

Ricette di cucina

Pasta con melanzane e mozzarella

- Ingredienti (per 4 persone):**
- pasta, 350 gr. (rigatoni, tortiglioni o simili)
 - melanzana, 1 grossa
 - mozzarella, 200 gr.
 - passata di pomodoro, 700 ml.
 - olive nere snocciolate, 10 circa
 - cipolla, 1 piccola
 - basilico fresco, alcune foglioline
 - olio extravergine di oliva, 3 cucchiaini
 - sale q.b.



Preparazione:
 Lessate la pasta in abbondante acqua salata. Nel frattempo lavate le melanzane, tagliatele a fette e riducetele a cubetti. Sbucciate la cipolla e tritatela. In una casseruola, mettete l'olio extravergine di oliva e fatevi dorare la cipolla tritata e i cubetti di melanzana, rigirando continuamente. Aggiungete la passata di pomodoro e circa 1/2 bicchiere d'acqua; salate, mescolate e lasciate cuocere a fuoco moderato per circa 15 minuti rigirando di tanto in tanto. Lavate il basilico, spezzate le foglie con le dita e aggiungetelo al sugo; unite le olive nere snocciolate e tagliate a metà. Continuate la cottura per altri 5-7 minuti. Tagliate la mozzarella a cubetti. Scolate la pasta, conditela con un po' di sugo, mescolatela e distribuitela nei piatti. Distribuite sulla pasta i cubetti di mozzarella e completate aggiungendo il sugo di melanzane caldo. Servite la **pasta con melanzane e mozzarella** ben calda. Potete servire la **pasta con melanzane e mozzarella** accompagnata con del parmigiano

UN AIUTO A PORTATA DI CUCINA

CURCUMA La spezia che conferisce il tipico colore giallo al curry contiene curcumina, molecola che inibisce gli enzimi COX-2, noti protagonisti dell'infiammazione. Secondo alcuni studi la sua efficacia sarebbe paragonabile a quella dell'ibuprofene.



Può essere utile in caso di contratture, lividi e infiammazioni articolari.

Risate di buon gusto

PIERINO A SCUOLA
 Pierino, con le scarpe infangate, sale su una sedia per appendere un cartellone. Il maestro gli grida:
 - Pierino, ma perché non hai messo un giornale sotto i piedi?
 E lui: - Non serve, ci arrivo lo stesso!

... E A CASA
 Rientrando a casa, la mamma trova Pierino che piange davanti al lavandino colmo di acqua bollente. Un po' preoccupata, gli chiede:
 - Perché piangi così, tesoro?
 E Pierino: - Perché mi è caduto un ghiacciolo nell'acqua e non riesco più a trovarlo!



PER STRADA
 Un passante domanda a un signore:
 - Perché passa e ripassa con la bicicletta su quella

Lo sai che...

MANI. Prima di pulire i carciofi (specialmente il tipo spinoso) sfregarsi del limone sulle mani. In questo modo non resteranno macchiate.



MELONE. Per far sparire l'odore sgradevole del melone dal frigorifero, lasciateci su un ripiano, per una notte, una patata sbucciata e tagliata a metà.



CAROTE. Per rendere più saporite le carote bollite, aggiungete all'acqua di cottura un po' di succo di mela.



BORSE. Per mantenere sempre in buono stato le vostre borse di pelle bianca, passatele di tanto in tanto con un batuffolo di cotone imbevuto di latte detergente.



ECO PARROCCHIALE

NOTIZIARIO DELLA COMUNITA' PARROCCHIALE

SAN PIETRO APOSTOLO - TERNI

Piazza S. Pietro, SN - Tel. e fax 0744/40.61.54
 Sito web: www.sanpietroterni.altervista.org
 E-mail: parrocchiasanpietroterni@gmail.com

La Messa è finita, andate in pace

La Pasqua nell'Anno della Misericordia

Maggio e Giugno, carichi di feste religiose e di attività pastorali, nell'anno del **Giubileo della Misericordia**. Maggio è il giardino di **Maria**, la madre e discepolo di Gesù, la quale ci accompagna maternamente nell'apice del nostro Anno liturgico e la Festa di **S. Rita, donna di fede, sposa, madre, vedova e religiosa**. Giugno è il compimento della missione di Gesù in terra nella **ripresa del Tempo Ordinario**, la nostra missione di Chiesa, del mandato battesimale dell'evangelizzazione con le **celebrazioni delle Cresime e delle Prime Comunioni** e la solennità del nostro Patrono **S. Pietro Apostolo**.



