



# CIRCOLO UFFICIALI DELLE FORZE ARMATE D'ITALIA



# La Sciarpina Azzurra

**Bollettino d'informazione**

**n. 03 / 2024**





## REDAZIONE



Tenente Colonnello Giovanni SERRANO'



Graduato Scelto Gaspare MASCOLO

Si ringrazia il 1° Luogotenente A.M. Giuseppe MANGIACAPRA per il contributo grafico fornito alla redazione, a testimonianza della professionalità e della fattiva collaborazione che anima il personale delle Forze Armate.

## SOMMARIO

### CONSIGLI DALLO CHEF

- Gamberi in pasta Kataifi su Mousse di Avocado **pag. 4**
  
- Noci di Capesante bardate al Lardo su crema di Zucca allo Zenzero e Spinacino saltato al Limone **pag. 6**
  
- Scaloppa di Rana Pescatrice bardata al San Daniele su Patate mantecate alle erbe **pag. 7**
- Paccheri di Gragnano con Scorfano, pomodoro e basilico **pag. 8**
- Tiramisù classico **pag. 9**

### L'ANGOLO DEL SOCIO

- “La Storia è vita” di Carmela Costanzo **pag. 11**
- Esperienza di tirocinio al CUFA di Margherita Bianco **pag. 12**

### AGGIORNAMENTI

- Brunch al CUFA (da settembre) **pag. 14**
- Procedura di accesso al nuovo canale di WEB-TV del CUFA **pag. 15**

### CONTATTI ED INFORMAZIONI UTILI

**pag. 16**



# CONSIGLI DALLO CHEF

## GAMBERI IN PASTA KATAIFI SU MOUSSE DI AVOCADO



a cura del  
1° Maresciallo  
*Luigi Cosciotti*

### INGREDIENTI

#### Ingredienti per la pasta kataifi:

100 g di farina 00 debole per dolci  
45 g di amido di mais o Maizena  
1 pizzico di sale  
16 g di olio di semi di arachidi  
170 g di acqua

#### Per la mousse di Avocado:

N. 2 Avocado maturi  
N. 1 Lime o limone  
Olio extra vergine di oliva Qb  
Sale qb

#### Per la ricetta dose per 4 persone:

N. 12 Gamberoni  
150 g di Pasta Kataifi (si trova anche surgelata)  
Olio di arachidi per friggere  
Mousse di avocado

### PROCEDIMENTO:

per preparare la pasta kataifi, mescolate in una piccola terrina la farina, l'amido il pizzico di sale, l'olio e infine l'acqua. Mescolate molto accuratamente con una frusta in modo che non ci siano più grumi. Volendo passate la pastella attraverso un colino a maglie strette per assicurarvi che non ci siano grumi.

Posizionate la padella su un fornello medio e fatela scaldare bene su fuoco vivace, poi abbassate il fuoco a medio basso.

Prendete una sacca da pasticciare. Infilate la punta in una tazza di quelle alte e strette e risvoltate i bordi della sacca sui bordi della tazza. Versate la pastella all'interno della sacca e chiudetela sopra girandola su se stessa.

Con una forbice tagliate la punta della sacca da pasticciare in modo da avere un'apertura quanto più piccola possibile. L'apertura deve essere massimo 1 mm.

A questo punto avvicinatevi alla padella e tenendo in mano la sacca disegnate velocemente con la pastella una spirale sulla padella partendo dal centro e muovendovi verso i bordi.

Attendete circa due secondi dopodiché con una spatola avvicinate i fili della spirale e trasferite su un piatto pulito. Procedete così fino ad esaurimento della pastella.

Tagliamo a metà anche l'avocado, rimuoviamo il seme facciamo delle incisioni con un coltello per prelevare la polpa più facilmente con un cucchiaino.

Mettiamo la polpa di avocado nel mizer e aggiungiamo il succo di limone.

Condiamo con sale e olio di oliva, e frulliamo tutto fino a ottenere una crema liscia.

A questo punto puliamo i gamberi lasciando solo la coda, con la punta di un coltellino togliamo l'intestino sciacquateli sotto acqua corrente e asciugateli con carta assorbente.

