



**Arte
e scienza
del cibo**

Periodico gratuito
Anno 7 - n. 9
19 settembre 2019
www.cibiexpo.it



**Isabella Potì:
dal Salento
con dolcezza**



**Gli ingegneri
si occuperanno
anche di cibo**



**Mangiare
per stare bene**





inrete

Relazioni Istituzionali e Comunicazione



RELAZIONI ISTITUZIONALI E COMUNICAZIONE

Public Affairs e Lobbying

Advocacy

Media Relations

Eventi

Comunicazione online

Web Reputation

Below the line

Video Production



Milano

Via Gustavo Fara, 35



Roma

Piazza di Pietra, 31



www.in-rete.net

EDITORIALE

E tu chi vuoi salvare?

Per le persone di buona volontà e buoni sentimenti c'è solo l'imbarazzo della scelta: ci si può impegnare per salvare il pulcino maschio, che nella maggioranza dei casi è soppresso dopo la nascita perché improduttivo, appoggiando la battaglia di Coop che ha pattuito con i propri fornitori di acquistare pulcini femmina, future galline ovaiole, solo se i maschi della stessa covata saranno allevati fino all'età adulta. Oppure si può aderire all'associazione *Salviamo l'orso marsicano* o sostenere *Greenpeace* per tutelare le api. Ci sono anche combattenti per battaglie meno viscerali che vogliono salvare le Apuane e il monte Procinto oppure le foreste. O chi si sente cittadino del mondo che in Italia si sta impegnando per salvaguardare il Sito Sacro di

Wirikuta, in Messico. Ci sono perfino persone che si adoperano per salvare la femmina umana dalla violenza del maschio. Dunque ce n'è per tutti i gusti e le sensibilità. Ma quando ho letto la petizione della LAV, Lega Anti Vivisezione, "Salviamo i macachi!" contro l'Università di Torino ho pensato a uno scherzo. E invece è cosa serissima e attiene agli aspetti etici della ricerca scientifica basata sulla sperimentazione animale che, a detta degli organismi di controllo più eticamente rigorosi, non può prescindere oggi da indagini misurate e controllate sugli animali oltre che dagli studi (non invasivi) su soggetti umani. ■

Paola Chessa Pietrobboni
direzione@cibiexpo.it



Ben fatto
Mousse di pesche **5**
di Marta Pietroboni

C'è del buono
Anche Catania conquistata dal progetto Cicatrici **6**
di Anna Francioni

I ristoratori tornano a scuola **7**
di Anna Francioni

Ricerca e innovazione
Mangiare per star bene **9**
di Fabrizia Guerra

Alimentazione e salute
La vitamina D: il sole ci fa bene **11**
di Andrea Fossati ed Elisabetta Amoruso

Made in Italy
Il "Rosso" di Mazara, risorsa da tutelare **13**
di Daniela Mainini

Cibo e letteratura
Honoré de Balzac, un recensore d'eccezione **14**
di Toni Sàrcina

Protagonisti
Isabella Poti: dal Salento con dolcezza **16**
di Anna Francioni

I segreti della spesa
Un alimento versatile e antico **19**
di Paola Chessa Pietroboni

Racconti stuzzicanti
Un po' di dolcezza **21**
di Giorgio Donegani

Tendenze
Il modello Italiano d'allevamento degli insetti commestibili **22**
di Andrea Mascaretti

Arrivano i super ulivi **25**
di Alessandro Caviglione

Gli ingegneri si occuperanno anche di cibo **26**
a cura della Redazione

Semplice come l'acqua? **27**
di Chiara Caprettini

Coltivatori di Emozioni tende la mano alla Costiera Amalfitana **28**
di Marta Pietroboni

Riso, pasta e Marco Polo **30**
di Valentina Talia

Hanno collaborato a questo numero

Andrea Fossati
 Biologo nutrizionista, laureato in biologia applicata alla ricerca biomedica, ha conseguito il Dottorato di Ricerca in Scienze Genetiche e Biomolecolari presso l'Università degli Studi di Milano dove è attualmente ricercatore presso il dipartimento di Biotecnologie mediche e Medicina traslazionale. È nutrizionista ufficiale per gli atleti di pallanuoto A1 Sport Management di Busto Arsizio (VA).

Centro Studi Anticontraffazione

Il Centro Studi Anticontraffazione è il dipartimento del Centro Studi Grande Milano che si occupa esclusivamente di tutela della proprietà intellettuale, made in Italy e lotta alla contraffazione. Monitora i settori più colpiti dalla contraffazione nelle aree metropolitane, in Italia e all'estero, collaborando con tutte le Forze dell'Ordine preposte al contrasto del fenomeno.

Giorgio Donegani

Tecnologo esperto di educazione alimentare, consigliere OTALL (Ordine dei Tecnologi Alimentari Lombardia e Liguria).
 www.giorgiodonegani.it

Libero Gozzini

Vive e lavora a Milano come illustratore. Diplomato all'Istituto d'Arte applicata del Castello Sforzesco, è tra i fondatori dello Studio Ink e dell'Associazione Illustratori, della quale è stato presidente. Negli anni '70 e '80 collabora con numerose agenzie di pubblicità di Milano, realizzando anche spot televisivi. Per i lungometraggi di animazione *Joan Padan* e *Opopomoz* realizza i *modelling* tridimensionali, come pure i personaggi di Cipputi di Altan e del Signor Rossi di Bozzetto. Molti i lavori per l'editoria e la Scuola di Fumetto.

