

*Gli editoriali.*

## Come organizzare un picnic: ecco cosa portare e quali ricette preparare

L'estate è il periodo perfetto per organizzare un picnic: scopri cosa serve affinché sia tutto perfetto!

In primavera, in autunno e soprattutto d'estate, uno dei modi migliori per passare una **giornata all'aperto** con il partner, la famiglia o gli amici è **organizzare un picnic**. Per far sì che questa esperienza sia perfetta, però, occorre portare con sé tutto il necessario. Ecco una mini-guida per non lasciare nulla al caso e rendere il proprio picnic un momento indimenticabile.

### Cosa portare per un picnic

Per capire come organizzare un picnic, per prima cosa bisogna individuare il **luogo migliore**: che sia un picnic in **montagna**, vicino al **mare** o a un **lago**, in **campagna** o semplicemente in un **parco cittadino**, l'ideale sarebbe trovare un'area **picnic** che sia attrezzata per i visitatori. In questi luoghi, infatti, si possono trovare tavolini da picnic e panche di legno dove poter mangiare comodamente. In alternativa, è possibile portare con sé un **tavolo da picnic pieghevole** oppure ricorrere alla classica **tovaglia**, per mangiare seduti per terra.



Vediamo nel dettaglio quali sono gli strumenti indispensabili per organizzare questo pranzo all'aria aperta:

- **Cestino da picnic**: può essere anche una semplice borsa termica e serve per trasportare i cibi e le bevande;

- **Telo da picnic:** oltre alla classica tovaglia, è bene portare con sé dei teli per stare seduti più comodi o per sdraiarsi a riposare all'ombra, dopo aver mangiato;
- **Set da picnic:** per mangiare occorre portare con sé le stoviglie e gli strumenti necessari. L'ideale sarebbe scegliere materiali riutilizzabili, utilizzando, ad esempio, borracce, scodelle e anche le posate di casa; in alternativa, si possono acquistare **piatti, bicchieri e posate usa e getta**, purché siano **realizzati in materiali compostabili** che possano dunque essere smaltiti facilmente, per **salvaguardare l'ambiente**;
- **Passatempo:** prima o dopo aver mangiato, quando si è in gruppo si possono organizzare dei giochi da fare insieme, quindi è utile portare, ad esempio, una palla. Chi preferisce rilassarsi, invece, può portare con sé un libro o dei cruciverba;
- **Abbigliamento adatto:** per scegliere cosa indossare, bisogna considerare il luogo prescelto. Se si tratta di un picnic in montagna, ad esempio, anche in estate è sempre bene portare con sé una felpa, nel caso in cui ci sia aria fresca. L'importante è poi il comfort, dunque meglio scegliere **abiti comodi e scarpe chiuse**, ad esempio quelle classiche da ginnastica;
- **Prodotti anti-insetti:** quando si sta a contatto con la natura, è facile dover fare i conti con insetti fastidiosi. Per essere preparati a ogni evenienza, è sempre bene portare con sé **prodotti repellenti** per difendersi ad esempio, dalle zanzare e pomate da applicare in caso di punture;
- **Crema solare:** per evitare scottature durante un picnic estivo, è sempre bene spalmare sulla pelle la crema solare più adatta al proprio fototipo;
- **Sacchi della spazzatura:** servono per raccogliere e differenziare i rifiuti, così da lasciare pulito il luogo che ospiterà il picnic, nel pieno rispetto dell'ambiente.

### Le ricette per un picnic

Dopo aver preparato la borsa con tutti gli strumenti necessari per il picnic, si può pensare a cosa mangiare. Le idee per il pranzo da picnic sono davvero tante, c'è solo l'imbarazzo della scelta; ovviamente, si dovrà per forza optare per dei **cibi freddi da picnic**, a meno che non si vada in un'area attrezzata con dei barbecue per fare una grigliata.

Per essere certi di accontentare tutti, quando si è in gruppo l'ideale è portare sempre dei **panini** o dei **tramezzini** imbottiti con ingredienti diversi, oppure delle **pizzette**, delle **torte rustiche**, delle **tartine** o altre ricette finger food semplici da realizzare e da trasportare. Poi si può preparare una **pasta fredda** condita come si preferisce, ad esempio con tonno, pomodorini e olive, oppure con pomodorini e pesto; in alternativa, si possono portare delle **insalate**, da quella classica di riso fino a quella greca con la feta, oppure del **cous cous** con le verdure, il pollo o i ceci.

Per concludere il picnic, non bisogna dimenticare la **frutta fresca di stagione** e anche un **dolce**, ad esempio una crostata oppure una torta di pesche, un ciambellone o un qualsiasi dessert che si conservi per qualche ora anche fuori dal frigo. Infine, occorre ricordarsi di portare con sé **acqua** e **bevande** di vario tipo e magari anche un **thermos di caffè**.

Dopo aver preparato tutto l'occorrente, non resta che godersi il picnic in compagnia e una bella giornata all'aria aperta.

