IX edizione
INVERNO 2013-2014

Rimini da mangiare

Guida alla PAUSA PRANZO in città

tradizionale, vegetariana, vegana, biologica, etnica, fast...

Contiene "Itinerari di Arte e Storia nella Città"

guide tematiche
link

Rimini da mangiare

pausa pranzo in città

Guida illustrata, VIII edizione inverno 2013/14.
Editore: Turisport Edizioni di Roberto Gamberini
Coordinamento Commerciale: Donatella Bocci
Grafica: Turisport - Cicchetti Valeria
Redazione: Turisport via Melozzo da Forlì, 36 - Rimini
Tel. 0541 787643
versione Guida su web: www.linkrimini.it
e-mail: turisport2001@yahoo.it
Stampe: Poligrafica La Pieve Editore - Villa Verucchio
Foto: archivio Turisport, archivio Comune di Rimini

guide tematiche link

con il patrocinio di:

PROVINCIA DI RIMINI

Comune di Rimini

Finito di stampare nel mese di:
dicembre 2013

Tutti i diritti sono riservati.
È vietata la riproduzione anche parziale senza l'autorizzazione dell'Editore.

Indice

■ **Presentazione** pag. 3

■ **Consigli utili** pag. 5

■ **Tavole Rosse** pag. 13
Ristoranti · Trattorie
Osterie · Pizzerie

■ **Tavole Verdi** pag. 29
Biologico · Vegetariano · Tipico

■ **Tavole Gialle** pag. 37
Bar · Caffetterie · Cantinette

■ **Tavole Blu** pag. 45
Gastronomie · Rosticcerie
Pizzerie al taglio

■ **Piantine stradali di Rimini con i riferimenti degli esercizi** pag. 58

TEMPO DI "PAUSA PRANZO" IN CITTÀ.

Con l'inverno 2013-14 siamo giunti alla VIII edizione di questa piccola, ma utilissima guida alla **"pausa pranzo"**. In queste pagine troverete numerose soluzioni, idee stuzzicanti, locali noti e altri nuovi che varrà la pena "visitare".

Perché una guida sulla pausa pranzo?

A giudicare dal movimento frenetico che si registra ogni giorno feriale, nell'intervallo di mezzogiorno, quando negozi, uffici, laboratori e tante altre attività produttive sospendono l'attività per consentire la meritata "pausa pranzo", il "rito" assume un valore che va al di là del puro fenomeno economico, che pure è consistente. Diventa ormai cultura e costume, un must, qualcosa che va dunque affrontato con la coscienza della sua rilevanza anche sui nostri stili di vita e anche, inevitabilmente, sulla nostra salute.

Ogni giorno migliaia di riminesi consumano questo rito fuori casa. Chi per lavoro, chi per comodità, chi per scelta alternativa al pranzo domestico, dalle 12.30 alle 13.30 professionisti, studenti, impiegati, artigiani, operai e commesse, pendolari o residenti, si dirigono verso uno dei tanti punti di ristoro di cui la città è ricchissima. In effetti, per chi non torna a casa o consuma il pranzo in ufficio, c'è solo l'imbarazzo della scelta: **mense, ristoranti, trattorie, cantinette, bioristò, bar, caffetterie, locali bio e per vegetariani, pizzerie, fast food, piadinerie** e **gastronomie** di ogni genere, dalla carne al pesce, ai piatti pronti, dal tradizionale casereccio all'etnico.

Ormai siamo tutti d'accordo**: la pausa pranzo è un momento cruciale nella nostra giornata, sia dal punto di vista nutrizionale, che psicologico e relazionale**.

Ecco perchè non va sottovalutato anche il modo in cui mangiamo: concedersi una pausa dal lavoro, che non vuol dire necessariamente stare 3 ore seduti ad un tavolo (bastano anche 40 minuti per trarre dei benefici sia nel lungo che breve tempo) permette di ricaricare le proprie energie (fisiche e mentali) e dare spazio alla convivialità.

Consigli utili per la "Pausa Pranzo"

Il proliferare di locali che propongono soluzioni per la pausa pranzo non ha certo mandato in pensione il panino, che non sarà più il simbolo incontrastato del break di mezzogiorno ma a giudicare dai milioni di panini consumati ogni anno nei bar italiani sembrerebbe ancora godere di un gran favore popolare. Anche se, dalle nostre parti, il panino subisce la concorrenza di piadine farcite e cassoncini, spianate e pizzette. La cosa positiva è che, parallelamente, è cresciuta la consapevolezza che **una alimentazione varia e appropriata in pausa pranzo** sia il presupposto per fare di più e meglio, a prescindere dal tipo di sforzi che richiede la propria occupazione. Ecco perché è opportuno rispettare alcune regole.

» E' opportuno non saltare la colazione.

Piuttosto è meglio svegliarsi un po' prima, o portarla con sé sul lavoro. Il rischio altrimenti è quello di arrivare all'una (pausa pranzo) con i crampi allo stomaco, emicrania, spossatezza, a meno che non si sia ceduto prima allo spuntino di metà mattina. Questo comunque non da incriminare in toto: un caffè può essere utile a infondere un pò di energia. Ancora meglio sarebbe optare per un frutto, tenendosi a debita distanza dai distributori automatici gremiti di "junk food".

›› Mangiare in ufficio davanti al computer è sconsigliabile.

Il pasto corretto richiede almeno 30/40 minuti. Mangiare troppo velocemente, in preda all'ansia del poco tempo disponibile, o peggio ancora in piedi, ostacola la digestione e da un senso di sazietà precario destinato a innescare reazioni a catena di spuntini e snack durante tutto il pomeriggio, **poco raccomandabili per la linea e la salute.** Al bando dunque pause 'fast' e pasti 'a metà', spesso ricchi di grassi, ma insoddisfacenti, che mettono a repentaglio salute e performance lavorative. Specialmente nella stagione invernale quello della pausa pranzo dovrebbe essere un piatto consumato seduti e lentamente. Importante, nella scelta della pausa pranzo, è tenere presente che **il fabbisogno di calorie** che un adulto deve introdurre con il pranzo è tra le 60 e le 800, che corrisponde al 30-40% del fabbisogno giornaliero.

›› Cosa ordinare?

In questa guida troverete effettivamente un po' di tutto e dunque risulta difficile consigliare una soluzione o un altra. Dipenderà spesso anche dal tempo che avete a disposizione, dalla comodità di raggiungere un posto piuttosto che un altro, dalle "voglie" che nascono improvvise o dalla esigenza di **"variare" che è poi ciò che più consigliamo**. Nel corso dell'inverno approfittate per fare un giro panoramico per i corner che propongono stuzzicanti "pausa pranzo".

La media qualitativa è piuttosto alta e il genere dipende sempre da tanti fattori e da esigenze personali. **Anche sul piano economico troviamo che l'offerta sia piuttosto buona:** piatti unici da 5 euro in su, buffet misti da 6/7 euro, pause pranzo complete di acqua (o vino) e caffè con 11/12 euro. Dove possibile, optare per un piatto piuttosto che per un panino. Fate però attenzione ai condimenti. Se siete fanatici delle insalatone anche d'inverno, sappiate che sono innocue e dunque si alle verdure fresche crude o cotte, ma prudenza con i mix esplosivi di ingredienti tra loro diversissimi.