I contatti della redazione

CiBi
 Arte e scienza del cibo
 Periodico gratuito
 Anno 7 - n. 9
 Milano
 19 settembre 2019

Direttore responsabile:
Paola Chessa Pietroboni

Art director:
 Marco Matricardi - matricardi@fastwebnet.it

Redazione:
 Alessandro Caviglione
 alessandro.caviglione@cibiexpo.it
 Ilaria Greco - ilaria.greco@cibiexpo.it
 Marta Pietroboni - marta.pietroboni@cibiexpo.it

Relazioni istituzionali:
 Cinzia Maddaloni - maddalonicinzia@gmail.com

Comitato scientifico:
 Ettore Capri - Ordinario di Chimica agraria - etttore.capri@unicatt.it
 Giorgio Donegani - Tecnologo esperto di nutrizione, consigliere OTALL
 Flavio Merlo - Sociologo - flavio.merlo@unicatt.it
 Toni Sàrcina - Storico della cucina e dell'alimentazione - altopalato@altopalato.it

Fotografo: Guido Valdata
Illustratore: Libero Gozzini
 info@gozzinilibero-illustratore.com

Realizzazione editoriale: Cibi srl
Redazione: Via Carchidio 2, 20144 Milano
Email: info@cibiexpo.it
Editore: Cibi srl
Presidente del consiglio d'amministrazione:
 Paola Chessa Pietroboni
Sede legale: Corso Sempione 62, 20154 Milano
P.IVA: 08210050962
Prestampa: Matricardi.com
Stampa: Rotopress - Pignini Group Printing Division; Loreto – Bologna
 Stampato su carta patinata opaca 90 gr
 BURGO UNO PRIME MATT.



BEN FATTO

Mousse di pesche

Una prelibatezza resa spumosa da mille microscopiche bolle d'aria

Per preparare questo dolce che ci ricorda l'estate, e prolunga, almeno nei nostri palati, la sua memoria recente, siamo tornati da Caminadella Dolci. Ci hanno accolto Daniela e Andrea, che ormai conoscete, e Giulia, che da poco li aiuta, offrendoci un bicchiere di vino che a noi ha ricordato, senza esserlo, un passito (e dopo vi sveleremo cos'era) e un abbondante assaggio della mousse per noi cucinata in anticipo: non si può infatti scrivere di cibo senza assaggiare, come non si può raccontare un posto senza esserci stati. Nella condizione psicologica migliore possibile – un bel laboratorio assolato, un bicchiere di vino in mano e un cucchiaino di mousse nell'altra – abbiamo così iniziato a ripercorrere, guidati dai nostri pasticceri, tutti i passaggi necessari a realizzare questa mousse tanto buona quanto bella. Gli ingredienti sono pochi e, come sempre, di stagione. La preparazione richiede alcune accortezze, ma se le seguirete otterrete un ottimo risultato.

Ingredienti per 5-6 persone:

- 250 g di pesche noci
- 100 g di zucchero semolato
- 50 g d'albume
- 30 g d'acqua
- 6 g di gelatina in polvere + altri 30 g d'acqua

Preparazione

Per prima cosa dovete frullare le pesche, dopo averle tagliate a pezzetti. E reidratare la gelatina con 30 g d'acqua fredda, riponendola poi in frigorifero. Preparate la meringa italiana. Si tratta di una meringa cotta, per realizzare la quale si devono montare gli albumi. Nel frattempo portate zucchero e acqua, messi in un pentolino, a 121°C e successivamente versate lo sciroppo così ricavato a filo sugli albumi, mentre montano, lasciandoli crescere fino a ottenere una meringa lucida e ben consistente. Fatto questo, non vi resterà che sciogliere la gelatina in microonde a 40°C e versarla sulle pesche, mescolando bene; frullate ancora qualche secondo e da ultimo incorporate poco alla volta le pesche nella meringa italiana, amalgamando delicatamente. La mousse è preparata, potete versarla nelle formine, ma prima di assaggiarla o offrirla dovrete riporla in frigorifero per almeno 2 ore.

Una volta fredda, potrete guarnirla a piacere con fettine di pesca passate nella gelatina da decorazione, lamponi e foglioline di basilico.

Come sempre, Daniela ci suggerisce anche un abbinamento di vino. Si tratta di un particolarissimo vino da dessert (quello che ha offerto a noi): un Gewurztraminer Vendemmia Tardiva 2015 Cantina Tramin. Colore dorato intenso, brillante e luminoso, al naso offre sentori suadenti di frutta candita, ricordi di miele, agrumi e una delicatissima speziatura finale. In bocca è fine ed elegante, molto equilibrato, con morbidezza e freschezza in perfetto equilibrio. ■

Marta Pietroboni
 marta.pietroboni@cibiexpo.it



Anche Catania conquistata dal progetto Cicatrici

Dopo Milano, grande successo anche in Sicilia per la mostra itinerante che racconta il percorso artistico di un gruppo di giovani a cui la vita ha lasciato profonde cicatrici, nel corpo e nell'anima

Una storia comune a tutti, narrata attraverso l'arte: è Cicatrici, la mostra evento che raggiungerà nel tempo diverse città italiane. Dopo essere stata allestita lo scorso ottobre negli spazi della Triennale di Milano, nel mese di luglio ha infatti raggiunto la Galleria d'Arte Moderna di Catania, per continuare a parlare di bellezza, emozioni e soprattutto speranza. Cicatrici è l'esito di un percorso durato un anno, che ha coinvolto i B.Livers, ragazzi affetti da gravi patologie croniche, e quelli del +LAB (piulab.it), l'innovativo laboratorio di stampa 3D del Politecnico di Milano. Insieme hanno raffigurato le proprie cicatrici su su oltre 40 piccole riproduzionialte 35 cm di due icone della bellezza, la Venere

di Milo e il David di Michelangelo, esibendole come segni di un percorso di crescita. Perché, come cita il manifesto della mostra, "Tutti abbiamo almeno una cicatrice. Chi sul corpo, chi nel cuore, chi nell'anima. Sono segni, spesso solchi, che non si vogliono mostrare, perché ci fanno apparire più brutti, più fragili. Ma non sempre è così". L'intento del progetto è infatti trasmettere un messaggio positivo: non conta quante ferite si possano avere, l'importante è come si reagisce e come si riesce a trasformarle da possibili debolezze in punti di forza.

