



# CIRCOLO UFFICIALI DELLE FORZE ARMATE D'ITALIA



## La Sciarpa Azzurra

Bollettino d'informazione

n. 04 / 2024





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

- Calamarata al Datterino Giallo e Rosso con Guanciaie croccante e scaglie di Pecorino **pag. 4**
- Sella di Coniglio in Porchetta** **pag. 5**
- Spuma di Baccalà mantecato con Polenta croccante e Ceci al Rosmarino **pag. 6**

### L'ANGOLO DEL SOCIO

- “Stanze” di Marco Vescarelli **pag. 8**
- “La Befana” di Claudio Toppi **pag. 9**
- “Novembre” di Claudio Toppi **pag. 10**

### AGGIORNAMENTI

- Procedura di accesso al nuovo canale di WEB-TV del CUFA **pag. 12**
- Borse di studio per studenti della scuola secondaria di II grado **pag. 13**
- Crociera MSC con contributo del CUFA **pag. 14**

### CONTATTI ED INFORMAZIONI UTILI

**pag. 15**



# CONSIGLI DALLO CHEF

## Calamarata al Datterino Giallo e Rosso con Guanciales croccante e scaglie di Pecorino



a cura del  
1° Maresciallo  
*Luigi Cosciotti*

### INGREDIENTI per 4 persone

- 500 g di Calamarata
- 200 gr di Datterini gialli
- 200 gr di Datterini rossi
- 250 g di Guanciales
- 50 g di Pecorino
- 4 foglie di Basilico
- q.b. di Sale

### PROCEDIMENTO:

Mettete sul fuoco una pentola con l'acqua e a bollore aggiungere il sale grosso e calare la calamarata e cuocerla per circa metà del tempo indicato sulla confezione.

Nel frattempo tagliate il guanciales a listarelle non troppo sottili e mettetelo a cuocere in padella finché non sarà croccante, stando attenti a non bruciarlo per evitare un aroma troppo forte. Dopo di che togliete il guanciales dalla padella e metterlo da parte in modo da aggiungerlo come nota croccante sui piatti a fine cottura. Nella stessa padella e nel grasso del guanciales mettere i datterini e far cuocere per qualche minuto.

Scolate la pasta nella padella insieme ai datterini e continuare la cottura, versando ogni tanto, un mestolo di acqua di cottura e lasciate andare per i restanti minuti mescolando spesso, in modo che la pasta rilasci per bene gli amidi e renda il piatto cremoso.

Se necessario aggiungete ancora acqua di cottura.

Quando la calamarata sarà cotta spegnete il fuoco e mantecate il tutto con il pecorino grattugiato.

Impiattate aggiungendo il guanciales che avete tenuto da parte in precedenza, delle scagliette di pecorino e una fogliolina di basilico.

Il risultato sarà un primo piatto cremoso, avvolgente ed estremamente goloso.



# SELLA DI CONIGLIO IN PORCHETTA

**a cura del 1° Maresciallo Luigi Cosciotti**

## **INGREDIENTI**

- 1 coniglio intero disossato
- 2 dl di aceto
- 200 g di prosciutto crudo a fettine
- 1 dl di vino bianco secco
- Salvia
- Rosmarino
- Finocchietto selvatico
- 1 spicchio d'aglio
- Foglia d'alloro
- Burro
- Olio extra vergine di oliva
- Sale
- Pepe



## **PROCEDIMENTO**

Fate disossare il coniglio, lavatelo, eliminate il fegato e lasciatelo marinare per 1 ora in acqua fredda e aceto. Sgocciolatelo, passatelo sotto l'acqua corrente, asciugatelo. Tritate abbondante salvia, rosmarino, finocchietto e uno spicchio d'aglio, distribuitene la metà sul coniglio disossato bene aperto, spolverizzate generosamente di pepe, sopra adagiate le fettine di prosciutto e cospargetele con il resto delle erbe tritate.

