



CONSIDERO  
**vaLoRe**  
• ECCELLENTI PER NATURA •

**Ricerca personalizzata**  
*per una spesa più sana e più umana*

**Dedicata a Lele**  
AVELLINO

a cura di  
**Antonella Gallino**

Gentile Raffaele,  
buongiorno. Ecco il risultato della mia ricognizione. Mi faccia sapere se qualcosa la ispira e può esserle utile :-)

## Mercati contadini ad Avellino

### 👉 A cura di Coldiretti

Ad Avellino ci sono due **mercati contadini** del circuito Campagna Amica, organizzati da Coldiretti. Partecipano vari produttori agricoli della provincia.

- Tutti i **mercoledì mattina** dalle 8 alle 13 in piazza del Popolo, di fronte alla sede del Comune.
- Tutte le **domeniche mattina** dalle 8 alle 13 in piazza Mazzini.

Ho scritto agli organizzatori e mi dicono che il mercato del mercoledì ha un assortimento più completo.

Inoltre, tutti i giorni è aperta anche la **Bottega Campagna Amica** sotto la sede Coldiretti di via Colombo 31, orario no stop dalle 10 alle 19.30.

### 👉 A cura di Confederazione Italiana Agricoltura - Cia

- **Mercato 'Ortobello'**. Tutte le **domeniche mattina** dalle 8 alle 13 nella centralissima piazza Kennedy (ex Casina del Principe). Ci sono 8-9 produttori, mi dicono di qualità molto alta.

Ho parlato con l'organizzatrice Stella Maccario, molto disponibile, ex proprietaria della bottega alla spina 'Candeo', che lo scorso luglio ha chiuso (peccato!). La trova [su Facebook](#) o al 335 7749507.

## Servizio 'wow'

### 👉 Rete Acquisto Qualità

È la **realtà più interessante che ho trovato nella sua zona**: «Un servizio rivolto alle famiglie per fare una spesa settimanale di prodotti freschi e di stagione, genuini e tracciabili». Ideato e organizzato da Emanuela Evangelista, di formazione architetto, mamma attenta alla qualità del cibo.

Il servizio attinge a una **rete di produttori tra Irpinia, Sannio e Molise**, in aree collinari e di montagna della regione appenninica. La filosofia è «realizzare

prodotti di alta qualità, senza mai forzare i cicli dell'agricoltura e rispettandone i tempi naturali. Le lavorazioni in campo e la trasformazione dei prodotti rispettano tradizione e biodiversità, che in questo brano di territorio, ai più sconosciuto, rappresentano un patrimonio di straordinario valore ambientale».

**I prodotti freschi vengono raccolti e consegnati 2 volte la settimana, il martedì e il venerdì.** Per la consegna del martedì si prenota entro domenica sera; per la consegna del venerdì si prenota entro il giovedì mattina. La consegna è effettuata con un mezzo refrigerato di proprietà. Per il ritiro:

- può sincronizzarsi con una delle **3 'tappe' di consegna** ad Avellino, nei giorni e orari prestabiliti.
- Può usare uno dei **3 punti di distribuzione**, sempre in città:
  1. *InPasta. Pastificio e Cucina*, in via Circumvallazione 63
  2. *BIO2000*, negozio biologico via Circumvallazione 161
  3. *Erboristeria Ildegarda*, in via Manfredi 74 ad Atripalda (AV)
- Si può recare al **punto vendita** in via Accesso alla Nazionale 11 a Capriglia Irpina (Av), lungo la SS 88, a 7km (dieci minuti) da Avellino città.
- Può richiedere la **consegna a domicilio**, con 5 € di contributo; è gratuita sopra i 90 €.

Se scrive o chiama Emanuela, sarà felice di darle tutte le informazioni utili, senza impegno: 320 4818615. Il sito è [www.retequalita.it](http://www.retequalita.it).