Un programma multidisciplinare
B.LIVE è un progetto ideato da Fondazione Near On-



lus e dedicato ai B.Livers, ragazzi affetti da gravi patologie croniche, come tumori, HIV, disturbi alimentari, malattie rare... Attraverso diversi percorsi creativi e contatti con il mondo delle aziende i giovani pazienti hanno modo di cimentarsi nella produzione di gioielli, borse, bio-cosmetici e tanto altro: iniziative che danno il coraggio di continuare a vivere sperando e cercando di costruire un futuro migliore. +LAB è invece il laboratorio di stampa 3D del Politecnico di Milano, con sede presso il Dipartimen-

to di Chimica, Materiali e Ingegneria Chimica "Giulio Natta". Il team, diretto dalla professoressa Marinella Levi, accoglie ogni giorno ingegneri, designer, ricercatori e, in generale, persone che creano (come i B.Livers), proponendo un approccio multidisciplinare alla stampa 3D, in cui ricerca, progettazione e didattica si fondono per produrre innovazione, con una particolare attenzione alle implicazioni ambientali e sociali, come nell'esperienza di Cicatrici. ■

Anna Francioni
anna.francioni@cibiexpo.it

I ristoratori tornano a scuola

Nasce in Italia una nuova proposta formativa pensata per dare valore aggiunto all'offerta dei bar e dei ristoranti che aderiscono al circuito dei buoni pasto Edenred

Qui sotto: a sinistra, Paola Blundo, Direttore Network Edenred Italia; a destra, Stefano Callegaro, ambasciatore dell'iniziativa.

Non solo lezioni di cucina, ma veri e propri percorsi di co-creazione dei piatti, oltre a sessioni di marketing, comunicazione digitale e social, analisi delle tendenze del mercato... Tutto questo (e molto altro) è l'*Università della Pausa Pranzo*, il programma di formazione ideato e realizzato da Edenred, nota azienda specializzata in servizi di benefit e welfare aziendale. Destinatari dell'iniziativa sono ristoratori, proprietari di bar piccoli e grandi, tavole calde e fredde, ma anche agriturismi e tutte le tipologie di esercizi pubblici che accettano i buoni pasto *Ticket Restaurant®*; il punto di partenza è stata un'indagine di mercato commissionata da Edenred e finalizzata a identificare i loro principali bisogni e i problemi riscontrati nella gestione



della quotidianità. Le modalità di erogazione dei contenuti saranno varie e diverse: dalla messa a disposizione di una piattaforma online, a cui tutti gli esercizi aderenti alla rete potranno accedere, alla realizzazione di workshop nelle principali città italiane, dedicati di volta in volta a un numero selezionato di ristoratori. «I nostri partner sono professionisti che conoscono molto bene il loro lavoro – ha dichiarato Luca Palermo, AD di Edenred Italia – e quindi all'interno dell'Università intendiamo confrontarci, valorizzarci reciprocamente, sotto la guida di

esperti del settore. Questo è l'obiettivo del progetto, oltre alla volontà di fare cultura intorno a un momento della giornata, quello della pausa pranzo, che accomuna, ogni giorno, oltre 1.500.000 persone in Italia.»

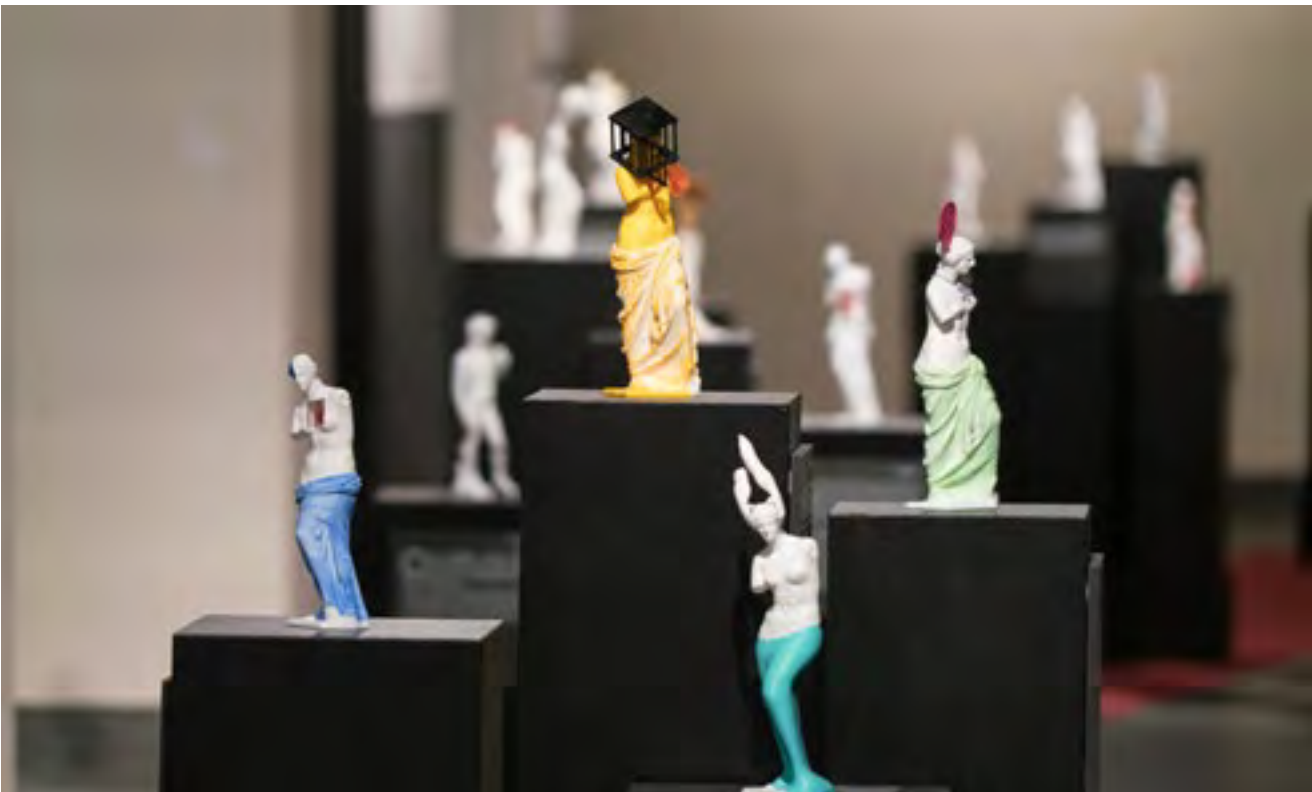
Un ambasciatore d'eccezione
Ambassador dell'iniziativa sarà Stefano Callegaro, vincitore nel 2015 della quarta edizione del talent show *MasterChef Italia*, già esperto di marketing aziendale e ora imprenditore nella ristorazione; per tutte queste caratteristiche è stato individuato come la persona giusta per

