

SCEGLI SCARPE, BORSE, CINTE  
SENZA COMPONENTI ANIMALI.



[www.gattoconglistivali.it](http://www.gattoconglistivali.it)

Via Tommaso Inghirami 82, Roma - Tel. 06 7804171  
info@gattoconglistivali.it



Via Dignano D'Istria 51/A - Roma - Tel: 329 6656 085  
Mail: [info@lacapracampa.com](mailto:info@lacapracampa.com)  
[www.lacapracampa.com](http://www.lacapracampa.com)



[www.romeowcatbistrot.com](http://www.romeowcatbistrot.com)  
[romeowcatbistrot@gmail.com](mailto:romeowcatbistrot@gmail.com)

**Romeow**  
CAT BISTROT  
• ROMA •

Via Francesco Negri, 15  
00154 Roma  
Tel.: 06 5728 9203



 Olive Dolci

Olive Dolci  
Gelateria



Dove il gusto incontra il benessere e il sapore mediterraneo.  
Vieni a provare i nostri gelati fatti con Olio Extra Vergine  
d'Oliva, un importante ingrediente che rende il gelato non  
solo buono ma anche sano...

Il nostro gelato è adatto a tutti: Non contiene glutine,  
zuccheri raffinati, uova, latte e derivati.

Via Emanuele Filiberto, 140/142, Roma  
Telefono: 06 700 5894

Via Vittoria Colonna 20, Roma Tel 06 683 094



[WWW.ANIMALISTI.IT](http://WWW.ANIMALISTI.IT)  
Associazione Animalisti Italiani Onlus

Via Tommaso Inghirami 82, Roma - Tel. 06 7804171  
[news@animalisti.it](mailto:news@animalisti.it)

I  Vegan



Sono entrambe  
creature di Dio...

e noi dobbiamo avere  
rispetto per ognuna di loro

(Papa Francesco)



CHI SALVA UNA VITA  
SALVA IL MONDO.

BUONA PASQUA



[WWW.ANIMALISTI.IT](http://WWW.ANIMALISTI.IT)

L'agnello è un cucciolo dolcissimo, una creatura innocente che, proprio come un bambino, ha bisogno della madre dalla quale viene invece strappato poco dopo la nascita.

Viene poi fatto viaggiare in condizioni disumane per centinaia di chilometri, senza latte materno e senza acqua, fino a quando arriva ai macelli dove, tra le urla strazianti di altri piccoli agnelli, viene ucciso.

I dati di Federconsumatori hanno registrato per la Pasqua 2015 un sensibile calo delle vendite di agnello. Oltre il 58% degli italiani ha rinunciato a mangiarlo superando una tradizione crudele e antiquata.

**E tu cosa stai preparando per la Pasqua?**

**Oggi l'alternativa c'è.**

**A PASQUA  
SCEGLI LA VITA!**

**Scegliendo di non comprare e non mangiare l'agnello ne riduci la richiesta ed ogni anno ne verranno uccisi sempre meno.**



**ANIMALISTI  
ITALIANI**  
WWW.ANIMALISTI.IT

## Colomba Vegana



- > 500 g di farina (400 g di manitoba, 100 g di integrale di frumento)
- > 100 g di mandorle tostate
- > 2 arance (succo e buccia grattugiata)
- > 120 g di malto di mais o riso
- > 100 g circa di olio di semi di girasole
- > 1 cubetto da 25 g di lievito di birra
- > 200 g circa di acqua tiepida
- > Cannella in polvere.

### Procedimento:

Prendere il lievito e diluirlo in acqua tiepida, lasciando riposare pochi minuti in modo che si formi la schiuma. In una ciotola versare le farine, la cannella, la buccia grattugiata delle 2 arance e le mandorle sminuzzate. In un boccale versare l'olio, il malto e il succo delle 2 arance. Mescolare bene. Amalgamare gli ingredienti asciutti con i liquidi e aggiungere l'acqua con il lievito. Coprire l'impasto con un panno e lasciarlo riposare per un'ora. Quindi lavorare di nuovo l'impasto per qualche minuto e versarlo in uno stampo per colomba guarnendolo con le mandorle avanzate e con un po' di zucchero di canna integrale. Coprire lo stampo con l'impasto con un panno e lasciare riposare un'altra ora o finché non raddoppia di volume. A questo punto infornare la colomba per 40 minuti: i primi 20 min a 160°, gli altri 20 min alzare a 180°.



## Agnello di Pasqua... senza crudeltà!



- > 100 g di farina bianca
  - > 10 g di olio extra vergine di oliva.
- Per il ripieno:*
- > Verdure miste pulite (punte d'asparago, cappelle di champignon, 80 g di patate, cipollotto, falde di peperone rosso e giallo, taccole, zucchina) per un totale di g 500
  - > 50 g di olio extravergine di oliva
  - > spezie miste (cumino, paprica dolce, pepe nero, sesamo, fiori di papavero).

### Procedimento:

Impastare la farina con l'olio d'oliva e 50 g d'acqua tiepida, ottenendo una pasta elastica che dovrà riposare sotto una pentola calda. Tagliare poi a pezzetti tutte le verdure e farle rosolare a fuoco vivo in g 40 d'olio, tenendole piuttosto al dente e condirle con abbonanti spezie miste. Tirare la pasta sottilissima, allargandola su un canovaccio cercando di darle la forma dell'agnellino, cospargerla con le verdure fredde e coprire il tutto con altra pasta. Mettere l'agnello vegano su una placca coperta da un foglio di carta da forno, cospargerlo con spezie miste e 10 g di olio, quindi infornarlo a 200° per 25' circa.