Arrotolate il coniglio su se stesso il più stretto possibile, e legate il rotolo con lo spago da cucina. In una pentola ovale, scaldate tre cucchiai d'olio con una noce di burro, fatevi colorire il rotolo di coniglio girandolo più volte, spruzzatelo con il vino, lasciate evaporare, aggiungete la foglia d'alloro, coprite e cuocete per almeno 90 minuti spruzzando acqua calda se occorre. Ritirate dal fuoco, fate raffreddare, eliminate lo spago e tagliate il rotolo a fettine alte  $\frac{3}{4}$  cm e nappare con il suo fondo

# SPUMA DI BACCALA' MANTECATO CON CROCCANTE DI POLENTA E CECI AL ROSMARINO

**a cura del 1° Maresciallo Luigi Cosciotti**

## **INGREDIENTI per 4 persone**



- 250 gr di BACCALA' REIDRATATO
- 70 gr OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA
- 200 gr di CECI SECCHI (oppure in scatola)
- 200gr di POLENTA COTTA
- 1/2 lt di ACQUA (facoltativo)
- 1/2 di LATTE
- 4 cucchiari di PANNA FRESCA LIQUIDA
- 1 rametto di ROSMARINO
- 1 Spicchio d'Aglio
- Pepe e Sale QB
- Olio per friggere

## **PROCEDIMENTO:**

Il baccalà deve essere messo a bagno per almeno 24 ore, cambiando l'acqua frequentemente. Lo stesso procedimento viene applicato anche ai ceci (se secchi) con la differenza di NON CAMBIARE l'acqua.

Trascorse le 24 ore, il baccalà viene messo in cottura con l'acqua e il latte per circa 30 minuti. Nel frattempo, in un'altra pentola cuocere i ceci con l'aglio e il rosmarino salandoli soltanto a fine cottura e conserviamoli per la preparazione finale.

Preparare la polenta e mentre è ancora calda, distribuirla su un foglio di carta da forno. A questo punto la copriamo con un altro foglio di carta da forno e con il mattarello la stendiamo fino a raggiungere uno spessore di circa 3 millimetri. Al termine del trattamento, posizioniamo la sfoglia di polenta su un vassoio e la facciamo riposare in frigorifero.

Lasciare colare il baccalà dal latte, controllare che non vi siano spine, e frullatelo incorporando a filo la panna fresca liquida e l'olio evo, entrambe freddi, fino ad ottenere una spuma bianca e voluminosa. A seguire, conservarla in frigorifero.

Poco prima di servire, con un coltellino ricaviamo dalla polenta delle cialdine, a forma di foglia per esempio (come da foto), e le friggiamo in abbondante olio. A fine cottura dovranno rimanere croccanti, tipo chips e teniamole in caldo.

A questo punto siamo pronti ad impiattare, seguendo le istruzioni:

- mettere la spuma di Baccalà al centro del piatto
- disporre le chips di polenta come petali in modo da disegnare un fiore
- al centro una cucchiata di ceci caldi
- condiamo ancora con un giro d'olio extra vergine e del pepe nero macinato al momento.

## 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.

Con la pubblicazione sullo scorso numero della poesia della Socia Carmela Costanzo, abbiamo *solleticato* l'interesse di altri soci che ci hanno inviato i loro scritti o quelli dei loro familiari stretti.

Pertanto, ringrazio il Socio Antonio Toppi per la concessione delle poesie del padre Claudio e il Socio Marco Vescarelli per la condivisione della sua "Stanze".

Buona lettura.

*Ten. Col. Giovanni Serranò*

# STANZE

**Abstract**

Quando sei adolescente e ti chiudi in camera tutto il pomeriggio non ci pensi.

Quando sei adolescente e non parli per giorni interi non ci pensi.

Quando diventi padre ti interroghi sui silenzi di tuo figlio.

Se sei bravo, guardi, soppesi, rifletti.