›› Salute e alimentazione: la pausa pranzo diventa Wellness

Piatti bio o vegetariani sono sempre più richiesti, come pure sono in crescita le proposte di menù per celiaci, veganiani ecc... Sembra proprio - e finalmente - che la tendenza stia cambiando. Sempre più persone infatti dimostrano l'interesse a conciliare lo stile di vita frenetico con le esigenze del proprio corpo. E aumentano i bar e i ristoranti che propongono ai loro clienti piatti freschi, bilanciati nei sapori, che senza rinunciare al gusto, siano in grado ma anche di dare un valore aggiunto al cibo. Introdurre il concetto di **cucina wellness**, infatti, è sinonimo di ricerca per un benessere psicofisico, componente fondamentale per la felicità delle persone. Per mangiare in modo sano la scelta delle **materie prime di qualità** è importante ma non sufficiente: conoscere le **giuste quantità**, i **corretti abbinamenti** e utilizzare specifici **metodi di cottura**, sono gli ingredienti principali per un pasto nutrizionalmente ben bilanciato, anche fuori casa.

Rimini e la Romagna vogliono dire accoglienza, cortesia e soprattutto buona tavola.

Benvenuti nel Paradiso del Cibo

Che siate seduti ai tavoli di un ristorante, di un risto-bar, di una cantinetta o trattoria, la buona tavola romagnola e' sempre protagonista. In qualsiasi momento e nelle più svariate occasioni, con gli amici, nelle inaugurazioni o negli incontri, ma anche in occasione di una pausa pranzo....

Nella nostra terra i piatti sono semplici già nella loro preparazione, ma gustosi per la naturalità dei loro ingredienti. Non alterati con lunghe cotture o intrusioni esotiche.

La cucina riminese, costituisce senza dubbio uno degli elementi forti della capacità di accoglienza, della storia, della cultura e dell'anima stessa della gente che vi abita.

Nata come cucina povera di contadini e pescatori, ha saputo conservare integri i sapori semplici dell'orto e del pesce appena pescato, arricchiti da una fantasia tipica di chi è ricco di ingegno.

Un esercito di primi piatti, con pasta fatta a mano, come tagliatelle, tagliolini, ravioli, cappelletti e strozzapreti sono i sapori che resteranno impressi.

Si possono condire con ragù, con sugo alle vongole, o come più aggrada: sono ottimi con tutto.

Ma soprattutto non perdetevi i passatelli, una sorta di meravigliosi "vermetti" a base di pangrattato, uova, parmigiano, noce moscata e scorzetta di limone. Una fantastica minestra dei giorni di festa, da mangiare in brodo o asciutti.

Non mancano gli antipasti con i salumi romagnoli, accompagnati dalla mitica piadina e lo squacquerone, poi le ottime carni, in umido e alla griglia, e il pesce, con zuppe e brodetti, pesce azzurro e frittura. Tra i secondi piatti spiccano gli arrosti, il galletto e le carni grigliate come il castrato, la salsiccia, le braciole o le appetitose costine di maiale.

E per finire, tra i dolci, non possiamo dimenticarci della ciambella, delle frittelle e delle castagnole. E quindi, lasciatevi travolgere e conquistare dal piacere di trascorrere qualche ora a tavola, in compagnia di un buon Sangiovese e dell'immancabile piadina! Buon appetito!

Centro Storico di Rimini

La Domus del chirurgo

A partire dal 7 dicembre 2007 è aperta al pubblico la Domus del chirurgo, una piccola Pompei riemersa dal buio dei secoli nel cuore storico di Rimini. Un successo di pubblico che fa di questo sito archeologico una delle principali attrazioni turistico culturali della città. A fare il giro del mondo, l'importanza del ritrovamento archeologico del tutto eccezionale che qui è stato rinvenuto: **il più ricco corredo chirurgico del mondo romano a noi noto**. E una suggestiva scenografia ove scorrono 2000 anni di storia in una cornice disegnata con i più attuali criteri della musealizzazione. Ad aprirsi agli occhi del visitatore è un'area archeologica di 700 mq. che ha restituito gli strumenti del lavoro di un chirurgo che operava all'interno di un'abitazione di Ariminum del III secolo, destinata in parte all'esercizio della professione medica e farmaceutica. Uno scavo che l'opera architettonica protegge e valorizza, offrendolo allo sguardo dei passanti. La struttura si inserisce nello spazio urbano integrandosi nel giardino della piazza Ferrari: al suo interno un sistema di passerelle trasparenti, sospese sulle strutture antiche, ne consente un'agile lettura. Il caso ha voluto che la Domus si trovi proprio accanto al Museo, di cui fa parte integrante completandone il percorso.

Itinerari di Arte e Storia

Museo della Città

In via L. Tonini, 1, accanto alla Chiesa del Suffragio, ospitato nel settecentesco collegio dei Gesuiti (per info tel. 0541.21482), il Museo della Città raccoglie il passato di Rimini. È una miniera di meraviglie e curiosità. Ci sono le piccole pedine che venivano usate come biglietti di ingresso all'Anfiteatro, statuine di gladiatori, gruzzoli di spiccioli dell'epoca romana, sfarzosi mosaici, anfore e laterizi delle fornaci di argilla aperte dai primi imprenditori riminesi. Vi sono esposte le opere della **Pinacoteca**, ove si possono ammirare dipinti, sculture e ceramiche, arazzi e oreficerie, l'imponente affresco con il Giudizio Universale proveniente dalla chiesa di Sant'Agostino, i capolavori della Scuola Riminese del Trecento, il raffinato Crocifisso di Giovanni da Rimini e il prezioso polittico di Giuliano da Rimini, vasellame e boccali decorati con stemmi malatestiani, preziose tavole dell'età d'oro della signoria dei Malatesta commissionate ad artisti di grande fama quali: Giovanni Bellini, Domenico Ghirlandaio, Agostino di Duccio, Pisanello e Matteo de' Pasti, Guido Cagnacci, il Centino, il Guercino e Simone Cantarini. Il **cortile interno** ospita il Lapidario romano con un'ampia raccolta di iscrizioni dal I sec. a.C. al IV d.C. Uno spazio permanente è dedicato alla splendida produzione grafica di Renè Gruau, artista riminese che per oltre 70 anni ha operato nel campo dell'illustrazione di moda. Recentemente è stata aperta la prima sezione del Museo Archeologico, dedicata alla Rimini imperiale del II e III secolo, con particolare risalto alla Domus di Palazzo Diotallevi, celebre per il mosaico delle barche, e alla Domus di piazza Ferrari, nota per il ricchissimo strumentario del medico-chirurgo.