accogliere e guidare chi parteciperà agli incontri di formazione. «Negli anni – spiega Callegaro – ho raccolto il desiderio di molti ristoranti interessati a iniziative come questa, per riuscire a stare al passo con un mercato in cui c'è molta competizione. L'Università della Pausa Pranzo ha dato una risposta concreta a questo bisogno e io sono orgoglioso di esserne portavoce: mi piace pensarla come una fucina dell'innovazione, grazie a un format originale, spazi di apprendimento reali e virtuali, e tantissima interattività.» ■

Anna Francioni
anna.francioni@cibiexpo.it

Fondamentale, per la realizzazione e la prosecuzione del progetto, la partnership tra B.LIVE e Janssen Italia, nota azienda farmaceutica che fa dell'attenzione sociale uno dei propri valori fondanti.

Per aggiornarsi sulle prossime tappe della mostra Cicatrici e ordinare il catalogo realizzato in collaborazione con De Agostini Scuola: bliveworld.org.



Edenred nel mondo

Leader mondiale in soluzioni destinate a imprese, dipendenti e merchant, Edenred rappresenta una rete unica nel suo genere, con 47 milioni di beneficiari, 830.000 aziende e enti pubblici clienti e 1,7 milioni di esercizi commerciali affiliati.

L'offerta del Gruppo è caratterizzata da tre asset commerciali:

- benefit per i dipendenti (Ticket Restaurant®, Ticket Welfare®, FlexBen®...);
- soluzioni di welfare aziendale (ExpendiaSmart®, Carta UTA Edenred...);
- soluzioni incentivanti (Ticket Compliments® come buoni acquisto) e programmi sociali pubblici.

Per maggiori informazioni: www.edenred.it



Commanderie des Cordons Bleus de France

Da cinquecento anni, il sodalizio dei più qualificati gourmet di tutto il mondo per la diffusione della civiltà della tavola.

“Cordon Bleu” è sinonimo di cucina eccellente fin dal XVI secolo. Nel 1578 Enrico III di Francia crea l’Ordine di Santo Spirito, uno dei più importanti ordini cavallereschi. I suoi Cavalieri si contraddistinguono per un nastro blu (Cordon Bleu) portato in ogni occasione ufficiale. Nel tempo “Cordon Bleu” diventa sinonimo di raffinato gourmet. Nel 1949 nasce a Digione (Francia) l’attuale Commanderie des Cordons Bleus de France.

Prossimo appuntamento
17 - 18 - 19 ottobre

CONGRESSO NAZIONALE SUL TEMA
“Archeologia, alta cucina e prodotti campani”

Le tappe della “tre giorni”:

Per l’Archeologia

- visita guidata agli Scavi di Pompei dopo i recenti restauri

Per l’Alta Cucina

- pranzo al “Ristorante President” di Pompei (1 stella Michelin)

- cena allo storico “Caruso” di Sorrento

- cena di gala al celebre “Don Alfonso 1890” di S. Agata sui Due Golfi (2 stelle Michelin)

Per i prodotti

- visita all’Agriturismo “la Sorgente” per la lavorazione della “treccia di fiordilatte”



La Delegazione italiana ha sede a Milano in via Ausonio, 13
tel. 02 58111000 – www.cordonsbleus.it – cordonsbleus@cordonsbleus.it.

RICERCA E INNOVAZIONE

Mangiare per star bene

Si sta facendo strada con successo una nuova disciplina che studia la relazione fra ristorazione e aspetti salutistici: si chiama ristoceutica.

Queste nuove conoscenze ci dicono che l'alimentazione può diventare a tal punto importante da riuscire a modificare il nostro patrimonio epigenetico in forme che, pur essendo ereditabili, non sono permanenti ma possono essere eliminate o alterate se sottoposte a stimoli come i fattori ambientali, che includono appunto il consumo di cibo.

L'alimentazione dunque costituisce un punto fondamentale anche nella prevenzione primaria di alcune malattie.

Ciò che mangiamo quotidianamente può porre le basi per evitare patologie cardiocircolatorie e dismetaboliche (che alterano cioè il metabolismo, ndr), quali ad esempio il diabete.

La dieta mediterranea

Un modello di sana e corretta alimentazione, universalmente riconosciuto, è quello della dieta mediterranea, che fonda uno dei suoi cardini sul consumo di cereali sotto forma di pasta e pane. La pasta, in particolare, rappresenta per la maggior parte degli italiani una pietanza irrinunciabile, ma è necessario consumarla con moderazione, soprattutto in soggetti diabetici e in sovrappeso.