Traguardando di soppiatto in quelle stanze.

poesia tratta dalla raccolta "Dietro le foschie", libro scritto dall'autore insieme ai figli Francesco e Leonardo

Sei lì solitario  
che respiri l'affanno  
strisciante disagio  
malcelato malanno  
che sazi di noie e di ansie,  
precario.  
In te questa vita  
implode con forza  
ti strugge accanita  
ti intacca la scorza  
di imberbe ragazzo  
tra dubbi e mancanze  
amori e imbarazzo  
nel buio di stanze  
che scorgono già i contorni di un uomo  
odorose di fumo sudore e speranze  
in un sordo silenzio  
in un cieco frastuono.

Cuffie adagiate  
su un viso sognante  
anch'esse annoiate  
dal tuo esser distante  
da un mondo reale  
spento quasi in stand by  
e che appare spettrale  
da non credere mai  
in un giorno migliore  
senza "se" e senza "ma"  
ma che arriva amor mio  
te lo giuro!  
Papà.



*Marco Vescarelli*

# LA BEFANA

Ecco gennaio, è festa, è la Befana ; se mette la carzetta  
'nder cammino

te la ricorda la scena lontana coi doni che portarèno ar  
Bambino.

Vennero lemme lemme da lontano li magi, e ie portarèno li  
doni

come aspettò Gesù a Betlemme, così stanno a spettà li  
pupi boni .

Tu giri, e vedi fori tanta gente indaffarata pe compra  
balocchi,

nun ce pensate, c'è chi nun c'ha gnente, solo pe piagne  
je so rimasti l'occhi.

Povera gente che la su Befana sarà d'un mandarino e  
quarache mela,

'na pupazzetta de stracci o 'na barchetta co 'na bianca  
vela.

A loro nu'je porta le pupazze, ma quelle che c'hanno er  
pizzo e er taffetà,

quelle che te pareno ragazze, so tanto belle ma fanno  
pietà.

Le metti giù sdraiate a fa la nanna, poi le riarzi e lo  
senti un lamento,

te dicono : lo senti chiama mamma, ma della mamma nun  
c'ha er sentimento.

Invece l'antra ch'è tutta de pezza, è stretta dalla  
bambina che s'affanna

tra 'n bacio, 'na sgridata e 'na carezza, dormi pupetta,  
ta riscalla mamma.

Quer corpicino gracile e patito, però c'ha quer calore  
d'angioletto,



te nu' lo vedi più  
rinfreddolito quando se  
strigne la pupazza ar petto.

Vedi a sto monno, è 'na  
cosa strana che tra la povertà  
c'è tanto core,

tra le persone agiate, mia  
Befana, porta bonsenso e  
portaje l'amore.

*Claudio Toppi*

# NOVEMBRE

Ecco novembre , è er mese de li morti. Se vedeno che tutti hanno 'n pensiero

e pure te un fiore a lui je porti,  
quer fiore d'un amor tanto sincero.

Povera fija che der fidanzato se lo riserva un tenero conforto,  
perché er destino, vedi, l'ha spezzato'n amore appena nato ed è già morto.

La vedi li tra quer pilastro nero che sotto ce so chiuse le su spoie,  
se le pulisce e poi je accenne 'n cero. Nu l'ha vuluti unì marito e moie.

Lei l'ha promesso a lui, sarò tua sola quanno che stava in fonno all'ospedale

e mentre che esalava l'urtima parola,  
je parlò der manto monacale.

