

www.eritreiticino.ch



Eritrei in Ticino

ኤርትራውያን ኣብ ትቺኖ

الاريتريين في تشينو

- Entrare in contatto con la comunità Eritrea
- Conoscere il paese Eritrea
- Approcciarsi alle tematiche migratorie
- Sviluppare nuove attività insieme

Contatto: eritrei.ticino@gmail.com



RICETTA PER IL PANE INJERA

INGREDIENTI per 4 persone

Teff oppure un mix di 130 g di Farina 00, 130 g di Farina di mais, 75 g di Farina integrale

300 ml di acqua tiepida

1/3 di cubetto di lievito di birra fresco

150 ml di acqua bollente

1/2 cucchiaino di bicarbonato

E per conoscere il procedimento...visitare il nostro sito

www.eritreticino.ch

Contatto: eritrei.ticino@gmail.com