testi tratti dal sito www.riminiturismo.it

Ristorante Pizzeria
"da Thomas"
Specialità Pesce

Felice Anno Nuovo
Anche nel 2014,
quinto anno di gestione,
Massimiliano vi aspetta
con nuovi menù
e gustose proposte
LUNEDÌ APERTO
Seguici su FB per tenerti aggiornato sulle nostre novità
Lungomare G. Di Vittorio, 15 - (di fronte al Bagno 68)
Rimini - Tel. 0541 387615 - 346 8036100
CHIUSO MARTEDÌ - Lunedì, mercoledì, giovedì e venerdì aperto a cena
Sabato e domenica aperto pranzo e cena

TAVOLE ROSSE

Ristoranti • Trattorie • Osterie • Pizzerie

1. **Pizzeria Osteria Il Mare in Piazza**
   Ristorante - Pizzeria
2. **Liberty**
   Ristorante - Pizzeria
3. **Cavalieri Spiaggia**
   Ristorante - Pizzeria
4. **Libeccio**
   Ristorante - Pizzeria

Le piantine stradali di Rimini
con i riferimenti
di questi locali
sono a pag. 58-59-60

Pizzeria Osteria
il mare in piazza

La tradizione
in centro

Seppia con piselli
Grigliata di sardoncini
Tagliolini alle vongole
Sarde in saor
Guazzetto di calamari
Baccalà del giorno
Seppiolini nostrani
Spiedini di mora romagnola
e altre proposte di carne...

Su richiesta preventivi personalizzati per cene di lavoro, lauree, compleanni

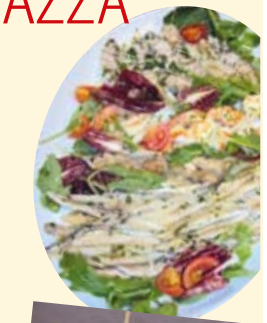
Aperto tutti i giorni pranzo e cena · Pizzeria chiusa il lunedì

Via Poletti, 8 (adiacenze Piazza Cavour) · Rimini
Tel. 0541 780423 · Paola Baroni 328 2682835

Pizzeria Osteria il Mare in Piazza

La tua pausa pranzo nella suggestiva atmosfera del centro storico

Primi piatti con pasta fatta in casa
Menù di pesce alla carta
Proposte di carne
Piatti unici e vegetariani



Pizza Classica € 8,00*
Escluso il lunedì

Hamburger Gigante € 9,00*
Panino con hamburger (220 gr di carne)

il Primo o la Zuppa € 10,00*
Primo del giorno o zuppa

Menù Osteria € 11,00*
Secondo+contorno o piatto unico

* Incluso: Coperto - Calice di vino o birra piccola o 1/2 acqua o bibita
Menù disponibili dal lunedì al sabato

Servizio al tavolo e da asporto

Sempre aperto

orari: 12.30-14.30 19.30-22.30

Buoni pasto

PagoBancomat o Carta di credito

Rif.piantina pag. 59

LIBERTY

di Susy e Fiore

Primi piatti con pasta fresca fatta a mano

Tutti i venerdì "Paella"

Buffet con ampia scelta di verdure fresche

Proposta di "Menù Turistico" a € 13,00

Primo, secondo,
contorno,
acqua e caffè

Servizio al tavolo e da asporto

Chiuso domenica

orari: aperti dalle 7

PagoBancomat o Carta di credito

Wi-Fi Free

Rif.piantina 2 pag. 59

Specialità Pesce

Aperto pranzo e cena
CHIUSO IL LUNEDÌ

Cavalieri
Ristorante Spiaggia Pizzeria

Via Toscanelli, 50 (bagno 4) Rivabella di Rimini
Tel. 0541 386506 - Fax 0541 57630 - Cell. 338 2746163
www.ristorantecavalierispiaggia.com

CAVALIERI SPIAGGIA

Pesce e carne
Antipasti sfiziosi
Primi piatti leggeri e saporiti
Varie scelte di secondi

Per i vostri pasti veloci
e di qualità,
Matteo vi aspetta
con un menù vario e leggero
sia di pesce che di carne

Servizio al tavolo

Chiuso lunedì

orari: 12-15
19-23

PagoBancomat o Carta di credito

Rif.piantina
3 pag. 60

LIBECCIO

Menù alla carta con specialità dello chef

Carne o pesce
Sfiziose pizze
Crostini misti
Piadine romagnole farcite
Fresche insalatone

Proposta Pausa Pranzo da € 13,00 (Carne o pesce)

Primo, secondo, contorno, acqua, vino e caffè

Il coperto non si paga

Servizio al tavolo

Sempre aperto

orari: 12-24 continuato

Buoni pasto Day e Qui

PagoBancomat o Carta di credito

Wi-Fi Free

Rif.piantina 4 pag. 60

Tempio Malatestiano

Via IV Novembre. È un'intensa storia d'amore quella che racconta il Tempio Malatestiano (1450), capolavoro del Rinascimento italiano. L'amore è quello fra Sigismondo e la sua giovanissima amante diventata poi la terza e ultima moglie Isotta Degli Atti. Sigismondo fece realizzare quest'opera (prima rimaneggiando, poi demolendo una chiesa francescana) con l'idea che dovesse diventare un mausoleo per sé e per Isotta. Candido e ieratico con la facciata di marmo, firmata da un gigante della storia dell'architettura, Leon Battista Alberti, il Tempio Malatestiano contiene una serie di cappelle e di tesori: un Crocefisso di Giotto, un affresco di Piero della Francesca, i preziosi bassorilievi degli angeli che suonano su sfondo blu. La particolarità del Tempio Malatestiano è che per la prima volta, in piena filosofia rinascimentale, non si celebra solo Dio, ma piuttosto un uomo, Sigismondo. Un uomo che però cadde in disgrazia. Il suo sogno, il progetto non fu mai concluso. Ma è un incompiuto splendido.

La Vecchia Pescheria e i luoghi del divertimento

Sono due i cuori pulsanti della 'movida' riminese che, a seconda delle stagioni, accendono il divertimento notturno: la zona del porto e di Marina Centro, con gli street bar e i locali sulla spiaggia, e le piazzette e le viuzze del centro storico dietro la 'Vecchia Pescheria', dove ogni sera si ritrovano migliaia di giovani per un aperitivo, uno spuntino, un concerto, un incontro. Il fascino della Pescheria Vecchia è dato dal perfetto connubio fra storia e meeting point di tendenza: cantinette, pub, ristorantini, tavoli all'aperto, luci di candele. La zona nel cuore del centro storico, è un po' la Montmartre di Rimini. Fra piazzette medioevali e vicoli romantici si svolge la vita notturna della gioventù riminese. Si cena sotto le stelle in una piazzetta secolare o si beve qualcosa chiacchierando sotto un colonnato candido. Tutto succede intorno alla Pescheria Vecchia (che si affaccia su piazza Cavour). Qui sono nate tendenze poi esportate nel resto d'Italia: dal finger food alle miniportate sui bicchierini o sui cucchiai decorati. Per chi ha voglia di incontrare o conoscere gente la Pescheria Vecchia è un approdo giusto 12 mesi all'anno. Una moda ancora più valorizzata con l'apertura della sede riminese dell'Università di Bologna che ha portato da tutta Italia oltre 6000 studenti (www.polorimini.unibo.it). Una curiosità: nella poetica piazzetta Gregorio da Rimini c'è il più antico negozio di libri della città: la Libreria Riminese (che in estate è aperta anche la sera) e al numero 4 la casa dove abitava lo studente liceale (fuori sede) Giovanni Pascoli (1855)