È possibile coniugare il gusto di un buon piatto di pasta con le proprietà salutistiche di un nutraceutico (alimento che produce un effetto terapeutico, curativo, ndr)? A dare una risposta in positivo ci pensa la emergente

ristoceutica, una disciplina il cui obiettivo è quello di portare in tavola pietanze in grado di associare al consueto sapore una prevenzione primaria di elevato profilo. Un recentissimo progetto dei ricercatori del Dipartimento di Farmacia dell'Università degli Studi di Napoli Federico II ha permesso di “formulare” una pasta addizionata con un particolare estratto di vinacce di Aglianico, denominato Taurisolo®, ricco in polifenoli e resveratrolo (sostanza prodotta da diversi vegetali con spiccate proprietà antiossidanti, ndr), che la rende non solo gustosa, ma anche salubre. La particolare tecnica di produzione della pasta e le caratteristiche dell'estrat-

to addizionato fanno sì che una quota di oltre il 90% dei polifenoli addizionati riesce a superare indenne sia la fase di cottura che quella della digestione gastrica. I preziosi polifenoli, di cui la vinaccia è ricca, arrivano così inalterati nell'intestino dove vengono quasi completamente assorbiti, andando a ottimizzare e preservare le funzioni cardiovascolari dell'intero organismo.

D'ora in poi, si potrà mangiare con gusto e fare prevenzione. Si sostanzia così il detto: fai che il cibo sia la tua medicina! ■

Fabrizia Guerra
fabrizia.guerra@unina.it

Per maggiori informazioni:
nutraceuticals@unina.it
Tel. 081 678403.

Nella foto, alcuni grappoli di Aglianico, varietà tipica del sud Italia, dalle cui vinacce vengono estratte le sostanze utilizzate dalla ristoceutica.



DEL DIVERTIMENTO NEANCHE L'OMBRA

Nei circhi gli animali sono vittime di innaturali forzature del comportamento. ENPA si batte per un circo senza animali.

Un circo senza violenze e senza l'esercizio quotidiano della sopraffazione. Un circo fatto solo di acrobati, giocolieri, maghi e saltimbanchi, come già esiste in tanti altri paesi del mondo.

Pensaci. Un posto in cui gli animali sono tenuti prigionieri e non sono neanche l'ombra di quello che sarebbero in natura, secondo te è un posto in cui un bambino può imparare qualcosa di buono?

Sostieni la nostra petizione contro il finanziamento pubblico ai circhi con animali. Aiutaci a raccontare a tuo figlio una storia a lieto fine.



ALIMENTAZIONE E SALUTE

La vitamina D: il sole ci fa bene

Le vacanze sono ormai un ricordo per la maggior parte di noi: ecco l'integratore che potrebbe aiutarci per affrontare al meglio l'impegno fisico della fase di rientro

La vitamina D è una vitamina liposolubile e, come tutte le vitamine liposolubili (A, D, E e K), viene rilasciata, assorbita e trasportata insieme ai lipidi ingeriti con la dieta. Grazie a questa caratteristica, a differenza delle vitamine idrosolubili – che vengono escrete rapidamente con le urine – le vitamine liposolubili, accumulandosi nel fegato e nel tessuto adiposo, raramente diventano carenti nel nostro organismo anche se, a seguito di una alimentazione sbilanciata, questo può accadere.

Perché la vitamina D è fondamentale

La vitamina D è indispensabile per il nostro organismo. È infatti importante per la salute ossea, perché una sua

carenza può portare al rachitismo nei bambini e provocare osteomalacia negli adulti (si tratta di una patologia metabolica delle ossa che, demineralizzate, si presentano più suscettibili a dolori, malformazioni e fratture). La vitamina D è presente in varie forme nel nostro organismo: le più importanti sono l'ergocalciferolo (D2) e, soprattutto, il colecalciferolo (D3). Si tratta di forme "preattivate" (ossia non attive biologicamente) che l'organismo attiverà, attraverso una serie di reazioni, a livello del fegato e del rene.

Come assumerla

L'alimentazione ricopre un ruolo fondamentale per quanto riguarda l'assunzione della vitamina D. Troviamo

infatti la D2 in alcuni alimenti vegetali come i funghi, mentre la D3 è fornita da pesce, carne, uova e latticini. Va comunque ricordato che il nostro organismo è in grado di sintetizzarla a seguito di esposizione solare: questo spiega il motivo per cui nei popoli nordici, ma in generale in chi conduce una vita poco esposta all'aria aperta, è più facile riscontrare carenze di questa vitamina. La dose giornaliera consigliata (RDA, Recommended Daily Allowance) per la vitamina D corrisponde a circa 15-25 µg (µg è il simbolo del microgrammo) al giorno.

Qualche consiglio pratico

Per soddisfare il nostro fabbisogno di vitamina D anche durante le stagioni più fredde presto in arrivo, il consiglio è di continuare a esporci regolarmente al sole, quando il tempo lo permette (basta una passeggiata, una breve sosta in giardino o al parco, naturalmente ben coperti) e di prediligere gli alimenti indicati sopra. E nel caso fossimo vegetariani, il nostro medico saprà di certo indicarci la soluzione più adatta. ■

Andrea Fossati
ed Elisabetta Amoruso
fossatiandrea@centroemmea.it



La vitamina D2 è presente nei funghi, tipici di questa stagione.





La vita è più dolce, con un pizzico di Pan di Zucchero

Marina e Andrea si sono conosciuti nel laboratorio di una storica e rinomata pasticceria milanese: tra torte Chantilly e pasticcini alla crema è scoccata la scintilla che li ha fatti diventare una coppia sul lavoro e nella vita. Si sono sposati e nel 2000 hanno aperto **Pan di Zucchero**, rilevando una vecchia pasticceria già presente da anni nel quartiere di Porta Romana.

