tappeti -Salotti Tendaggi
Corso Italia, 32 - Mugnano (NA) Tel. 081/7131817

AMICIZIA TRASLOCHI
PREVENTIVI GRATUITI
Via S. Maria a Cubito, 108
80019 QUALIANO (NA)
Tel. e Fax 081 8188048

Ligia System Impianti
di Nappo Aniello
ANTIFURTI - VIDEOCITOFONI
IMPIANTI ELETTRICI
E CITOFONICI
Sede vico II Cisterna dell'olio, 3
Napoli
Tel. 0338.6339705 - 0339.4973603

MACELLERIA
Guido Sebillo
Consegne a domicilio
C.so Italia, 130/A Mugnano (Na) Tel. 081.712.11.54

SIRIO 2000 SAS
COSTRUZIONI E RISTRUTTURAZIONI
SIRIO 2000 s.a.s.
di Morra Domenico & C.
Sede legale:
Via Marano-Pianura, 198
80016 Marano (NA)
Uffici e deposito:
Via S. Rocco, 318/b
80016 Marano (NA)
Tel. 0815761001
Cell. 0368/3535257

Don Chisciotte
Ristorante • Pizzeria
Birreria e Paninoteca
con parcheggio interno
Via Torino, 40 • Villaricca (NA) - Tel. 081.818.40.89
(rotonda Maradona)

Vendita ingrosso e dettaglio di materiale edile
Movimento Terra
Noleggio Gru
Termoidraulica
Ferramenta
ASB srl
80016 Marano di Napoli
Via Marano-Pianura, II trav. n.7
Tel. 081 587 54 33

ECOLAB - SUD s.n.c.
Centro Diagnostico di Igiene e Patologia Ambientale
Accreditato al Ministero della Sanità (n. 274/95)
Via S. Maria a Cubito, 155 - Qualiano (NA)
Tel. 081.818.78.61 - 081.818.50.55
081.818.80.97
Analisi dell'aria, delle acque, del rumore, dei camini; classificazione dei rifiuti; analisi degli alimenti; patologia clinica; analisi microbiologiche, cliniche e tossicologiche; esami strumentali; applicazione legge 626 (sicurezza sul lavoro) e legge 155 (autocontrollo sugli alimenti)

R.I. SUD s.n.c.
di Spina R. & C.
SPINA
PAVIMENTI - RIVESTIMENTI - ARREDO BAGNO
RISCALDAMENTO - IDRAULICA - CONDIZIONAMENTO
VIA MARCHESELLA, 32 GIUGLIANO (NA)
TEL. 081.894.61.46 - 081.506.99.40 Fax 081.894.87.28