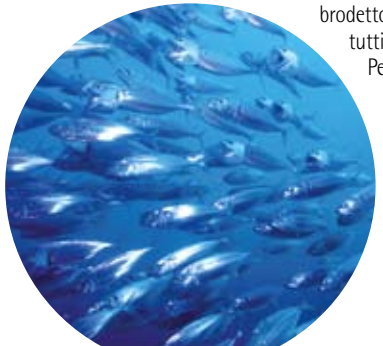
testi tratti dal sito www.riminiturismo.it

Fellini

Rimini è anche il grande cinema. È il mondo fantastico di Federico Fellini. Nei film del regista (nato a Rimini il 20 gennaio 1920) il passato riminese ricorre di continuo: le piazze Cavour e Tre Martiri che diventano quelle di Amarcord ("mi ricordo", in dialetto), il cinema Fulgor nel Corso che rivive in Roma e Amarcord, la spiaggia con le cabine della "Città delle Donne", i portici e le panchine dei Vitelloni, il Grand Hotel. Federico Fellini - Hollywood gli ha tributato ben 5 Oscar - aveva un rapporto combattuto e viscerale con Rimini dove ha chiesto di riposare per sempre. In effetti c'è tanta Rimini nei film di Fellini, anche se le scene erano sempre ricostruite a Cinecittà o altrove. Per scoprirle si può partire subito da Parco Fellini dove si affaccia il candido Grand Hotel. Volendo, si può dormire nella suite Fellini (la sua preferita) o prenotare una cena a base del menù Fellini (tel. 0541.56000). Le tappe successive saranno il porto e la "palata" dove i Vitelloni filosofeggiavano stancamente in una Rimini invernale e dove il motociclista di Amarcord veniva a "sgasare". Anche il treno (metafora del viaggio) e la stazione appaiono spesso nelle storie di Fellini: l'originale è in piazza Battisti. Ci sono poi le varie case dove abitò la famiglia Fellini. Lo stesso regista non si ricordava della sua primissima dimora (in via Fumagalli), ma solo che suo padre un giorno gli indicò vagamente una strada dicendo che là lui era nato.

I piatti tipici

Non si può partire da Rimini senza prima aver assaggiato una vera piadina riminese. In città ci sono decine di chioschi ai quali è difficile resistere. La piadina riminese è più sottile e croccante rispetto a quella forlivese e ravennate.
Ognuno la riempie come gli pare: dal prosciutto e mozzarella oppure erba di campo fino alla cioccolata. L'altro protagonista della cucina locale è il pesce azzurro dell'Adriatico.



Sgombri, triglie, cannocchie, sarde, mazzole. Le "azdore" lo cucinano in brodetto o sul "focon" cioè alla brace. Il vino più famoso? Lo sanno tutti: il Sangiovese, il rosso che scalda i cuori.
Per iniziare un percorso fra i sapori locali l'indirizzo da non perdere è Via Castelfidardo, dove si trova il mercato coperto con le sue 130 attività specializzate principalmente in pesce e ortofrutta.
Un luogo della tradizione, pieno di profumi e specialità, attorno al quale si trovano inoltre i migliori negozi di prodotti enogastronomici che fanno di questa zona il quartiere goloso della città.

testi tratti dal sito www.riminiturismo.it

I Borghi Itinerari di Arte e Storia

La Tradizione Riminese trae linfa dalla vita stessa dei suoi Borghi Antichi e delle sue Vecchie Contrade.

Borgo Sant'Andrea

Al Borgo Sant'Andrea si accede percorrendo in direzione sud l'intera via Garibaldi (l'antica Contrada dei Magnani) dalla centralissima Pizza Tre Martiri, punto di congiunzione del "decumano romano". Al termine di via Garibaldi, attraversato l'arco della Porta Montanara , si apre Piazza Mazzini, con la Chiesa di San Gaudenzo, patrono della città, e il suo caratteristico "trivio": via Saffi-Covignano (anticamente citata come "la Polverara"), via Lavatoio e via Montefeltro. Oggi il Borgo Sant'Andrea, con le sue iniziative (in particolare la bellissima Festa del Borgo, celebrata ogni due anni) contribuisce a riconnettere il tessuto socio-economico di una zona che è sempre stata "cruciale" per la vita stessa (Porta Montanara era una delle quattro porte di accesso sia della Rimini romana che di quella medievale). Più che di monumenti, questa zona popolosa e attiva può vantare siti ormai scomparsi, ma che hanno profondamente segnato la vita della città: l'Arco e la Contrada dei Magnani, Porta Montanara, Piazza dei Gessi (oggi Piazza Mazzini), il Lavatoio, il Foro Boario (via Cignani-Melozzo), la Fornace Fabbri.

Borgo San Giovanni

Il primo nome fu Borgo San Gaudenzo, poi San Genesio. Sorgeva al di là del corso dell'Ausa. I romani avevano realizzato un ponte per valicare l'Ausa che delimitava il borgo come un fossato naturale. La strada che attraversava il borgo era la via Flaminia, che superata la soglia dell'Arco d'Augusto, conduceva fino a Roma. Ora il letto del fiume é un parco che collega il centro con la zona del mare. Il Borgo San Giovanni esisteva certamente prima del 1469, anno in cui un incendio lo distrusse totalmente. Molto più antica è la sua chiesa, intitolata a San Giovanni Battista. Dell'edificio sacro si hanno notizie certe fin dal 1100 ed anch'essa venne riedificata più volte. Una ricostruzione risale al 1625 ed un ulteriore rimaneggiamento a circa cento anni dopo. A fianco della chiesa del borgo si trova il palazzo Ghetti, recentemente restaurato, l'antica fabbrica degli zolfanelli. Il borgo San Giovanni fu sempre la sede delle arti e mestieri riminesi, piccole attività artigiane e commerciali. Tuttora, passando per questa strada, si avverte quasi un senso di autosufficienza, come se questa antica appendice di Rimini si presentasse come una cittadina autonoma. Molto numerosi i locali destinati al foof&drink con trattorie, enoteche, pizzerie, gelaterie, piadinerie e rosticcerie, tanto da far di via XX settembre, la via a più alta densità "gastronomica" della città.