Dolcezze dal gusto retrò

Da allora, nella loro caratteristica bottega in stile vintage, ne hanno combinate di tutti i colori... Perché i dolci di Pan di Zucchero, oltre a essere golosi, sono così fantasiosi e variopinti, da sembrare usciti da un libro di favole!

La precisione di Andrea, vero mago del cioccolato e della lievitazione, trova infatti l'ideale contraltare nella creatività di Marina, l'artista di famiglia esperta di cake design.

I desideri trovano forma... dolce!

A voi la scelta se lasciarvi ispirare dalle delizie esposte al banco oppure ordinare un dolce personalizzato, o magari anche un piccolo buffet, creati apposta per una vostra occasione speciale. Tante le specialità: le torte di macarons e petali di rosa, i biscottini alla cannella, le torte su misura in pasta di zucchero, la piccola pasticceria e molto altro. In ogni caso, impossibile resistere!

Dove trovare questo autentico paradiso?

In **via Giulio Romano 27**, a Milano (MM Porta Romana)

Per info: www.pandizuccheromilano.com - tel. 02 58309008.



Il "Rosso" di Mazara, risorsa da tutelare

Tra le tante prelibatezze che il Mediterraneo offre alle nostre tavole, un posto d'onore lo occupa senz'altro il Gambero Rosso di Mazara del Vallo, borgo marinaro della Sicilia sud-occidentale

Il famoso crostaceo prende il nome da questa località dell'isola perché proprio in quella zona operano i più grandi esperti di questo tipo di pesca d'altura. Il Gambero Rosso viene infatti pescato nel mar Mediterraneo a una profondità di circa 700 metri da pescherecci che partono da Mazara del Vallo e che, dotati di tecniche e attrezzature moderne, sono specializzati nella congelazione a bordo. In questo modo è così possibile preservare tutte le caratteristiche organolettiche del prezioso crostaceo, ricca fonte di calcio, vitamine, proteine e grassi insaturi, con basso livello di calorie.

Una presenza sospetta?

Caratterizzato dal tipico colore rosso intenso e dalla carne gustosa e compatta, il Gambero Rosso di Mazara è ricercatissimo sulle tavole italiane e dagli chef internazionali di tutto il mondo... troppo presente per essere davvero tutto prodotto italiano. Sebbene i quantitativi di pesca siano rilevanti, circa 50 tonnellate all'anno, l'offerta non riesce a soddisfare la domanda, con il rischio che gamberi ad esempio del Mozambico – maggior esportatore di gamberi rossi – vengano spacciati per quelli di Mazara. Distinguere l'uno dall'altro non è operazione affatto semplice, almeno fino all'assaggio che rivela, specialmente agli

Daniela Mainini, Presidente del Centro Studi Anticontraffazione.



esperti, la netta differenza. Essere ingannati è dunque facile, tanto più con ingente danno economico se si pensa che un chilo di gamberi rossi si aggira intorno 50-60 Euro. È pertanto necessario prestare la massima attenzione alle etichette e soprattutto all'affidabilità del ristoratore o venditore. Per il Gambero Rosso di Mazara, nonostante i tentativi in tal senso, non si è ancora riusciti a ottenere la denominazione DOP: un riconoscimento importante sia per i consumatori, che sarebbero maggiormente garantiti dalle frodi, ma anche per l'economia locale, poiché lo scarlatto crostaceo rappre-

senta un pilastro economico dell'isola, con circa 400 operatori nel settore. Più in generale, per ogni tipologia di gamberi occorre fare attenzione alle tante colorazioni artificiali a cui vengono sottoposti per questioni di marketing, ovvero per renderne più appetibile l'acquisto da parte dei consumatori, molto più propensi ad acquistare uno scintillante gambero rosso rispetto a un "triste" gambero grigio che, come molti sapranno, è invece di buona qualità. ■

Daniela Mainini

info@anticontraffazione.org

www.centrostudigrandemilano.org

Nella foto, alcuni tipici esemplari del Gambero Rosso di Mazara del Vallo.



Honoré de Balzac, un recensore d'eccezione

Il grande scrittore francese, scomparso a soli 51 anni, pur nella sua breve vita riesce a scrivere un notevole numero di opere, compresa la monumentale "La Comédie humaine"

di Toni Sàrcina
altopalato@altopalato.it
www.altopalato.it

Nella *Commedia umana* compaiono parti dedicate alla cucina, alla ristorazione e in generale al cibo, verso il quale Balzac ha una naturale propensione.

La cosa è singolare poiché, prima di lui, nessuno scrittore ne ha parlato in modo e in

termini di assoluta aderenza alla realtà professionale dell'epoca.

Prima di addentrarci nei dettagli gastronomici, è tuttavia utile, a favore di chi non conosca bene il personaggio Balzac, tracciarne uno schematico curriculum:

- Nasce a Tours, da famiglia abbastanza agiata, il 20 maggio del 1799. Studia in collegio negli anni dell'ado-

lescenza e, dai suoi racconti, ne esce un lungo periodo di "fame assoluta e di cattiva cucina". Trasferitosi con la famiglia a Parigi, prosegue gli studi e inizia quelli di giurisprudenza.

- A vent'anni, scopre la sua vocazione letteraria e inizia a scrivere alcune opere di narrativa popolare che, purtroppo, non riscuotono gran successo. Honoré non si perde d'animo e si inventa nuove collocazioni come editore, stampatore e, addirittura, come imprenditore, acquistando una fonderia di caratteri di stampa. Tutte iniziative che, pur mantenendolo nel settore dell'editoria, si rivelano fallimentari e lo indebitano notevolmente.