Prendete una piccola quantità di pasta kataifi cercando di "pettinarla" formando una striscia lunga circa 20 cm e avvolgete ogni gambero. Per comodità distendi la porzione di pasta kataifi sul piano di lavoro e arrotola il gambero da un'estremità all'altra lasciando libera la coda.

Ponete una padella con olio di semi di arachide e portate l'olio a 170°.

Una volta che l'olio raggiungerà la temperatura adagiate ciascun gambero in pasta kataifi su una paletta per fritti e immergetela delicatamente nell'olio e cuocete per 1 minuto o 2 massimo fino a quando non saranno croccanti.

Presentiamo il piatto mettendo una quenelle di mousse di avocado al centro del piatto e appoggiate sopra i gamberi in pasta kataifi con la coda rivolta verso l'alto



# **NOCI DI CAPESANTE BARDATE AL LARDO SU CREMA DI ZUCCA ALLO ZENZERO E SPINACINO SALTATO AL LIMONE**

## **INGREDIENTI per 5 persone**

- 500 g di zucca mantovana
- 30 ml di brodo vegetale
- Rosmarino
- Aglio
- Olio extra vergine di oliva
- Zenzero
- 5 Noci di capesante
- Qualche foglia di spinaci
- Una noce di burro
- Sale alle erbe
- 1 limone non trattato



## **PROCEDIMENTO:**

Tagliare la zucca a cubetti, metterla in padella con una noce di burro, rosmarino e un pizzico di sale e lasciar cuocere per 15 minuti. Successivamente, aggiungere un goccino di brodo vegetale e una grattugiata di zenzero e lasciar cuocere ancora qualche minuto con il coperchio.

Nel frattempo che cuoce la zucca, scottare gli spinaci in padella con un goccio d'olio e aglio, salarli e irrorarli con qualche goccia di succo di limone.

Pulire le capesante e togliere il corallo. Dopodiché cuocere in padella le capesante, precedentemente bardate con delle fette sottili di lardo, con un filo d'olio per circa 3 minuti fino a quando diventano belle dorate.

Infine, frullare la zucca.

Impiattare mettendo per prima la crema di zucca aiutandovi con un coppa pasta, poi gli spinaci con adagiata sopra le capesante e infine un pizzico di fior di sale e una grattatina di limone.

# SCALOPPA DI RANA PESCATRICE BARDATA AL SAN DANIELE SU PATATE MANTECATE ALLE ERBE

## INGREDIENTI per 4 persone



- 500 g di rana pescatrice
- 300 g prosciutto crudo San Daniele
- 1 limone
- 200 g panna
- 200 g vino bianco
- 50 g cipolla
- Zafferano
- 500 g patate
- Erba cipollina
- Cipolla
- Aglio
- Rosmarino
- Olio extravergine di oliva
- Sale

## PROCEDIMENTO:

Tagliate i filetti di pescatrice a scaloppe, bardatele con le fettine di prosciutto.

In una padella con olio, aglio e rosmarino scottate i medaglioni a fuoco vivace da entrambi i lati, terminate la cottura in forno a 170°C su di una teglia con carta da forno.

Tritate la cipolla e ponetela in un pentolino con il vino bianco, fate bollire fino a quando non avrà ridotto della metà, unite il succo del limone e lo zafferano, incorporate la panna e regolate di sale; se la salsa non risulta omogenea unite un mestolo di brodo e legate leggermente con Roux.

Lavate le patate e fatele cuocere con la buccia in acqua bollente salata, a fine cottura pelate e schiacciate con lo schiacciapatate, quindi mantecate unendo olio extravergine di oliva, sale ed erba cipollina tritata. Se risulta troppo densa unite brodo vegetale.

Servite i medaglioni di pescatrice su di un letto di patate con accompagnamento la salsa allo zafferano e foglie di erba cipollina.

## PACCHERI DI GRAGNANO CON SCORFANO, POMODORO E BASILICO

- 500 g di Paccheri
- 150 g di Pomodori Pelati
- 500 g di Pomodori ramati
- 300 g di Scorfano
- 1 costa di sedano
- 1 cipolla oro
- 2 Spicchi d'Aglio
- 1/2 bicchiere d'Aceto
- 1/2 bicchiere di Vino Bianco
- 1 mazzetto di Basilico
- Peperoncino, Pepe e Sale QB
- Olio Extra Vergine d'Oliva fruttato intenso



### PROCEDIMENTO:

Pulire il pesce (squamare, eviscerare e sfilettare lo scorfano) e lavare accuratamente la lisca e la testa per eliminare tracce di sangue. Ridurre la polpa a dadini e tenera da parte con un goccio d'olio e qualche foglia di basilico.