Borgo San Giuliano

Si sviluppa sulla sponda settentrionale del fiume Marecchia, separato dal centro storico dal Ponte di Tiberio. Nato intorno all'anno Mille, era l'antico quartiere dei pescatori. Oggi il valore delle case è alle stelle ed è un piacere passeggiare fra le sue stradine e piazzette, classico esempio di antica edilizia popolare, povera, di sapore medievale, ma perfettamente ristrutturate: muri color pastello spesso decorati da grandi murales, vasi di fiori sui balconi. Un buon ingresso può essere la piccola via Marecchia. Si passeggia nel silenzio (la zona è isola pedonale) in un'atmosfera carica di poesia. Si dice che il Borgo San Giuliano fosse il luogo preferito di Federico Fellini e Giulietta Masina.. Merita una visita la chiesa di San Giuliano, di sapore palladiano, antica abbazia benedettina (IX sec.) che la tradizione vuole eretta su un tempio pagano. Non solo perché fra le varie opere c'è anche un dipinto di Paolo Veronese, il Martirio di San Giuliano (è sull'altare maggiore), ma anche perché sotto la grande tela c'è un sarcofago di marmo di età romana: si dice che contenga le spoglie del giovane santo istriano La tradizione narra che il sarcofago si arenò misteriosamente sulla spiaggia di Rimini, proveniente dalla Dalmazia. Da allora in quel punto sgorga una fonte di acqua miracolosa: la Sacramora, cioè la sacra dimora. Da sempre la chiesa è meta di pellegrinaggio. Il Borgo San Giuliano ha una caratteristica particolare: l'interesse a coltivare e custodire la propria storia, anche quella piccola e vicina nel tempo. C'è una storia di orgoglio nel definirsi "borghigiani", legato anche a questa memoria continuamente rinnovata. Ogni due anni nel mese di settembre qui si tiene la Festa de' borg: un appuntamento immancabile per riminesi e non.

Tavole Verdi

Biologico • Vegetariano
Tipico Mediterraneo

5 **Il Pranzo Vegetariano**
(Angolo Divino Vegetariano)
Ristorante

Le piantine stradali di Rimini
con i riferimenti
di questi locali
sono a pag. 58-59-60

Il Pranzo Vegetariano

La pausa pranzo vegetariana e vegana, sfiziosa e veloce:
un gustoso buffet con piatti sempre diversi e prodotti stagionali, biologici, a km 0 ed equo solidali, acquistati principalmente tramite RIGAS (gruppo di acquisto solidale).

Ogni ultimo mercoledì del mese **"cena vegetariana"** a menù tutto compreso **€ 22,00**

Per seguirvi con piccoli e grandi catering, nasce **Ravis!** www.raviscatering.it

Organizziamo corsi di cucina veg ed eventi speciali con la naturopata e la cromoterapia...

c/o Osteria Angolo Divino
v. San Giuliano 43 - Borgo San Giuliano, 47922 Rimini
Tel. 338 1298679 - 0541 50641
angolodivinovegetariano@yahoo.it

Segui il ravanello sù:
www.raviscatering.it
'Angolo Divino Vegetariano'

Il Pranzo Vegetariano

dove le verdure incontrano il gusto

c/o Osteria Angolo Divino

Ricco buffet di sformati, flan, tortini vegetariani e vegani, sfiziose verdure, riso, tempeh, seitan, tofu e soia elaborati nei modi più succulenti, saporiti e originali, primi piatti caldi e gustosi a partire da € 8,00

Zuppa e piatto unico settimanale

Pane e deliziosi dolci, anche vegani, fatti in casa!

Servizio al tavolo e take away

Chiuso domenica

orari dalle 12 dal lunedì al sabato

Buoni pasto

PagoBancomat o Carta di credito

Wi-Fi Free Spot

Rif.piantina 5 pag. 59

Mangiare Sano e con Gusto.

Un consiglio, per il pranzo in famiglia e per le vostre scelte gastronomiche fuori casa. Consumate molta FRUTTA e VERDURA di STAGIONE... possibilmente a kilometro zero!

Frutta

ARANCE E MANDARINI: ottimi per contrastare i malanni di stagione perché ricchi di vitamina C. Stimolano la funzionalità dell'intestino e grazie alle loro proprietà antiossidanti aiutano la pelle a rimanere elastica e giovane. Aiutano a stimolare e rinforzare il sistema immunitario.

MELA: è un frutto povero di zuccheri e grassi ma ricco di pectina che aiuta a tenere sotto controllo il tasso glicemico contenuto nel sangue e, da studi recenti, anche il colesterolo. E' un frutto ricco di proprietà benefiche, in quanto contiene sali minerali, vitamina B1 (che combatte inappetenza, stanchezza e nervosismo), B2 (facilita la digestione ed è antiossidante) e vitamina C.

MELAGRANE: Se non fosse per la difficoltà di mangiarle, le melagrane sarebbero un frutto piuttosto ricco di calorie e di carboidrati: ben 63 con quasi il 16% di zuccheri: una melagrana di 200 g fornisce solamente 70 kcal, poiché la parte edibile è solo il 59%. Con il succo si prepara una bevanda dissetante, la granatina.

KIWI: contiene molte fibre, sia solubili che insolubili, ed è indicato per chi soffre di stitichezza. Possiede proprietà antiossidanti ed è utile nella lotta contro i radicali liberi. Contiene inoltre rame e ferro che gli conferiscono proprietà antisettiche; l'alta concentrazione di minerali fa si che sia un perfetto riequilibrante in caso di disidratazione; è fonte di potassio, magnesio, sodio, fosforo e calcio: utili per combattere la depressione, stress e la stanchezza in generale. Oltre al potassio, il kiwi contiene anche il magnesio, che porta beneficio in caso di stress, sodio, fosforo e calcio. E' un frutto altamente consigliato nelle diete dimagranti: soltanto 61 Kcal/100 g.

PERA: è ricca di minerali come il potassio, il fosforo, il calcio e il magnesio. Non mette a rischio la dieta perché contiene zuccheri semplici. E' un aiuto naturale per l'intestino perché ha un alto contenuto di fibra.

UVA: è ricca di ferro, calcio, fosforo, vitamina A, C, P, B6 con proprietà antiossidanti e anticancro. Se si hanno problemi di peso, meglio non eccedere perché è un frutto molto calorico ma al tempo stesso altamente energetico.

FRUTTA SECCA (mandorle, noci, nocciole, pistacchi, semi di girasole, pinoli, ecc..) alimento proteico, caratterizzato da un'importante quantità di grassi: soprattutto acidi grassi poliinsaturi e monoinsaturi (grassi buoni) ed in quantità minore saturi (tranne la castagna). Dopo gli olii di girasole, mais e soia, la frutta secca è la maggiore fonte di acidi grassi poliinsaturi per 100 gr di composto. Contiene anche molti polifenoli (composti ad attività antiossidante) e fitosteroli, (competitori dell'assorbimento del colesterolo ed importanti elementi per la prevenzione delle patologie cardiovascolari). Dato il basso contenuto di acqua ha però una densità calorica molto elevata (circa 600 Kcal/100 gr) ed un potere saziante piuttosto basso: è opportuno assumerne quantità controllate. Le nocciole e le mandorle contiengono la quantità maggiore di vitamina E.