## Bottega del Commercio Equo e Solidale

### Equomondo

Soprattutto per prodotti dai mondi più lontani come caffè, tè, quinoa, cioccolato... In via Episcopio 1-3, ore 9-13 e 16-20. Il sito non funziona, questa è la loro pagina Facebook: <https://www.facebook.com/equomondobottega/>

## Botteghe di sfuso

Mi dicono che ce ne sono un paio, dove tengono uno sfuso soprattutto di legumi; ma mi hanno altresì detto che sono piuttosto 'commerciali', dunque non ci ho speso tempo. Era senz'altro valida la bottega *Candeo. Natura alla Spina*, ma come le dicevo ha chiuso :-/

## Aziende e altre realtà interessanti nei dintorni

### ☞ La Donzelletta

A 8 km da Avellino, in direzione sud-est, c'è questo agriturismo biologico che le consiglio di provare, se non lo conosce già:

<https://www.facebook.com/LaDonzellettaAziendaAgricola/>

Fanno sia servizio di ristorazione, sia vendono i propri prodotti agricoli a chi si rechi presso di loro.

### ☞ Giovomel

Azienda biologica in Irpinia, ad Aiello del Sabato. Coltivano melograni (in due rare varianti locali: Roce e Granato), ma anche pruni, kiwi, lamponi, mirtilli, ribes, dai cui frutti ricavano succhi, frullati, composte.

È tutto trasformato entro breve tempo dalla raccolta, con trattamenti termici limitati, e le confezioni sono in vetro.

<https://www.facebook.com/GiovomelAziendaBiologica/>

### ☞ Agribiologica Macchione

**Agribiologica Macchione**, in loc. Montefalcione. Producono noci, nocciole, mandorle, carrube, uva fiano doc e, se ho capito bene, anche farina di castagne. Mi sembrano prodotti molto interessanti dal punto di vista nutrizionale e, dato che mi dicono consegnare ad Avellino città, li terrei in considerazione. Può sentire la titolare, signora Rosa Ferrante, al 339 2721136.

<https://www.facebook.com/agrobiologicamacchione/>

### ☞ Mercato contadino 'Terra Irpina'

Si svolge ogni venerdì dalle 7.30 alle 13 a **Mercogliano**, nei pressi del casello autostradale di Avellino ovest. Dallo scorso settembre si è trasferito nella Villa Comunale Galleria del Benessere di Torelli, «arricchito di nuovi espositori a km zero, sia alimentari che di artigianato». So che è in un'altra direzione rispetto alla tratta che mi ha citato, ma non si sa mai; glielo indico lo stesso. Gli organizzatori sono stati molto gentili e solerti.

### ☞ Biolù

Se le interessano farine di grani antichi e pasta artigianale di grano duro, questa azienda di Benevento, che ho mappato sul mio sito, consegna con corriere in 48 ore: [Azienda Agricola Biolù](#).

### Altro, online, con sconti per i lettori di ConsideroValore :-)

- ☞ Per il [caffè biologico equosolidale](#), puoi acquistarlo online presso la Torrefazione Agust, il loro [Natura Equa](#) è davvero molto buono e per nulla acido-amaro. Mi piace così tanto che li promuovo e per i miei lettori c'è un codice sconto del 15%: EQUOVALORE15.
- ☞ Per la [pulizia della casa](#), consiglio [Officina Naturae](#), su cui pure ho un codice sconto che regala le spese di consegna gratuite fin da un minimo d'ordine di 50 € (anziché 79): ONGREEN20

---

### Buona spesa umana!

Per il tuo ringraziamento puoi donare:

- via Paypal, inviando il denaro al mio account privato e specificando che è un rimborso tra privati (e non una vendita di beni o servizi):  
[anto.gallino@gmail.com](mailto:anto.gallino@gmail.com)
- via bonifico all'IBAN del c/c di Banca Etica intestato a me, Antonella Gallino, IT03J0501802400000016858755

Un'altra cosa che puoi fare, se sei su FB e ti fa piacere, è lasciare una [recensione sulla pagina di Considerovalore](#).

Se non sei su FB, puoi lasciarla [su Google Maps](#).

Grazie, Antonella