Sbollentare i pomodori, lasciarli raffreddare, togliere la buccia e tenere da parte.

Per il fondo di scorfano far rosolare in una pentola medio alta le lisce del pesce, la testa e le verdure; bagnare con aceto e vino bianco, lasciare evaporare.

Aggiungere i pomodori pelati e acqua fredda fino a coprire; lasciare ridurre della metà schiumando spesso. Filtrare il fondo di scorfano con l'aiuto di un passino.

In una padella scaldare l'olio insieme all'aglio e al basilico, aggiungere un mestolo di fondo di scorfano, i pomodori già spellati e tagliati a dadini e lasciar cuocere qualche minuto.

Cuocere in abbondante acqua salata i paccheri e scolarli al dente in modo da terminare la cottura in padella. Aggiungere la polpa di scorfano e ultimare la cottura.

Impiattare e guarnire con un ciuffo di basilico e se fa piacere del peperoncino fresco.

Completare con un goccio di olio extra vergine di oliva fruttato intenso.

# TIRAMISU' CLASSICO

## INGREDIENTI

- 400 g di mascarpone
- 200 g di savoiardi
- 150 g di zucchero a velo
- 200 g di cioccolato fondente
- 4 tuorli
- 2 albumi
- caffè ristretto
- cacao amaro



## PROCEDIMENTO:

Per preparare il tiramisù, iniziate dalla crema al mascarpone. Dividete i tuorli dagli albumi e, in una terrina, montate questi ultimi a neve soda.

Riunite in un'altra ciotola i tuorli e lo zucchero, lavorateli a lungo con una frusta fino a ottenere un composto chiaro e spumoso.

Incorporate delicatamente a questo composto il mascarpone.

Aggiungete al composto gli albumi montati a neve.

Coprite il fondo di un piatto da portata rettangolare a bordi alti con uno strato di savoiardi e spennellateli accuratamente con il caffè; in alternativa, passateli delicatamente nel caffè senza inzupparli troppo prima di disporli nel piatto.

Ricoprite lo strato di savoiardi con uno strato di crema al mascarpone e spolverizzatela con un po' di cioccolato grattugiato. Ripetete la stessa azione fino a esaurimento degli ingredienti, terminando con uno strato di mascarpone.

Spolverizzate il tiramisù con il cacao amaro e ponete il dolce in frigorifero per circa tre ore.

## **L'ANGOLO DEL SOCIO**

Questo spazio sarà dedicato alle storie, pensieri, esperienze che i soci vorranno condividere con i colleghi, amici e frequentatori del Circolo Ufficiali delle Forze Armate d'Italia. Aspettiamo le vostre email e foto che potrete inviare a [cufa.vicedirettore@gmail.com](mailto:cufa.vicedirettore@gmail.com).

Saranno gradite nuove idee, rubriche, proposte che cercheremo di soddisfare nel miglior modo possibile.

In questo numero abbiamo voluto dedicare, nello spazio riservato ai soci, un “angolo” anche ad una ragazza dell’Università LUISS che ha scelto di svolgere il proprio tirocinio curricolare presso il nostro Circolo. Scelta originale ma che ha dato modo a Lei di conoscere un mondo nuovo e lontano dalle proprie esperienze ed a noi la possibilità di far “salire a bordo” ed entrare a far parte della squadra del CUFA un elemento di valore della nota e prestigiosa Università. Auspichiamo che Margherita sia la prima di una serie di tirocinanti e Le auguriamo un grande in bocca al lupo per la Sua vita personale e professionale.