Castagne: sono un frutto atipico, poiché sono ricche di carboidrati complessi (amido) come i cereali. Da un punto di vista nutrizionale, la castagna è un alimento di elevata qualità grazie, soprattutto, all'alta percentuale di amidi abbinata ad un discreto contenuto di grassi, proteine, sali minerali (soprattutto potassio, fosforo, zolfo, magnesio, calcio, ferro) e vitamine (C, B1, B2 e PP).

VERDURE

VERDURE A FOGLIE VERDI, come gli spinaci, le bietole e le verze, rappresentano un vero serbatoio di vitamine. Queste verdure contengono vitamina A, C, E, K e la B5. Contrastano l'insorgenza dei radicali liberi con un'azione anti-aging. Gli spinaci, sono particolarmente ricchi di **luteina,** una sostanza che protegge gli occhi dalle radiazioni solari, e di ferro.

ZUCCA: ricca di betacarotene, è dotata anche di proprietà antitumorali e aiuta a proteggere il sistema circolatorio. Contiene vitamina A, B, C ma anche minerali come calcio, sodio, potassio, fosforo, rame, magnesio, ferro, selenio, manganese e zinco. La zucca contiene poche calorie ma ha un notevole potere saziante.

RADICCHIO: ha proprietà depurative e diuretiche; è un ottimo alleato nella prevenzione delle malattie legate all'invecchiamento. Contiene vitamina A, B2, C, sali minerali e fibre. Indicato particolarmente per le persone che soffrono di artrite e reumatismi.

Anche i **LEGUMI** forniscono molta energia, sono proteici e ricchi di carboidrati, in particolare gli amidi. Ottimi regolatori intestinali grazie al contenuto di fibre. Per migliorare le loro qualità proteica è importante associarli a carboidrati, affinché gli aminoacidi essenziali contenuti nei cereali assieme a quelli dei legumi creino una miscela proteica il cui valore biologico è paragonabile a quello delle proteine animali.

PORRO: appartiene alla famiglia delle **Liliaceae** come aglio e cipolle. È ricco di oli essenziali, solfati volatili e piccanti, sebbene il suo sapore sia meno forte e meno marcato di quello della cipolla. Ha poche calorie (29 Kcal su 100 g di prodotto) ma ha un discreto contenuto di potassio. Il porro è un ingrediente principale di minestre, passati, torte salate, piatti di carne e pesce.

Le verdure appartenenti alla famiglia delle Crucifere o Brassicaceae (**CAVOLO, CAVOLINI DI BRUXELLES, BROCCOLI, CAVOLFIORI, ecc...**) avendo caratteristiche intrinseche goitrogeniche ovvero contengono sostanze come gli isotiocianati (che danno il caratteristico odore durante la cottura), in grado di interferire con il metabolismo dello iodio e sono quindi sconsigliati a persone affette da ipotiroidismo, anche se tali composti vengono inattivati dalla cottura.

TAVOLE GIALLE

Bar • Caffetterie • Enoteca • Cantinette

⑥ **Caffè Divina**
Bar - Caffetteria

⑦ **Caffè dell'Orto**
Bar - Caffetteria

⑧ **Ponterotto Risto Bar**
Bar - Ristorantino

Le piantine stradali di Rimini
con i riferimenti
di questi locali
sono a pag. 58-59-60

DIVINA

La **Pausa Pranzo** si trasforma in un momento di relax in un ambiente grande e accogliente, con il sottofondo di musiche d'autore, e un menù molto curato con:

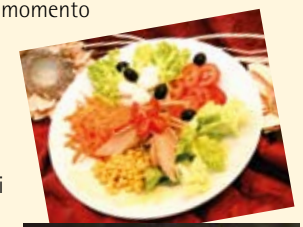
Fresche insalate di stagione

Piadine e pani farciti a scelta, leggeri e salutistici, con ingredienti di prima qualità (prosciutto crudo e cotto, bresaola, mozzarella fior di latte, affettato di arrosto di tacchino, formaggi)

Primi piatti selezionati

Grande varietà di the aromatizzati e non, tisane

Vino DOC biologico
(Valle delle Lepri):
Rebola DOC,
Sangiovese superiore DOC,
Cabernet Sauvignon



Servizio al tavolo e da asporto

Chiuso domenica

orari: 7-21

Buoni pasto "Day"

PagoBancomat o Carta di credito

Wi-Fi Free

Rif.piantina 6 pag. 59

caffè dell'ORTO

Colazioni a buffet
e tradizionali
Frutteria
Brunch nei festivi
Centrifughe e spremute
Tisane e the

Via Lucio Lando, 109/111
San Giuliano di Rimini
c/o il Centro la Prua
Tel. 0541 29192
facebook: Caffe Dell'orto
(caffe senza accento)

CAFFÈ DELL'ORTO

Insalate
Piatti di frutta
Frullati e centrifughe
Yogurt
Zuppe di verdure
Piade
Panini
Primi piatti

Goditi una pausa pranzo in totale relax

Servizio al tavolo e da asporto

Chiuso il martedì

orari: 7-20

PagoBancomat

Rif.piantina 7 pag. 58

BAR RISTORANTINO

risto bar ponterotto

Menù FISSO € 10

NUOVA GESTIONE

APERTO TUTTI I GIORNI

Via Flaminia Conca, 78/a - Rimini
e-mail: barponterotto@libero.it
Tel. 0541.993407

Ponterotto Risto Bar

Primi, secondi e contorni
Panini e piadine farcite
Insalate
Piatti freddi

Proposta pausa pranzo a € 10,00

Secondo, contorno,
bevanda a scelta e caffè

Servizio al tavolo e da asporto

Sempre aperto

orari: 6.30-20

PagoBancomat o Carta di credito

Wi-Fi Free

Rif.piantina 8 pag. 58

Caffè
CECCARELLI
l'Artigiano del Caffè
Finalmente il caffè "come una volta"...
e paghi solo la Qualità!
IL CAFFÈ CECCARELLI PROPONE:
Per l'ufficio e la casa
macchina per cialde
in comodato d'uso
Una lunga strada
di esperienza artigianale per...
...il caffè a km ZERO!
TOSTATURA - PRODUZIONE - VENDITA
Via Varsavia, 14 (zona anagrafe) - RIMINI - Tel./Fax 0541 28781
www.caffececcarelli.com - ceccaffe@libero.it

Tavole Blu

Gastronomie • Rosticcerie
Pizzerie al taglio

9 **Da Riccardo**
Gastronomia

10 **C'è Quel Che Cè**
Gastronomia - Trattoria

11 **GastroMania**
Gastronomia

12 **Benedetti's Pizza**
Pizzeria al taglio

13 **PizziCotto**
Gastronomia - Pizzeria
Piadineria

14 **Pizza Italia**
Pizzeria - Friggitoria

Le piantine stradali di Rimini
con i riferimenti
di questi locali
sono a pag. 58-59-60