Riflettiamo a partire dall'**Ascensione** e dalla **Pentecoste**. Non deve essere stato facile per gli apostoli capire quello che dovevano fare. Avevano avuto un primo spaesamento, quando Gesù era stato messo in croce: **Lui era morto e sembrava tutto finito...** Poi Gesù si era mostrato loro risorto e allora le cose erano tornate tutte a posto: Gesù appariva e dava loro le indicazioni necessarie. Però ad un certo punto Gesù se ne va un'altra volta, li benedice, poi ascende al cielo e dice che non tornerà più, se non alla fine dei tempi. Non è facile, per chi resta, lasciare andare la persona amata, ma un po' per volta emergono gli aspetti positivi che ci fanno provare



riconoscenza per l'incontro che abbiamo potuto avere. **"Non ti chiediamo perché ce l'hai tolto, ma ti ringraziamo per avercelo donato"** (S. Agostino). Gesù aveva già preparato i suoi discepoli e nello stesso tempo teneva in conto le loro fatiche umane. Gli annunci della morte e della risurrezione sono capiti con l'evidenza dei fatti e col tempo stanno calando nel cuore e nell'anima. Le nebbie si diradano a poco a poco, e, solo col vento dello Spirito, tutto sarà finalmente chiaro: è il Signore! Gesù è il Sacerdote che ha annullato la forza del male, **"mediante il sacrificio di se stesso"**, affinché tutti coloro che credono possano essere salvati, risorgere, entrare nella Vita di Dio. **L'ultimo saluto ai discepoli è dunque anche un incarico:** **"questa notizia può cambiare la vita a tutti gli uomini del mondo; siete voi i miei portavoce, perché avete visto con i vostri occhi e avete fede in Me"**. Allora l'effetto della partenza non è la sofferenza del distacco, ma la gioia **"grande"** per il dono ricevuto. Sia questa, anche la nostra gioia, perché, come scrive S. Paolo, **"Cristo è entrato nel cielo, al cospetto di Dio, in nostro favore"**. Ed è qui che gli apostoli sono chiamati a muovere i primi passi da soli, a spingersi fuori dalle proprie mura e a darsi da fare, certi che Gesù promette loro che non saranno mai soli, perché manderà loro lo Spirito Santo nel giorno della **"Pentecoste"** e promette che sarà con loro per sempre. Così **gli apostoli sono inviati per il mondo a testimoniare il Vangelo in prima persona, senza avere Gesù davanti, visibile, che spiana loro la strada. Questa continua ancora oggi ad essere la nostra realtà di cristiani, di Chiesa.** È, infatti, il progetto dell'Iniziazione cristiana che abbiamo realizzato nella nostra Comunità parrocchiale: ripartire dal Battesimo, formare uomini nuovi secondo il Vangelo ed essere, come vocazione battesimale, evangelizzatori del mondo contemporaneo. Perciò, quel che hanno vissuto gli apostoli

(continua a pagina 3)

Gli eventi diocesani del Giubileo della Misericordia

- Domenica 1 maggio:** Giubileo di Forania Terni 1.
- Domenica 8 maggio:** Giubileo di Forania Terni 2.
- Domenica 22 maggio:** Giubileo di Forania Amelia - Valle Teverina.
- Domenica 5 giugno:** Giubileo di Forania Terni 3.
- 7 - 9 giugno:** Settimana Teologica "Il messaggio del Vaticano II".



CALENDARIO LITURGICO e AGENDA

Maggio

Sabato 7 - Convegno annuale delle Famiglie di Maria

Domenica 8 Ascensione del Signore - SS. Messe ore 9.00 - 11.00 - 18.00.

Sabato 14 ore 15.30 conclusione di "Misericordia è..." con i bambini del cammino di Iniziazione Cristiana.

Domenica 15 Solennità di Pentecoste - SS. Messe ore 9.00 - 11.00 - 18.00.

