

## Cibo e Libertà

Il cibo e i vari modi in cui lo scegliamo, e poi consumiamo, raccontano molto di noi: quello che siamo, il nostro stile di vita, il “mondo” a cui apparteniamo ed altro.

Per questo crediamo che la libertà di alimentazione passi anche attraverso la forza creativa della diversità fra gli essere viventi (diversità biologica, culturale, religiosa, scientifica, sociale, e così via), che andrebbe sempre rispettata e valorizzata in tutte le sue forme e sfaccettature.

Ogni persona dovrebbe pertanto sentirsi libera di scegliere secondo le sue inclinazioni, i suoi gusti, le sue credenze; libera da modelli nutrizionali, da condizionamenti pubblicitari, da convenzioni comuni, da “imposizioni” delle multinazionali, e così via.

E anche libera di potersi procurare il cibo da sola, magari attraverso il sapere e la conoscenza, o di riuscire, grazie al proprio lavoro legato al cibo, a riscattarsi, “liberarsi”.

La capacità di coltivare attraverso la raccolta dei semi e lo sfruttamento delle acque, la possibilità di conservare e destagionalizzare il consumo degli alimenti ha liberato l'uomo dall'urgenza di procacciarsi il cibo quotidiano.

Una libertà di alimentazione che pertanto dovrebbe essere universalmente accessibile, mentre sappiamo che in varie parti del mondo l'accesso alle risorse primarie è limitato o controllato.

Libertà alimentare che dovrebbe inoltre portare a prendersi “cura” del cibo, a trattarlo con rispetto e consapevolezza, con amore; cioè al contrario di quando viene invece sprecato e buttato, spesso senza neppure essere informati sul “chi”, sul “dove” e sul “come” arriva nelle nostre tavole. Inoltre, la libertà alimentare è per noi la parte più gustosa della libertà di espressione. Quella che ci fa scegliere il “nostro” cibo, cioè quello che è più buono per noi.

Anche perché, in fondo, il cibo è pure un modo per conoscere ed esprimere noi stessi.

### La filosofia del Festival

Il Festival Appetitosamente, ideato nel 2006 da Comune di Siddi, Cooperativa Villa Silli e Condotta Slow Food di Oristano, racconta e offre le produzioni enogastronomiche della comunità di Siddi - da oltre 60 anni borgo rurale sardo della pasta - permettendo ai visitatori di scoprirne le risorse culturali e ambientali, la sua identità, le attività artigianali, le persone, il territorio della Marmilla tutta, che è una terra dolce agli occhi, ed al cuore.

Appetitosamente è poi un luogo d'incontro, di scambio, di condivisione. Un punto di riferimento dove parlare di cibo come espressione di culture, modi di vivere, identità.

Uno spazio per favorire le produzioni agroalimentari d'eccellenza, e dare voce a chi produce.

Una festa di popolo aperta, inclusiva e divulgativa nella quale ragionare, in maniera profonda e leggera, di tematiche legate agli alimenti di qualità, al loro legame con i territori, alle modalità di produzione e vendita, al rapporto col ciclo delle stagioni, al rispetto dell'ambiente, alla ricchezza delle diversità, ai mille altri aspetti uniti al buon cibo.

Un modo per concorrere a costruire una nuova consapevolezza della cultura alimentare, e a migliorare la qualità della vita di tutti. Un'occasione di crescita, anche economica, per una comunità e per un intero territorio. Una scintilla per innescare nuovi processi gastronomici, produttivi, culturali, umani.

Appetitosamente è inoltre un luogo dove praticare il piacere, la convivialità, la diversità, l'amicizia, l'etica, il dubbio, la curiosità, la felicità, la bellezza.

## GIOVEDÌ 25 • LUGLIO 2019

**Ore 19.00. Piazza L. Da Vinci**

**Buon appetito!!!**

Saluti iniziali e apertura della manifestazione.

Inaugurazione degli spazi.

**Ore 19.15. Piazza L. Da Vinci**

**Ricette di libertà**

Incontro - dibattito sul tema 2019 del Festival.

Partecipano: Stefano Puddu, Sindaco di Siddi;

Don Ettore Cannavera, responsabile Comunità la Collina - Serdiana;

Roberto Ciredz, artista visivo;

Aldo Cuccu, antico custode della memoria agricola della Marmilla.