DA RICCARDO

Primi piatti con
pasta fatta in casa

Secondi di carne:
· Arrosti
· Polli allo spiedo
· Porchetta
· Polenta
· Cotechino con lenticchie
· Salsicce e cardi

Vasto assortimento di verdure
e contorni di stagione

Sfiziose frittate

**Mercoledì e
venerdì pesce**
· Antipasti
· Primi
· Secondi
· Grigliata
· Fritto misto
· Seppia con piselli
· Baccalà

Tavoli per consumare e servizio da asporto

Chiuso lunedì

orari: 8-14
17-21

Rif.piantina
9 pag. 58

C'È QUEL CHE C'È

TRATTORIA · GASTRONOMIA di PESCE

...da gustare direttamente da noi

...da asporto

Si accettano BUONI PASTO compresi gli elettronici: AUSL · HERA · POSTE

È gradita la prenotazione

Aperto dal Martedì alla Domenica

A Pranzo dalle ore 11 e Cena dalle ore 18

Via Coriano, 5 (Villaggio 1° Maggio davanti a Sede AUSL) - Rimini

TEL. 0541 393467 - Chiuso il Lunedì

CeQuelCheCeTrattoriaEGastronomiaDiPesce • www.cequelchece.com

C'È QUEL CHE C'È

Antipasti freddi di pesce

Primi di pesce con pasta fresca

Secondi

Contorni con verdure di stagione

Vedi la vetrina, scegli e decidi se portare via o mangiare sul posto

Servizio al tavolo e da asporto

Chiuso lunedì

orari: 11-14.30 18-22

Buoni pasto anche gli elettronici

PagoBancomat o Carta di credito

Rif.piantina
10 pag. 58

GASTROMANIA

Primi piatti con pasta fresca
fatta in casa ripiena e non,
con sughi di carne, pesce, vari:
· Lasagne
· Canelloni
· Crêpes
· Paella
· .....

Secondi di carne e pesce:
· Arrosto di tacchino o vitello
· Pollo arrosto/alla cacciatora
· Stinco di maiale
· Fritto misto
· Seppia con piselli
· Spiedini misti
· Antipasti vari di mare
· .....

Insalate e Contorni

Sfiziosità:
· Pizzette, spianata

Piade, Cassoni e Rotoli di piada

Tavoli per consumare e servizio da asporto

Chiuso lunedì

orari:
martedì/venerdì
8.30-14.30
18-20.30
sabato
8.30-14/18-20.30
domenica
8.30-13.30
18-20.30

Rif.piantina
pag. 59

Pizzeria
BENEDETTI'S PIZZA
Romana
Pizzerie al taglio e al piatto

possibilità di CONSEGNA A DESTINAZIONE per ordinazioni di pizzette, panini, calzoni, hot-dog relativi ad aperitivi, rinfreschi, compleanni e ricevimenti

Il più vasto assortimento di pizze al taglio

Tutte le pizze, servite anche da asporto in formato "padellone", sono preparate con prodotti freschi di prima scelta e senza aggiunta di grassi animali nell'impasto

Informazioni ed ordinazioni

• Sede principale
RIMINI
via Marecchiese, 41
Tel. 0541 793015

• Punti vendita
CESENATICO (FC)
OSIMO (AN)
BASTIA UMBRA (PG)

www.benedettispizza.it • www.pizzeriaromana.it

BENEDETTI'S PIZZA

Menù della pizzeria

Pizza al pomodoro
Pizza margherita
Pizza ai funghi porcini
Pizza caprese
Pizza crudo e bufala
Pizza tonno e carciofini
Pizza capricciosa
Pizza alle verdure

Calzoni misti: mozzarella e, a scelta, prosciutto cotto, wurstel, salsiccia, salame piccante, spinaci, funghi, pomodori freschi, alici

Focacce ripiene con salsiccia, prosciutto crudo, salame, stracchino e rucola

Focaccia a scelta tra cipolla, olive, rosmarino, olio di oliva

... E TANTO ALTRO ANCORA.

Consumazione al tavolo o servizio da asporto

Chiuso martedì

orari:
10.30-14.30
16.30-21.30

Rif.piantina
12 pag. 59

Pizzeria con forno a legna
Piadineria - Gastronomia
Tavoli per consumare

PizziCotto

CON LA PIZZA CONSEGNIAMO ANCHE IL GELATO A DOMICILIO
PEDRO GELATO
in collaborazione con la gelateria

www.pizzicotto.org

Consegne a Domicilio

Sopra le 10 pizze consegna omaggio

Orari: 11.30-14.30/17.30-22.00
Aperto tutti i giorni
Chiuso lunedì tutto il giorno
e domenica a pranzo

RIMINI • Via Bidente, 1/i
Villaggio 1 Maggio (zona conad)
Tel. 0541 410937

ANCHE IMPASTI CON FARINE ALTERNATIVE

PizziCotto

Primi piatti cucinati al momento
Pizze al trancio e al piatto
Sfiziosità e friggitoria
Secondi piatti su prenotazione
Piade e cassoni (anche con farina di kamut)
Panini e piadizze

Tavoli per consumare e servizio a domicilio

Chiuso lunedì tutto il giorno domenica a pranzo

orari: 11.30-14.30 17.30-22.00

Buoni pasto

PagoBancomat o Carta di credito

Rif.piantina 13 pag. 58

Pizza Italia

Pizzeria con forno a legna

Specialità napoletane:
pizza ripiena con scarola,
saltinbocca (panino al forno) con:
- salsiccia, mozzarella, friarielli
- tonno, mozzarella, pomodorini
- prosciutto crudo, mozzarella, pomodorini

...e tanto altro

Friggitoria:
panzarotto napoletano,
arancino, pizza fritta,
frittatine di spaghetti
frittura all'italiana

Dolci:
pastiera napoletana
babà

Servizio al tavolo e da asporto

Chiuso mercoledì

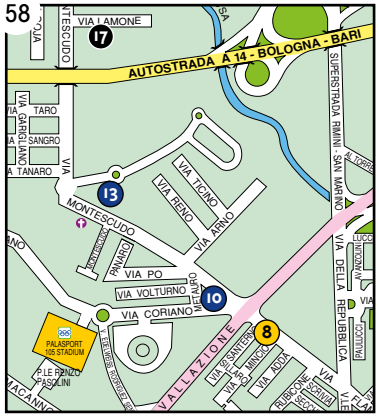
orari: 11.30-14 18-23

Wi-Fi Free

Rif.piantina
14 pag. 60

Pizza Italia
FORNO A LEGNA
Friggitoria • Specialità Napoletane
La vera pizza napoletana a prezzi anti-crisi
e io pago....
• Sala interna
• Si accettano prenotazioni
WiFi
Aperto tutti i giorni dalle 11.30 alle 14 e dalle 18 alle 23 • CHIUSO MERCOLEDÌ
VIA MARCONI, 33/A - MIRAMARE DI RIMINI TEL. 0541 370729

Pausa Pranzo in città: Dove...