Lunedì 16 e martedì 17 - Ritiro spirituale dei cresimandi.

Domenica 22 Solennità della SS. Trinità e Festa di Santa Rita da Cascia

SS. Messe ore 8.00 - 9.00 - 11.00 - 18.00. Alle ore 12.00 Supplica a Santa Rita.

La Messa delle ore 18.00 sarà presieduta dal Vescovo Mons. Giovanni Scanavino.

Lunedì 23 - Ritiro spirituale dei bambini della Prima Comunione.

Giovedì 26 Festa diocesana del Corpus Domini: ore 20.30 S.Messa a S.Francesco; seguirà la processione fino alla Cattedrale.

Sabato 28 ore 15.30 liturgia penitenziale per i cresimandi, per i bambini di Prima Comunione, per i genitori e per i padrini e le madrine dei cresimandi

Domenica 29 Solennità del Corpus Domini - SS. Messe ore 9.00 - 11.00 - 18.00.

Con la S. Messa delle ore 11.00 conclusione dell'Anno catechistico.

Seguirà l'incontro con le famiglie del 1° anno di Iniziazione Cristiana.

Giugno

Sabato 4 - S. Messa ore 17.30 - celebrazione della Cresima.

Domenica 5 - Alla S. Messa delle ore 11.00 **Prime Comunioni**.

Sabato 11 - Pellegrinaggio parrocchiale a Cascia e Roccaporena.

Venerdì 24 Solennità della Natività di S. Giovanni Battista - S. Messa ore 18.00.

Domenica 26 Inizio del triduo in preparazione alla festa di San Pietro (ore 17.00 Rosario - ore 17.30 Vespri solenni - ore 18.00 Santa Messa).

Mercoledì 29 Festa solenne dei Santi Pietro e Paolo.

SS. Messe ore 9.00 - 18.00.

Presiederà la Celebrazione eucaristica delle ore 18.00 il nostro Vescovo, S.E. Mons. Giuseppe Piemontese.

NELLA NOSTRA CHIESA, MERCOLEDÌ 29 - FESTA PATRONALE DI SAN PIETRO APOSTOLO, GRAZIE AL VINCOLO SPIRITUALE DI AFFINITÀ CON LA BASILICA PAPALE DI SAN PIETRO IN VATICANO, C'E' L'OPPORTUNITÀ DI LUCRARE LA INDULGENZA PLENARIA (alle solite condizioni).



Ma Gesù è veramente risorto?



"Ma Gesù è morto o vivo?", chiese la piccola Lucia alla nonna. A dire il vero, era un po' che le frullava in testa questa

domanda, il parroco era arrivato alla scuola materna e aveva spiegato a lungo che Gesù era stato crocifisso e sepolto. La nonna capì molto bene la domanda della sua nipotina, andò ad aprire il vangelo, le lesse alcuni fatti: le donne erano andate al sepolcro il mattino dopo il sabato e avevano trovato il sepolcro vuoto! E proprio lì stava un angelo ad annunciare che Gesù era vivo! E' risorto, è glorificato dal Padre che non l'ha lasciato nella tomba! E Lucia era piena di gioia. Qualche giorno dopo, la nonna si recò con Lucia alla messa domenicale. C'era in mezzo all'altare un prete e tra i banchi poca gente, un po' triste e un po' annoiata. Anche le canzoni che una donna dal primo banco intonava erano basse, lente, cantate da pochi e senza convinzione. Allora Lucia, dopo essersi guardata ben bene in giro, disse alla nonna: "Ma loro lo sanno che Gesù è risorto?".



La Messa è finita, andate in pace

(continua dalla prima pagina)