Coordina Roberta Ida Muscas, esperta di sviluppo rurale e cultura.

Al termine dell'incontro, aperitivo con i vini offerti dall'Azienda Melis, vigneti e cantine in Terralba.

**Ore 22.30. Piazza L. Da Vinci**

**In acustico, from Tamurita**

Concerto di Sergio Piras (voce e chitarra acustica) e Rossella Camellini (violino).

## VENERDÌ 26 • LUGLIO 2019

**Ore 10.00. Strade del centro**

**• Paesaggi Sinuosi**

Inizio dell'opera murale di Roberto Ciredz, artista visivo (strade del centro).

**• Altro Assaggio**

Inaugurazione della mostra fotografica realizzata in collaborazione con l'ISRE (strade del centro)

**Ore 11.00. Ex Pastificio Puddu**

**Sapori per immagini**

Il cibo ai tempi di Instagram.

Inaugurazione della mostra fotografica di Francesco Pruneddu, con la presenza dell'autore.

Presenta Marco Pisanu, Presidente Associazione CulturalMente 2.0.

**Ore 18.00. Museo Casa Steri**

**I buoni stanno all'aperto\***

Laboratorio con degustazione guidata di una produzione storica della Sardegna: i salumi da allevamenti semi bradi.

Con Amalia Menneas e Roberto Pisano, Organizzazione Nazionale Assaggiatori Salumi - ONAS, Sezione Sardegna.

**Ore 19.30. Piazza L. Da Vinci**

**Cibo, sviluppo e libertà**

Come il cibo può aiutare la crescita di un territorio.

Partecipano: Antonio Balzano, Direttore Associazione Nazionale Città dell'Olio;

Cristiano Erriu, direttore centro servizi per le imprese Camera di Commercio di Cagliari;

Antonio Maccioni, Direttore Responsabile del Servizio Sviluppo della Multifunzionalità e Valorizzazione della Biodiversità, Agenzia Laore Sardegna. Coordina Roberta Ida Muscas, esperta di sviluppo rurale e cultura.

**Ore 22.00. Piazza L. Da Vinci**

**Cibo e/è libertà**

Ovvero, quando Appetitosamente e il suo tema incontrano il Conservatorio di Cagliari.

Concerto dell'ensemble di fisarmoniche e del quintetto di fiati dei giovani allievi del Conservatorio Pierluigi da Palestrina di Cagliari, preceduto da un “assaggio” di batteria di un giovane studente della Scuola Civica di Musica di Capoterra.

## SABATO 27 • LUGLIO 2019

**Ore 10.30. Parco San Michele**

**Cibo libera tutti!!!**

Attività creativa con realizzazioni legate al cibo.

Per i più piccoli, ma non solo.

**Ore 11.00. Casa Puddu Crespellani**

**Il sale della vita\***

Viaggio nel mondo del sale, un bene d'eccellenza della Sardegna.

Partecipano: Fabrizio Mascia, Saline Ing. Luigi Conti Vecchi, Syndial - Assemini;

Stefano Marcato, FAI Saline Conti Vecchi - Assemini;

Matteo Carlotta, Atisale - Sant'Antioco.

Con i giusti intermezzi poetici a cura di Giovanna Puddu e Efisio Floris, che leggeranno alcune poesie di Teresa Mundula Crespellani sul tema “mercati, venditori e cibo”.

**Ore 15.30. Ex Pastificio Puddu**

**Lunghi DOC**

Proiezioni di lungometraggi di stagione - una degustazione per palati esigenti:

**Fiore Gemello**, Regia di Laura Luchetti, Italia, 2018, durata 95 minuti.

A cura dell'Associazione Culturale Skepto, in collaborazione con la Fondazione Sardegna Film Commission.

**Ore 16.00. Parco Sa Fogaia**

**Semi liberi\***

Racconto e degustazione guidata di alcune tipologie di semi di qualità della Sardegna.

Con Gian Mario Mallica e Pierluigi Carreras, Associazione Biodiversità Gonnese, Comunità del Cibo Slow Food - Gonnosfanadiga.

- \* Su prenotazione e gratuito.
- \*\* Su prenotazione e a pagamento.
- \*\*\* Senza prenotazione e a pagamento.
- \*\*\*\* Biglietti in vendita presso: Box Office Cagliari e circuito Box Office in tutta la Sardegna.