Qui se vede ogni anno con un fiore varcà la soia de quer camposanto

quello che je ricorda er grande amore. Tutta vestita in nero con un manto

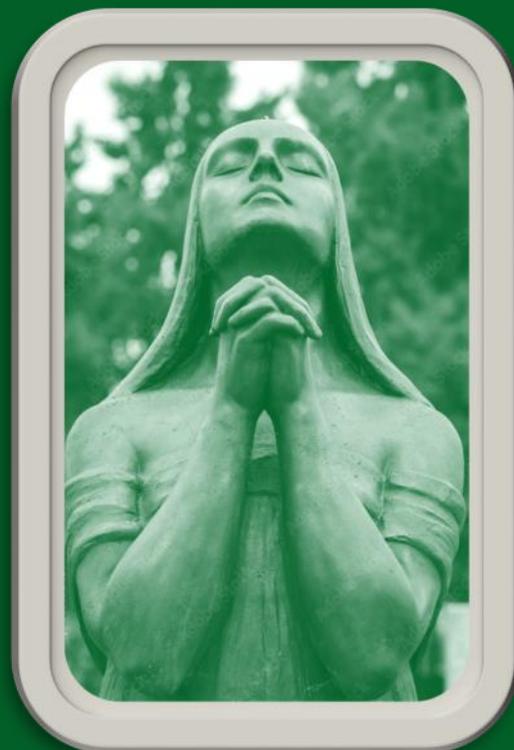
io nu' so' stata tua che cor pensiero, me lo ricordo sempre quer tuo viso,

vorrei sta' qui con te ner cimitero e con l'anima venì li in paradiso.

Lenta s'avvia verso la porta dicenno a lui le solite preghiere

e sur cancello ancora se rivorta facennoie vede quer triste viso

che ai tempi dell'amore era bello, carino, vispo più de 'n fiore.



Dopo che il mal destino lui l'ha preso, lei s'è consumata  
ma nell'occhi sui niente è cambiato e solo nell'anima sè  
purificata.

Quanno che passa lei tu nu la senti, cammina come se  
c'avesse l'ali

s'è dedicata tutta a li lamenti e all'ospedale sta a allevia'  
li mali.

Anima pura te sei meritata un posto in paradiso.

M'immagino vede er tuo fidanzato che te viè 'n contro con  
'n bel sorriso

te porterà a li piedi der Signore , e li der puro amore lui  
se vanta

a lui hai custodito casto er core, giù eri monachella qui sei  
Santa.

*Claudio Toppi*



*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**



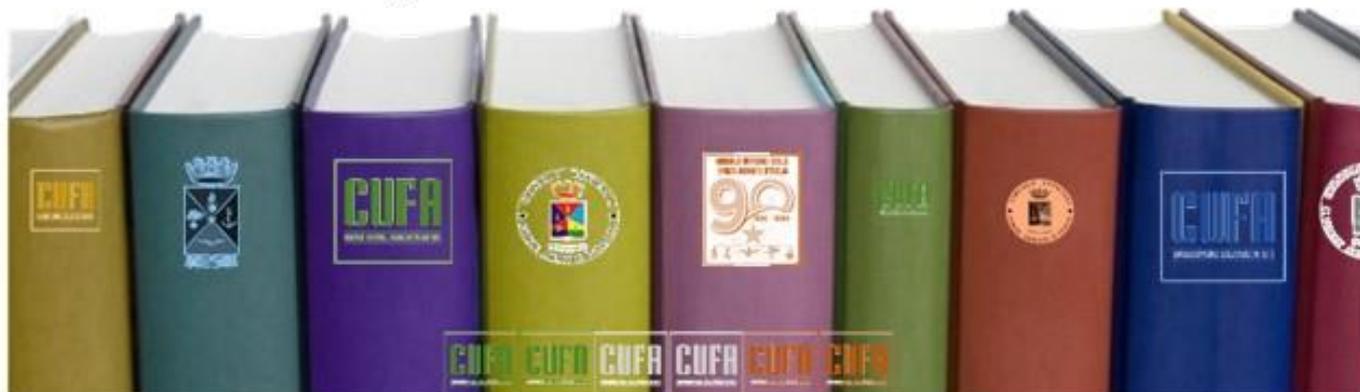
**Per Iscrizione ed Informazioni, scrivere a :**  
**[cufalive@gmail.com](mailto:cufalive@gmail.com)**



*Il Circolo Ufficiali delle Forze Armate d'Italia*

*presenta*

Tra le iniziative per il 90° anniversario della costituzione del Circolo, la Direzione, con l'approvazione del Consiglio di Amministrazione, ha istituito 50 borse di studio per i figli dei soci che frequentano la scuola secondaria di II grado.