*Ten. Col. Giovanni Ferranò*

## **“LA STORIA E’ VITA”**

**LASSU’ SUL COLLE  
TRIONFA UN’OASI  
DI INDISCUSSA BELLEZZA !  
COLONNE, DIPINTI, ANGELI, LAMPADE  
PERGAMENE E LIBRI, TESORI DELLA CULTURA  
E TESTIMONI DI UN PASSATO  
COSTELLATO DA MENTI ECCELSE !  
UNA LUNGA VERANDA CI ACCOGLIE  
CON CONFORTEVOLI DIVANI  
SOTTO LO SGUARDO SEVERO  
DEI PADRI DELLA PATRIA !  
SUL TERRAZZO  
RICCO DI PIANTE FIORITE  
E DI PETALI SCESI DALLE CIGLIA DEL CIELO  
LO SGUARDO SI PERDE  
NELLA MAGNIFICENZA DELLA  
CITTA’ ETERNA !  
SI ACCEDE CON PASSI FELPATI  
A BASSA VOCE  
SGUARDI DISCRETI  
INCONTRI GENTILI E  
RISPETTOSI DEL LUOGO  
DEL SUO FUTURO DA PROTEGGERE E  
DA CONSEGNARE AI POSTERI !  
DALLA CHIOSTRINA, AL TRAMONTO,  
LINGUE DI FUOCO...  
E, DI NOTTE, LE STELLE  
TI FANNO SOGNARE !**



*Carmela Costanzo*

## Esperienza di tirocinio al CUFA: un viaggio fra storia e cultura

Ho avuto il piacere di svolgere un tirocinio curricolare presso il Circolo Ufficiali delle Forze Armate d'Italia, durante il quale ho avuto l'opportunità di immergermi nella ricca storia di un club prestigioso ed esclusivo.



Il progetto principale a cui mi sono dedicata è la stesura di un libro contenente la storia del Circolo ed i suoi progetti quotidiani. Scrivere questo volume è stato un viaggio emozionante attraverso i decenni di storia del Circolo: ho esplorato vecchi archivi, parlato con soci esperti ed analizzato i documenti preziosi che hanno creato la storia del CUFA. La sfida principale è stata comprendere e conciliare diverse fonti per creare un racconto coeso ed interessante che celebrasse la natura del Circolo ed i suoi obiettivi, e nonostante le iniziali difficoltà posso adesso dichiararmi entusiasta di presentare il lavoro finito in ben due lingue. In un secondo tempo, mi sono dedicata alla creazione di un nuovo libro, contenente le ricette del Circolo legate a pezzi storici e culturali presenti nella struttura, creando di fatto una raccolta di elementi di grande valore per il nostro paese, la cui conoscenza e diffusione è in realtà il vero scopo di questi progetti.

A livello organizzativo mi sto invece dedicando con grande piacere all'approfondimento delle relazioni fra il Circolo e la mia Università, così da permettere anche ai miei colleghi di godere di un'occasione unica di crescita in un ambiente stimolante.

Lavorare al Circolo mi ha infatti permesso di comprendere meglio una realtà complessa e spesso sconosciuta a noi studenti universitari, quale è quella delle Forze Armate. Ho compreso appieno le loro funzioni e la loro missione: non si occupano della sola difesa del paese, bensì queste svolgono un importante ruolo nel tutelare il patrimonio e le tradizioni della Nazione, costituendone un importante collante. Scoprire direttamente il lavoro e le carriere dei membri del Circolo ha rappresentato certamente anche una preziosa occasione di confronto per una studentessa di Scienze Politiche interessata all'esplorazione di un possibile percorso di carriera nel settore pubblico.

Lavorare a stretto contatto con figure di spicco mi ha infatti fornito una prospettiva unica su come le decisioni e le dinamiche organizzative influenzano il funzionamento di istituzioni storiche come il Circolo Ufficiali.

In conclusione, questa esperienza ha arricchito il mio bagaglio di conoscenze e mi ha ispirata a considerare nuove direzioni professionali che possano valorizzare le mie competenze. Si tratta quindi di un tirocinio impegnativo ma gratificante, che mi ha permesso di lavorare a stretto contatto con figure di spicco per il nostro Paese, che ringrazio per avermi ispirata e guidata durante il percorso ed alle quali spero di aver lasciato un'impressione positiva e duratura.