Gli incassi di tutte le attività a pagamento contribuiscono a sostenere i costi del Festival, che richiede un grande impegno economico ed un enorme sforzo organizzativo. Chi vi prende parte, aiuta Appetitosamente in modo determinante.

**Ore 19.00. Tomba di Giganti Sa Domu de s'Orcu**

**Cibo per lo spirito\*\*\*\***

**“Domino tour en plain air”**

Malika Ayane in concerto. Speciale Appetitosamente.

**Ore 22.15. Vie del centro storico**

**Aggiungi un posto a tavola\*\***

La comunità di Siddi “apre” ai visitatori imbandendo tavoli e pietanze.

**Ore 23.00. Ex Pastificio Puddu (cortile)**

**Libertà sotto spirito\***

Un viaggio tra assaggi e scoperta di un distillato mondiale tra i più conosciuti e apprezzati: il Rum.

Con Dario Elia, Istituto Italiano Analisi Sensoriale - LIMBA.

**Ore 23.00. Piazza L. Da Vinci**

**Sfarinati di cereali per l'alimentazione umana**

Concerto del gruppo Musica Ex Machina.

## DOMENICA 28 • LUGLIO 2019

**Ore 4.50 (partenza) – 9.00 circa (rientro). Piazza L. Da Vinci**

**Nessun dorma!!!**

Una passeggiata verso la tomba di giganti Sa Domu de s'Orcu, e poi ritorno, per un incontro speciale con... “l'orco”.

Si cammina con abbigliamento comodo e scarpe da ginnastica o da trekking, ognuno con il suo equipaggiamento.

In collaborazione con il Gruppo Pro Loco Trekking di Assemini.

**Ore 6.00. Tomba di Giganti Sa Domu de s'Orcu**

**Colazione da...l'Orco**

Al primo sorgere del sole, Angelica Perra (flauto traverso) ed Eleonora Congiu (arpa a levette), reinterpretono in musica i silenzi della giara, delle grandi pietre e delle antiche divinità.

Al termine gli ospiti saranno confortati da una ricca e arcaica colazione.

**Ore 10.30. Ex Pastificio Puddu**

**Civiltà a tavola**

Un dialogo per conoscere i popoli antichi anche attraverso il racconto del loro cibo: il periodo fenicio - punico in Sardegna.

Partecipano: Carlo Tronchetti, archeologo;

Francesca Piu, archeologa, esperta di gastronomia storica, progetto Osteria Ricercato; Gabriele Carenti, Centro Studi sulla Civiltà del mare per la valorizzazione del golfo e del Parco dell'Asinara.

Coordina Elisa Pompianu, archeologa, missione archeologica necropoli punica di Villamar.

Al termine dell'incontro, piccola degustazione guidata con assaggi “suggeriti” dal passato.

A cura di progetto Osteria Ricercato - Cagliari, in collaborazione con Agricola Soi - Nuragus.

**Ore 11.00. Casa Garau**

**Selvatici a tavola\***

Racconti e assaggi di alcuni cibi “cresciuti liberi”, spontanei, della Sardegna. Con Giovanni Fancello, giornalista e studioso di storia della gastronomia e Gianpaolo Demartis, Calarighe - Libera Scuola di Erboristeria Popolare Sarda. Insieme al contributo creativo di Pierluigi Fais, Ristorante Josto - Cagliari.

# Appetitosamente

**Ore 15.30. Ex Pastificio Puddu**  
**Lunghi DOC**

Proiezioni di lungometraggi di stagione - una degustazione per palati esigenti: Il Clan dei Ricciai, Regia di Pietro Mereu, Italia, 2018, durata 70 minuti. A cura dell'Associazione Culturale Skepto, in collaborazione con la Fondazione Sardegna Film Commission.

**Ore 16.30. Casa Pau**  
**I sapori dell'acqua\***

Laboratorio di degustazione di un bene prezioso: l'acqua minerale. Con Stefano Mazzella, sommelier dell'Associazione Degustatori Acque Minerali - ADAM.

**Ore 17.30. Parco San Michele**  
**Cibo libera tutti!!!**

Attività creativa con realizzazioni legate al cibo. Per i più piccoli, ma non solo. Con merenda finale a base di pane, pomodoro, olio e sale.

