

Mercato Contadino Roma e Castelli Romani

Proprio nel periodo in cui la madre TERRA è più generosa, **il mercato contadino non va in ferie**, ma continua ad ospitare i piccoli produttori del territorio per offrire un servizio a tutti i consumatori che sostengono la filiera corta e il buon cibo di qualità. Appello ai romani: rifugiatevi nel fresco del nostro parco secolare di **Ariccia**, tra giochi e spazio pic-nic gratuito al fresco fra le querce secolari dello **Sporting Club Montegentile** di Ariccia (Via delle Cerquette, 65) che ospita il **Mercato Contadino Castelli Romani** tutte le settimane (**mercoledì, sabato e domenica dalle 8 alle 13,30**) fra alberi secolari e la Via Sacra, proprio dove un tempo si svolgeva il mercato degli antichi romani, un fitto calendario per arricchire la spesa in relax presso i tanti produttori del nostro territorio che si danno appuntamento nei Mercati Contadini dei Castelli Romani, dal martedì alla domenica....

Tutte le domeniche di luglio e agosto alle 10,30 Lezione gratuita di YOGA per tutti gli interessati (dedicate anche ai bambini), accanto alla **VIA SACRA**, sul prato all'ombra delle querce secolari. **Barbara Paladini** insegna Yoga classico da 12 anni, si è formata in parte in India in parte in occidente (Italia e Spagna) con il suo maestro spirituale Sri Swamiji Shivananda Sarasvati studia l'Hatha YOGA in Rishikesh. Segue pratiche individuale e di gruppo per tutte le età. Insegna presso palestre ed associazione dei Castelli Romani. "Impariamo ad ascoltare noi stessi con la chiara disciplina dell'Hatha Yoga. Lo Yoga è pura tecnica di consapevolezza del presente."

Per partecipare alla lezione gratuita portare un tappetino e vestire abiti comodi.

Se il caldo di Roma vi attanaglia e il mare affollato con le lunghe file in auto non fanno per voi, i castelli romani sono la vostra meta ideale! Portate un telo, ai prodotti per il pic nic ci pensano i produttori che vi attendono con tante prelibatezze (prodotti da forno, mozzarelle di bufala, frutta appena raccolta, birre artigianali) da degustare sul prato all'ombra delle querce secolari accanto alla VIA SACRA. A vostra disposizione, gratuitamente, un parco giochi per i bambini e tavoli e panche per il vostro pic-nic. Senza bisogno di aria condizionata.

Tutte le associazioni del territorio, gli artigiani e gli artisti del riciclo sono invitati a condividere con noi le domeniche estive fra castagni secolari, accanto alla via Sacra e alla grande quercia del '600....

Vi ricordiamo che tanti produttori del territorio si danno appuntamento al **Mercato Contadino Roma e Castelli Romani** ad **Ariccia, Albano, Frascati, Genzano, Grottaferrata, Pavona, Rocca di Papa** e **Roma Capannelle** e **Roma Infernetto** per diffondere la filiera corta ed il mangiare locale: è possibile acquistare prodotti freschissimi di qualità - certificati biologici e non, alcuni igr, dop, doc - ortofrutta appena raccolta, olio e vino, latte e formaggi freschi, stagionati di pecora, mucca, bufala e capra, pane lavorato con la pasta madre, confetture e marmellate, miele, dolci da forno, farine e legumi, fiori e piante, cioccolata dei frati trappisti, birre artigianali presentate direttamente dai mastri birrai che raccontano i loro segreti...

Calendario estivo dei Mercati Contadini

dalle ore **8.00** alle **13.30** dove e quando:

Ariccia: mercoledì, sabato e domenica al **parco dello Sporting Club Montegentile**, in **via delle Cerquette 65** Sempre aperto!

Albano laziale: sabato, in **piazza Guerrucci**, Domenica, **Piazza Pia**. Chiusura dal **6** al **27** agosto, riapertura domenica **3** settembre.

Frascati: martedì e venerdì, **via Grotte Portella 12 area Tor Vergata**, (presso il piazzale del Bar Dolce Amaro), chiusura dal **15** al **22** agosto, riapertura venerdì **25** agosto.

Genzano: sabato, **via Emilia Romagna Palacesaroni**, chiusura dal **5** al **19** agosto, riapertura sabato **26** agosto.

Grottaferrata: domenica, **piazza De Gasperi**, Sempre aperto!

Pavona: sabato, **piazza Berlinguer**, Sempre aperto!

Rocca di Papa: giovedì, **piazza De Gasperi**, Sempre aperto!

Roma Mercato Contadino Capannelle: tutte le domeniche, sempre aperto!
piazzale dell'Ippodromo Capannelle, via Appia Nuova, 1245.

Roma Infernetto Parchi della Colombo: mercoledì e sabato, **via Cristoforo Colombo, 1897**. Chiusura dal **10** al **23** agosto, riapertura sabato **26** agosto.

Ricorda di portare sempre con te la sporta per ridurre il consumo di plastica!

Buon Cibo!

Info: info@mercatocontadino.org tel. **389 8830642**

<http://www.mercatocontadino.org>

Seguiteci su facebook, il nostro account sta per raggiungere 16000 contatti, se cliccate "mi piace" sulla nostra pagina sarete informati dei nostri eventi!

<https://www.facebook.com/pages/Mercato-Contadino-Castelli-Romani/147872315307230>