# BORSE DI STUDIO 2024



1<sup>a</sup> edizione

**Presentazione domande  
Entro Giovedì 31 ottobre**

Inquadra il QR-code per raggiungere la pagina web



POSTA  
ELETTRONICA  
CERTIFICATA

Saranno ammesse solo le domande che arriveranno all'indirizzo di Posta elettronica Certificata nei tempi indicati

[cufa@postacert.difesa.it](mailto:cufa@postacert.difesa.it)

siamo lieti di comunicarle che, in merito alla nostra iniziativa il “**Burraco itinerante**”, l’agenzia GreenTours propone un’imperdibile **crociera sul Mediterraneo dal 3 al 10 dicembre 2024 a bordo della MSC Lirica**.

La crociera proposta consiste in un itinerario di 7 notti/8 giorni, con partenza da Civitavecchia che vede le seguenti tappe:

- **Civitavecchia (Roma, Italia)** martedì 3 dicembre - partenza 19:00
- **Livorno (Firenze, Italia)** mercoledì 4 dicembre - arrivo 07:00 – partenza 19:00
- **Marsiglia (Provenza, Francia)** giovedì 5 dicembre – arrivo 10:00 – partenza 18:00
- **Palma de Mallorca (Isole Baleari, Spagna)** venerdì 6 dicembre – arrivo 12:00 – partenza 21:00
- **Valencia (Spagna)** sabato 7 dicembre – arrivo 08:00 – partenza 17:00
- Domenica 8 dicembre in navigazione
- **Cagliari (Sardegna, Italia)** lunedì 9 dicembre – arrivo 08:00 – partenza 17:00
- **Civitavecchia (Roma, Italia)** martedì 10 dicembre – arrivo 08:00

Se interessati, inviare i seguenti dati tramite mail a [cufa@greentours.travel](mailto:cufa@greentours.travel)

Tipologia cabina	Prezzo	contributo	Costo finale
Junior interna	699 €	300 €	399 €
Junior Ocean View	789 €	300 €	489 €
Junior balcony	969 €	300 €	669 €

I prezzi indicati sono da considerarsi per persona in cabina doppia e includono: bevande pacchetto Easy, assicurazione sanitaria base, tasse portuali e quota servizio nave.

Assicurazione annullamento 30€ a persona.

Si precisa che, su decisione del Consiglio di Amministrazione, verrà riconosciuto, sul valore economico complessivo del costo del pacchetto/soggiorno, un **contributo ai soci che parteciperanno al viaggio di 300€ a persona** (per un massimo di 600 € per due partecipanti), che verrà accreditato direttamente dal CUFA sul conto c/c (IBAN) del socio partecipante al termine del viaggio.

Di tutti i partecipanti:

- Nome, cognome, (documento di riconoscimento)
- Data di nascita
- Luogo di nascita

Di chi effettua il pagamento

- Indirizzo di residenza
- Codice fiscale
- Numero di telefono
- Tipologia di camera richiesta
- Il numero della propria CMD (per il personale in servizio) o il numero della tessera CUFA (per i soci iscritti a domanda).



**CONTATTI:** email: [cufa@greentours.travel](mailto:cufa@greentours.travel) Via della Consulta 3 Roma.

Si rappresenta che, tale comunicazione ha carattere informativo per i soli i soci e/o frequentatori di questo sodalizio.

# **CONTATTI ED INFORMAZIONI UTILI**

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

Villa Savorgnan di Brazzà  
Via XX settembre, 2  
00187 Roma  
Codice fiscale 00439540584

### **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