**Ore 18.00. Ex pastificio Puddu**  
**Le cucine di Babele**

A spasso nel tempo. Ricette sarde dal Settecento al Novecento riviste con il gusto degli Altri. Letture di ricette e aneddoti coordinati da Alessandra Guigoni, antropologa culturale e giornalista.

**Ore 19.30. Sagrato chiesa romanica San Michele**  
**Un Regista tra i Primi**

Riflessioni sul cibo, sulla libertà, sul cinema, sulla vita. Incontro con il regista Paolo Zucca. Presenta Roberta Ida Muscas, esperta di sviluppo rurale e cultura.

**Ore 21.00. Piazza L. Da Vinci**  
**Mangia come parli\*\*\***

Degustazione delle paste e dei cibi tipici di Siddi e della Sardegna. Anche con l'impiego di piatti fatti di pane.

**Ore 22.30. Piazza L. Da Vinci**  
**Ingredienti creativi**

Concerto dell'Orchestra Jazz del Conservatorio Pierluigi da Palestrina di Cagliari.

**Ore 24.00. Piazza L. Da Vinci**  
**Salludi e trigu**

Saluti finali e chiusura della manifestazione.

**INFORMAZIONI UTILI**  
**DOVE MANGIARE**

Durante i giorni del Festival sarà disponibile un servizio di ristorazione - vario per tipologia di menù e costi - realizzato con prodotti di qualità, del territorio e di stagione:

**Su prenotazione**

**Trattoria-Pizzeria Da Zia Luciana:** Tel. 334 1170691 / 377 4019706

**Chiosco San Michele:** Tel. 377 1772249

**Sabato a cena,** vie del centro storico

**Aggiungi un Posto a Tavola:** Tel. 070 939888 / 347 7380831

(orari: 9.00 - 14.00 / 16.00 - 20.00)

**Senza prenotazione**

**Piazze, Bar e Vie del Centro**

**DOVE DORMIRE**

**B&B di Siddi e strutture ricettive del territorio.**

Per Info: 070 939888 / 347 7380831

(orari: 9.00 - 14.00 / 16.00 - 20.00)

**SPAZI**  
**Durante il Festival.**

Tra piazze, cortili, edifici storici, monumenti, parchi e vie del centro.

**MOSTRA MERCATO. Piazza L. Da Vinci e vie del centro**  
**L'altro mercato. Il bello del fare.**

I produttori e gli artigiani di Siddi e della Sardegna. Anche con lavorazioni in diretta e degustazioni libere

**MOSTRE D'ARTE. Ex Pastificio Puddu e vie del centro storico**

- **Sapori per immagini.** Il cibo ai tempi di Instagram. Mostra fotografica di Francesco Pruneddu (ex pastificio Puddu).
- **Altro Assaggio.** Mostra fotografica sul cibo realizzata in collaborazione con l'ISRE (strade del centro).
- **Paesaggi Sinuosi.** Opera murale di Roberto Ciredz, artista visivo (lavori in corso nelle strade del centro).

**SITI D'INTERESSE. A Siddi e nel suo territorio**  
**Squisitezze siddesi**

- I siti di una comunità:
- Museo Ornitologico della Sardegna (Apertura con biglietto d'ingresso ridotto)
  - Museo delle Tradizioni Agroalimentari della Sardegna Casa Steri (Apertura con biglietto d'ingresso ridotto)
  - Parco Naturalistico Archeologico Sa Fogaia (Apertura con biglietto d'ingresso ridotto)
  - Chiesa San Michele (sec. XIII)
  - Chiesa Parrocchiale (sec XVIII)
  - Tomba di Giganti Sa Domu de s'Orcu

**ZONA RELAX. Piazza L. Da Vinci**  
**• Sa Barracca**

Da sempre il luogo delle feste sarde dove mangiare, bere e chiacchierare fino all'alba.

A cura dell'Associazione Turistica Pro Loco di Siddi.

**• Parco San Michele**

Un'area dove rilassarsi all'ombra, mangiare, bere, leggere, riposare, stare in compagnia ed altro.

A cura del Chiosco San Michele.

**PUNTO INFO. Piazza L. Da Vinci**

Spazio dedicato alle informazioni sul Festival.

**Appetitosamente**

Usa prodotti del territorio, materiali naturali, da riciclo e biocompatibili. Fa la raccolta differenziata, impiega energia pulita e distillatori d'acqua.