- Quando si avvia verso la trentina, vede finalmente aprirsi una nuova via di scrittura presso due importanti riviste – la "Revue de

Paris" e la "Revue des Deux Mondes" – e, in circa sedici anni, riesce a pubblicare ben 90 romanzi, un numero rilevante di racconti, aneddoti, critiche letterarie e in generale testi che in quegli anni saranno molto apprezzati e lo renderanno famoso.

- Malgrado i successi letterari, la sua situazione economica non migliora e nel 1837 si trasferisce a Milano dove resterà ospite per circa un anno, frequentando i salotti, il Teatro alla Scala e facendo vita mondana, verso la quale è perennemente attratto.

"La Comédie humaine" che, oltre a influenzare tutti i letterati dell'epoca e quelli dei periodi successivi, racchiude nelle sue pagine gli argomenti più diversi sulla vita, trattati da Balzac con la genialità critica che lo caratterizza.

Il rapporto con il cibo

Balzac aveva sempre "una certa fame"; forse lo si deve a quella, patita e indimenticabile, negli anni del collegio. C'è un aneddoto che lo ritrae trentaseienne in prigione (dove fu rinchiuso per alcuni giorni, per renitenza a entrare, come d'obbligo, nella Guardia Nazionale), mentre chiede al suo editore di portargli 200 franchi. Appena li ottiene, ordina un pranzo eccezionale al famoso ristorante Véfour di Parigi, al quale invita anche l'editore. In-

sieme, gustano una quantità enorme di piatti, da quelli con selvaggina al tartufo ai pasticci di fegato, dalle torte salate a quelle dolci e altre numerose golosità. A quanto pare, tutto ciò alimenta la sua capacità di scrivere, a una velocità incredibile, molte opere con l'assoluto gradimento dell'editore.

Balzac dice inoltre che, nei contesti familiari, la cucina è spesso scadente e uguale a se stessa e quindi, per un gourmet come lui, diventa quasi obbligatorio procurarsi inviti dalle case nobiliari nelle quali, sempre secondo lui, la grande cucina è assicurata da ottimi chef e dalla loro brigata.

Un cronista parigino, Robert Courtine, pubblicò un volume dal titolo "Balzac à table" con alcuni riferimenti gustosi che mettono in luce la passione dello

scrittore per il cibo. Erano scritti con la segnalazione del racconto o del romanzo in cui erano comprese le indicazioni per piatti di alta cucina con descrizioni dettagliate delle ricette. Riporto qui alcuni esempi che, per facilitarne la comprensione, traduco in italiano.

- Da "L'envers de l'histoire contemporaine":

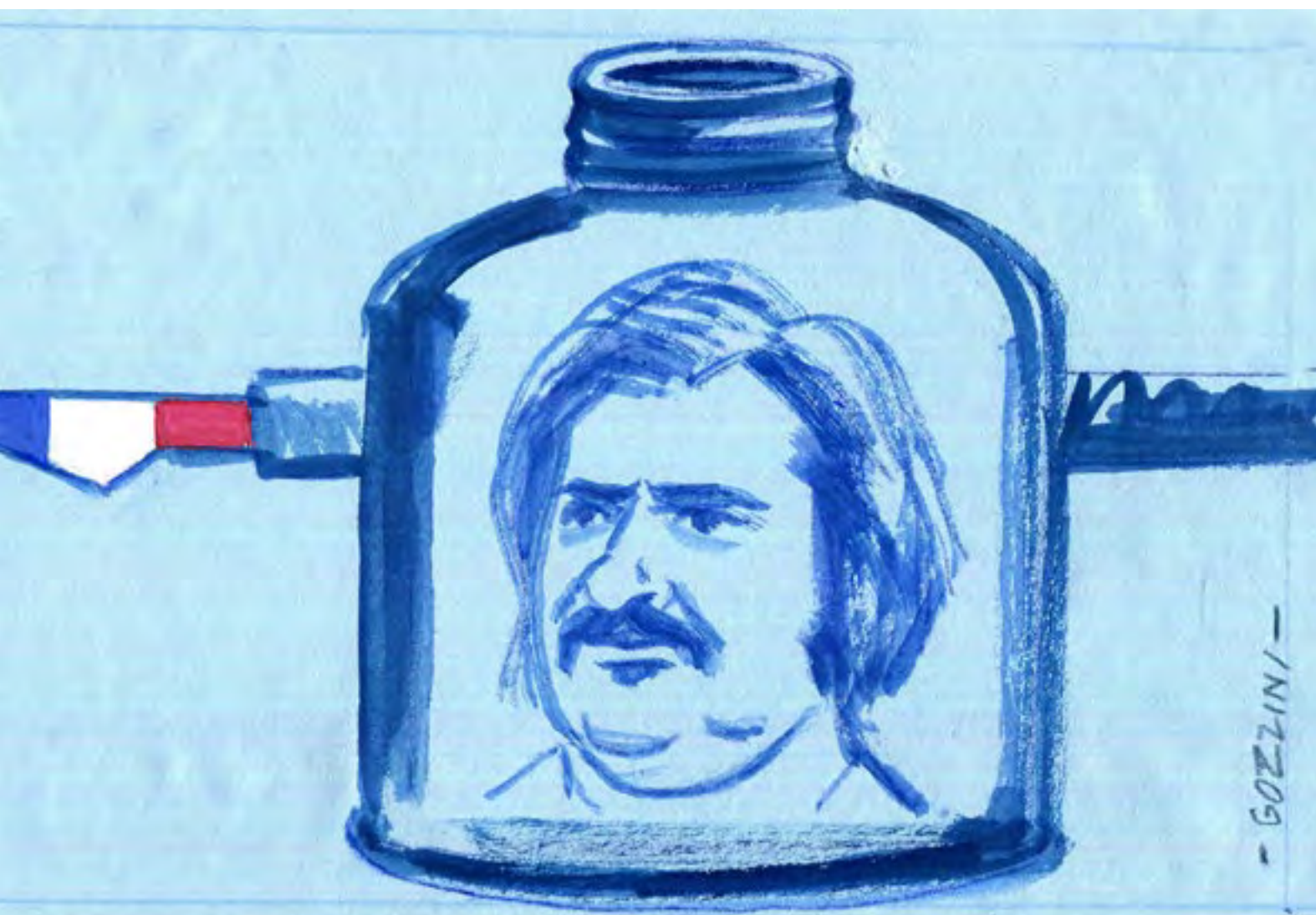
[...] questo pranzo, di una frugalità monastica, era composto di un piccolo rombo accompagnato da una salsa bianca, delle patate, un'insalata e quattro piattini di frutti, pesche, uva, fragole...