*Margherita Bianco*

28 giugno 2024





*Il Circolo Ufficiali delle Forze Armate d'Italia  
Presenta*



da  
Giovedì  
2 maggio 2024

## Brunch al **CUFA**

*In Terrazza, dalle 12,30 alle 14,00*

**SU PRENOTAZIONE**

**servizio aperto tutti i giorni feriali  
(dal martedì al venerdì)**



**CHIEDERE COME  
IN CASO DI CONDIZIONI AVVERSE**

Informazioni e prenotazioni al

Linea interna 02-6387... linea urbana 06-4691 6387

lunedì - giovedì 08.30 - 12.00

**a settembre**

*Il Circolo Ufficiali delle Forze Armate d'Italia*

*Presenta*

# CUFA *Live*

**da Marzo 2024**

**IL PRIMO CANALE DI WebTV DEDICATO AL CUFA**  
potrete vedere la diretta degli spettacoli da casa

**PER ISCRIVERSI INVIARE UNA EMAIL A**  
**[cufalive@gmail.com](mailto:cufalive@gmail.com) ALLEGANDO IL MODULO**  
**(scaricabile da internet) E COPIA DELLA CMD O**  
**TESSERA CUFA**



**inquadra il  
QRcode per  
scaricare il  
modulo**

**TOCCA IL QRcode  
PER SCARICARE IL  
MODULO**



**Per Iscrizione ed Informazioni, scrivere a :**  
**[cufalive@gmail.com](mailto:cufalive@gmail.com)**

# **CONTATTI ED INFORMAZIONI UTILI**

## **Circolo Ufficiali delle Forze Armate d'Italia**

Villa Savorgnan di Brazzà  
Via XX settembre, 2  
00187 Roma

### **Nucleo Tesseramento**

Tel. Militare: 202.6381 Tel. Civile: 06 4691 6381

[cufa.tesseramento@smd.difesa.it](mailto:cufa.tesseramento@smd.difesa.it)

(Dal Lunedì al venerdì, dalle ore 09:00 alle ore 11:30 e dalle 13:00 alle 15:00)

### **Reception**

Tel. Militare: 202.6388 Tel. Civile: 06 4691 6388

[cufa.ricezione@smd.difesa.it](mailto:cufa.ricezione@smd.difesa.it)

### **Ufficio Attività Istituzionali**

Tel. Militare: 202.6376/57/75

Tel. Civile: 06 46916376/57/75

[cufa.eventi@smd.difesa.it](mailto:cufa.eventi@smd.difesa.it)

[cufa.eventi1@smd.difesa.it](mailto:cufa.eventi1@smd.difesa.it)

[cufa.eventi2@smd.difesa.it](mailto:cufa.eventi2@smd.difesa.it)

## **L'UFFICIO ATTIVITA' ISTITUZIONALI RICEVE PREVIO APPUNTAMENTO**

(Dal Lunedì al Giovedì, dalle 15:00 alle 18.00 e Venerdì, dalle ore 15:00 alle ore 17:00)

---

## **Bar - Ristorante (prenotazioni)**

Tel. Militare: 202.6387      Tel. Civile: 06 4691 6387

### **Orari di apertura del Circolo**

**Bar** (Lunedì chiusura settimanale)

- dal martedì alla domenica dalle ore 08:30 alle ore 15:00
- Venerdì e sabato apertura anche serale dalle ore 18:30 alle ore 23:00

**Ristorante** (Lunedì chiusura settimanale)

Pranzo (ingresso)

- dal martedì al sabato, dalle ore 12:30 alle ore 14:00
- domenica dalle ore 13:00 alle ore 14:30 (**Domenica, chiusura dei locali alle ore 16:00**)

Cena (ingresso)

- Venerdì e sabato dalle ore 20:30 alle ore 22:00

### **Avvertenze**

Le prenotazioni al ristorante per il pranzo domenicale sono di norma ricevute entro le 12:00 del venerdì precedente. Decorso tale termine, saranno possibili nei limiti di capienza delle sale

Sono fatte salve varianti al calendario settimanale e agli orari di apertura del Ristorante e/o del Bar, disposte dal Direttore in relazione a specifiche esigenze istituzionali, a norma dell'art. 14 del [regolamento](#)



**STATO MAGGIORE DELLA DIFESA**  
**Circolo Ufficiali delle Forze Armate d'Italia**  
Villa Savorgnan di Brazzà  
Via XX settembre, 2  
00184 Roma