**INFO E PRENOTAZIONI**

**070.939888 / 347.7380831 (9.00 - 14.00 / 16.00 - 20.00)**

**[www.facebook.com/appetitosamente](https://www.facebook.com/appetitosamente)**

**festivaSIDDI twitter**

**appetitosamente\_festival instagram**

**[www.comunesiddi.gov.it](http://www.comunesiddi.gov.it)**

**appetitosamente@gmail.com**



COMUNE DI SIDDI

Associazione  
Cultural... mente 2.0



SERVIZI TURISTICI e CULTURALI

**IN COLLABORAZIONE CON**



COMPAGNIA BARRACELLARE  
SIDDI



ASSOCIAZIONE TURISTICA  
PRO LOCO



folk  
ASSOCIAZIONE CULTURALE



sa ma jia soba



AVIS  
SIDDI - PAULI ARBAREI



CASA STERI  
MUSEO DELLE TRADIZIONI  
AGROALIMENTARI DELLA SARDEGNA



PARROCCHIA VISITAZIONE  
DI MARIA VERGINE



SCIRARINDI  
Insieme alla Natura



ASSOCIAZIONE  
BIODIVERSITÀ GONNENA



ONAS  
SARDEGNA



Calarighe  
Libera Scuola di Erbortifera Popolare Sarda



Josto



NUOVIGIARICHE  
SIDDI



altrenergie  
SOSTENIBILE SOLIDITÀ



Skepto  
ASSOCIAZIONE CULTURALE



Fondazione  
SARDEGNA  
FILM COMMISSION



ISTITUTO SUPERIORE  
ETNOGRAFICO  
DELLA SARDEGNA



Sa Corona Arrubia  
COMUNITÀ TURISTICA DELLA SARDEGNA



Conservatorio  
di Musica  
GIOVANNI PIERLUIGI DA PALESTRINA  
CAGLIARI



Centro Servizi  
per le Imprese  
Camera di Commercio Cagliari



Laore  
Agenzia regionale  
promozione agricoltura  
Agenzia regionale  
per lo sviluppo in agricoltura  
SARDEGNA

**CON IL PATROCINIO DI**



REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA  
ASSOCIAZIONE CULTURALE, ARTISTICA E COMMERCIALE  
ASSOCIATO DEL TURISMO, ARTIGIANATO E COMMERCIO

SARDEGNA  
endless island



Fondazione  
di Sardegna

**FOOD PARTNERS**



ARGIOLAS  
FARE LA VIGNA IL VINO



MELIS



AGRICOLA  
SOI  
il privilegio di uno spazio



Terra  
di Nuraghi



fattoria  
CUSCUSA



Minicaseificio  
Gennè Sciria



S'ATTRA  
SARDIGNA



SAPORI ANTICHI



BERCATO

**MEDIA PARTNERS**



SARDEGNAEVENTI24.IT



eiatv



sardiniapost



M&B

Appetitosamente 2019 è organizzato dal Comune di Siddi, dall'Associazione CulturalMente 2.0 e dalla Cooperativa Villa Silli, in collaborazione con tutta la comunità siddese, Slow Food Sardegna, varie altre figure professionali e specializzate, diversi produttori, numerosi volontari e associazioni locali e no. Tante donne e tanti uomini che per un anno intero si impegnano, con vera passione e grande dedizione, nell'organizzazione di questo Festival.

**Organizzazione Generale e Direzione Artistica**

Comune di Siddi  
Associazione CulturalMente 2.0  
Società Cooperativa Villa Silli

**Ufficio Stampa**

Gianluca Zorcolo

**Responsabile Tecnico**

Lorenzo Perra

**Testo**

Cooperativa Villa Silli

**Grafica e Stampa**

Nuove Grafiche Puddu - Ortacesus



**SIDDI**  
25 • 26 • 27 • 28  
LUGLIO  
2019  
quattordicesima edizione

Quattro giorni dedicati al cibo e alle produzioni di qualità, con incontri, concerti, laboratori, proiezioni, mostra mercato, visite guidate, cene in strada, degustazioni, percorsi, convivi ed altro.

La festa che parte dal buon cibo, e coinvolge lo spirito e la mente.

**appetitosamente**  
Festival Regionale del Buon Cibo

Cibo e Libertà