capita anche a noi quando veniamo a Messa. Anche noi durante la celebrazione della Messa incontriamo il Signore Risorto e ascoltiamo la sua Parola che ci aiuta a comprendere la sua volontà e a farla diventare vita concreta. E nella Eucarestia siamo nutriti del suo Spirito. Solo che dopo la benedizione, alla fine della Messa, sembra quasi che il Signore se ne vada e ci inviti a camminare con le nostre gambe, a prenderci le nostre responsabilità e ad annunciare a tutti quello che abbiamo vissuto in questo momento così importante. Quando termina la Messa Gesù invita anche noi, riempiti di Spirito Santo, **la nostra Pentecoste**, a lasciare che sia Lui a guidare la nostra vita concreta, di modo che percepiamo la forza necessaria per vivere in prima persona quello che abbiamo sentito annunciare in chiesa e non solo a viverlo noi, ma a rendere partecipi di tutto questo anche gli altri, tutte le persone, dalle più vicine, fino agli ultimi confini della terra, gli evangelizzatori di questi nostri tempi! La vita del cristiano quindi non è una vita da rinchiudere in chiesa con una "messetta" che celebriamo una volta a settimana la domenica, ma è una vita intensa, che dalla Messa domenicale riceve l'annuncio per partire e far incontrare il mondo intero con il Cristo Risorto, lungo le nostre strade con la processione del **Corpus Domini**, Lui l'invisibile ma reale e presente nell'Eucarestia.

Nel mondo nel quale viviamo spesso ci viene fatto credere che la nostra fede è un fatto privato, che dobbiamo tenerla chiusa dentro le mura della chiesa o tutt'al più dentro le mura di casa... ma se fosse stato un fatto privato anche gli apostoli l'avrebbero tenuta per sé e noi non ci saremmo mai incontrati con il Signore Risorto. **La fede invece è un evento che va annunciato ai quattro venti**, che va mostrato a tutti quanti, con i gesti, con le parole, con le scelte di vita. Potremmo dare fastidio a qualcuno, potremmo ricevere anche qualche offesa, potremmo non essere capiti, ma se vogliamo essere cristiani sul serio non possiamo fare a meno di obbedire a Gesù Risorto che ci ha detto: *«riceverete la forza dallo Spirito Santo che scenderà su di voi, e di me sarete testimoni [...] fino ai confini della terra»*.

In questo anno giubilare, **invochiamo allora più che mai, l'aiuto dello Spirito Santo** per poter essere dei veri cristiani che escono dalla chiesa testimoniando la loro fede con coraggio e coerenza. *«Lo Spirito Santo che conduce i passi dei credenti per cooperare all'opera della salvezza operata da Cristo, sia guida e sostegno del popolo di Dio per aiutarlo a contemplare il volto della misericordia. Spirito Santo, che con la tua luce orienti questo mondo verso l'amore del Padre e accompagni il gemito della creazione, tu pure vivi nei nostri cuori per spingerci al bene. Laudato si'!»* (Papa Francesco)
Questo è l'augurio dei vostri parroci!



Don Adolfo e Don Francesco

Non rinunciare mai alla felicità

Essere felici è smettere di sentirsi vittima dei problemi e diventare attore della propria storia.

È ringraziare Dio ogni mattina per il miracolo della vita.

Essere felici non è avere paura dei propri sentimenti.

È saper parlare di sé.

È aver coraggio per ascoltare un "No".

È sentirsi sicuri nel ricevere una critica, anche se ingiusta.

È baciare i figli, coccolare i genitori.

vivere momenti poetici con gli amici, anche se ci feriscono.

È aver la maturità per poter dire: "Mi sono sbagliato".

È avere il coraggio di dire: "Perdonami".

È avere la sensibilità per esprimere: "Ho bisogno di te".

È avere la capacità di dire: "Ti amo".

Che la tua vita diventi

un giardino di opportunità per essere felice ...

Che nelle tue primavere sii amante della gioia.

Che nei tuoi inverni sii amico della saggezza.

Franciscus



GRAZIE ALLA FONDAZIONE CARIT

per il contributo accordato alla nostra parrocchia

per il rifacimento del tetto dell'abside della chiesa

OGNI GIOVEDÌ

ore 16.00 **Adorazione Eucaristica**
I sacerdoti sono disponibili per le **Confessioni** fino alle ore 18.00.

Ogni prima **Domenica del mese** durante le **SS. Messe** sono presentati all'altare gli **alimenti** a favore dei **poveri**



SABATO 11 GIUGNO
PELLEGRINAGGIO PARROCCHIALE
A CASCIA E ROCCAPORENA



2 - 4 maggio
Pellegrinaggio a S. Giovanni Rotondo

Le celebrazioni nei mesi di marzo e aprile

con i bambini

del cammino di iniziazione cristiana