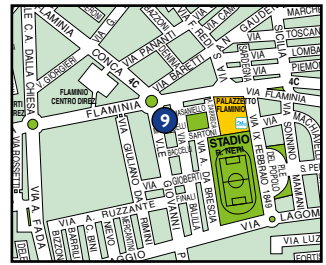
8 Ponterotto Risto Bar
Bar - Ristorantino

10 C'è Quel Che Cè
Gastronomia - Trattoria

13 PizziCotto
Gastronomia - Pizzeria - Piadineria

17 Du Chi Magna
Ristorante - Pizzeria - Piadineria

9 Da Riccardo
Gastronomia

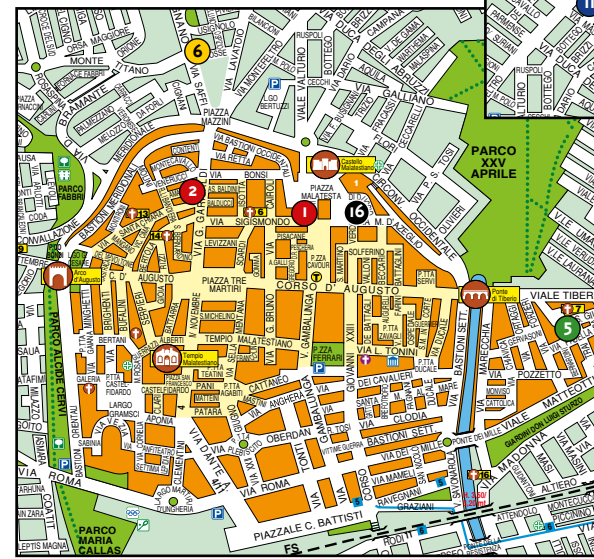


7 Caffè dell'Orto
Bar - Caffetteria

1 Il Mare in Piazza
Ristorante - Pizzeria

2 Liberty
Ristorante - Pizzeria

6 Caffè Divina
Bar - Caffetteria



11 GastroMania
Gastronomia

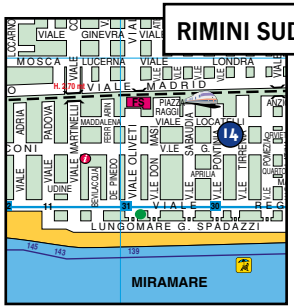
12 Benedetti's Pizza
Pizzeria al taglio

5 Il Pranzo Vegetariano
Osteria

16 Osteria dei Reduci
Enoteca
Osteria

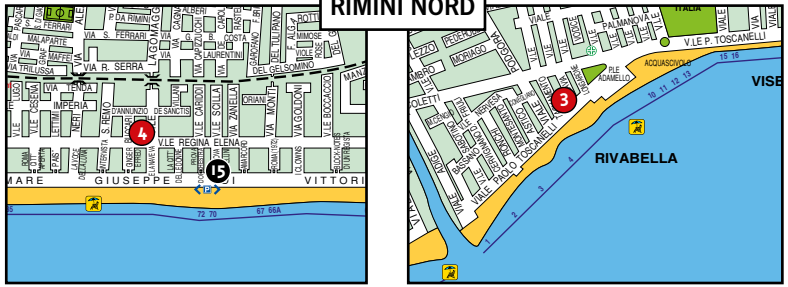
Ovunque vi troviate per la vostra "pausa pranzo" scegliete i locali con l'etichetta verde raccomandati da Link Rimini da vivere

RIMINI SUD



14 Pizza Italia
Pizzeria - Friggitoria

RIMINI NORD



4 Libeccio
Ristorante - Pizzeria

15 Thomas
Ristorante - Pizzeria

3 Cavalieri Spiaggia
Ristorante - Pizzeria

Dù chí magna

Ristorante • osteria
piadineria • pizzeria • parco giochi
www.duchimagnaristorante.it

APERTI DA APRILE AD OTTOBRE

Si organizzano: COMUNIONI • CRESIME • BATTESIMI • MATRIMONI
FESTE DI COMPLEANNO • FESTE SCOLASTICHE

La buona cucina romagnola immersa nella natura, a due passi dalla città...

Pizzeria con forno a legna
Pasta fatta a mano • Menù di carne
Vasto parco giochi per bambini • Parcheggio interno

via Lamone, 11 (Villaggio 1° Maggio) Rimini
Tel. 0541 381735 • 334 3127932 • **CHIUSO IL MERCOLEDÌ**

Nativa®

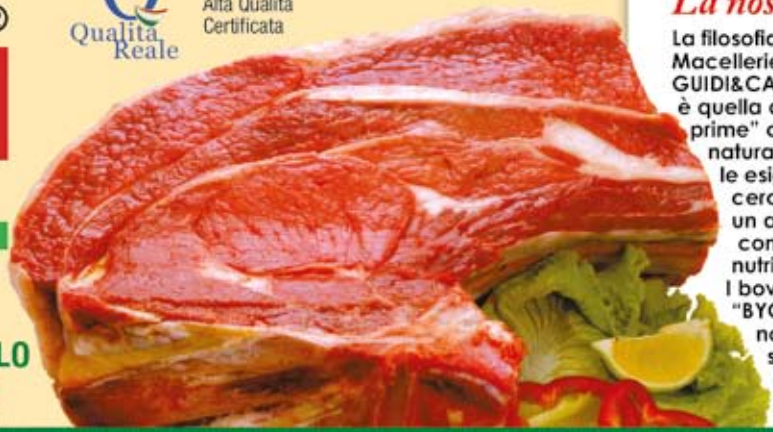
GRAN CARNE

il meglio naturalmente

TENEREZZA	PERDITE DI COTTURA	COLESTEROLO
+26,3%	-17,3%	-20,1%

Qualità Reale

Filiera
Alta Qualità
Certificata



La nostra Filosofia

La filosofia delle Macellerie-Gastronomie GUIDI&CASALI e GIOVANETTI è quella di ricercare "materie prime" che rispettino i ritmi naturali di crescita e le esigenze delle specie, cercando di avere un alimento più sano e con elevato valore nutrizionale.
I bovini scelti nell'azienda "BYO'Z CARNI", nostra fornitrice, sono tra le migliori razze pregiate da carne.

MACELLERIA
GUIDI & CASALI
GASTRONOMIA

Le migliori specialità della gastronomia italiana
Piatti pronti da cuocere o già cotti

via Covignano, 126/d · Rimini
tel. 0541 770248
www.macelleriaguidiecasali.it

MACELLERIA
MG
GIOVANETTI

Specialità gastronomiche pronte da cuocere o già cotte

via Pascoli, 160/A · Rimini
tel. 0541 381370

Osteria dei Reduci

enoteca

MERENDE · APERITIVI · PICCOLI STUZZICHINI
VINI DA ASPORTO · BAR

Aperto tutti i giorni 9-14.30/17-21.30
Venerdi e Sabato fino alle 24 · Domenica 17-21.30

Piazza Malatesta , 40 (angolo via D'Azeglio) · RIMINI
Alessandro Baroni 329 0252204