- Da "Splendeurs et misères des courtisanes":

[...] alla fine della cena furono serviti gelati detti "plombières". Tutto il mondo sa che questo tipo di gelati contiene piccoli frutti

canditi disposti sulla sua superficie e serviti in piccoli bicchieri [...]. Questi gelati furono ordinati dalla Signora di Val-Noble nella celebre gelateria posta all'angolo della via Taitbout [...].

Questi stralci esprimono chiaramente la passione per il cibo di Balzac, che entra nei dettagli delle preparazioni, indicando addirittura dove si trovi il locale in cui si producono i famosi gelati. Nella sua opera maggiore, "La Comédie humaine", Balzac cita addirittura 40 ristoranti facendone, nei modi più svariati, delle recensioni degne di quelle dei famosi ispettori della "Guida Michelin" dei tempi migliori! Per la cronaca: lo scrittore morì a Parigi il 18 agosto 1850 e, ai suoi funerali, l'orazione funebre fu tenuta da Victor Hugo. ■



Isabella Potì: dal Salento con dolcezza

Aveva solo 22 anni quando nel 2107 la rivista americana Forbes l'ha segnalata tra i "30 under 30" più promettenti in Europa nella categoria "The Arts": di strada, nel mondo della cucina, ne aveva infatti già percorsa molta

Ma Isabella ha fatto ancora tanto altro, senza però mai perdere di vista la sua amata Puglia. Quello che colpisce, quando la si incontra per la prima volta, è il sorriso: cordiale e dolce, ma al tempo stesso timido, come se non fosse abituata a stare sotto ai riflettori. Invece, nonostante non abbia neppure ancora 25 anni, la giovane chef del *Bros' Restaurant* di Lecce è da tempo un nome e un volto noto, in Italia e non solo. Oltre alla menzione di *Forbes*, nel 2018 ha infatti ricevuto il premio "The Best Chef Awards" come talento emergente, insieme a Floriano Pellegrino – suo collega e compagno – con il quale ha anche ottenuto nel 2019 una stella Michelin. Inoltre, ha preso parte a diversi programmi TV dedicati alla cucina ed è testimonial di marchi importanti.

Sotto: Isabella Potì ritratta durante la scorsa edizione di Identità Golose, insieme a Paolo Marchi, ideatore dell'iniziativa.

Com'è incominciato tutto?

Ho iniziato da piccolissima ad appassionarmi al cibo perché mi piaceva mangiare. A un certo punto mi sono trovata a dover cucinare da sola e quindi mi divertivo a sperimentare. Poi mi sono iscritta alla scuola alberghiera; ero la prima della famiglia a fare questo tipo di scelta. Ma io non avevo dubbi: era quella la scuola che volevo! Non provengo da una famiglia di cuochi, ma sono stata fortunata perché, pur non essendo del mestiere, i miei genitori mi hanno comunque sempre dato appoggio. Subito dopo aver terminato l'alberghiero ho incontrato Floriano Pellegrino e con lui ho iniziato a fare esperienze all'estero. Poi siamo tornati a casa e nel dicembre 2015 abbiamo iniziato l'avventura del ristorante *Bros'*.

Origini pugliesi, esperienze internazionali, mamma polacca... come convive questo mix nel suo modo di cucinare?

Credo che alla fine tutto si basi sulle persone e il loro carattere. Per quanto riguarda me, sono cresciuta a Lecce, mi sento salentina, la mia cucina è salentina. Ho però la fortuna di aver sviluppato un palato allenato ad assaporare, un fatto che mi aiuta soprattutto quando lavoro alla creazione dei piatti insieme a Floriano: lui ha un approccio totalizzante alla cucina salentina, mentre io ho gusti leggermente diversi e posso aggiungere un tocco insolito.

La sua specialità è la pasticceria...

Ho sempre adorato la pasticceria, anche perché sono golosa, ma in realtà ora non mi occupo solo di quello. Ammetto che fare dolci mi rilassa, richiede tranquillità e tempo, è quasi terapeutico. Ma in generale preferisco essere un cuoco a tutto tondo, polivalente.

Ascoltandola sia ha l'impressione che per lei la cucina sia divertimento, o sbaglio?

No, è vero, io mi diverto moltissimo a cucinare, ma penso che sia così per ogni cuoco, altrimenti sarebbe impossibile resistere così tante ore al giorno tra i fornelli.

Siete due cuochi in famiglia: a casa cucinate?

Cucino solo io, quando ci siamo: il martedì e il mercoledì sono i nostri

giorni liberi e allora cucino, perché mi diverte sempre.

Magari ne approfitta per sperimentare nuove creazioni da proporre al ristorante?

No, no, casa e lavoro sono assolutamente separati. Faccio tutt'altri piatti, anche quando cucino per gli amici. È una regola che ci siamo dati con Floriano: mai parlare di lavoro quando siamo fuori. Condividere vita privata e professionale non è facile, ma noi stiamo trovando i nostri spazi, riusciamo abbastanza a staccare.

Com'è Isabella Potì quando non cucina?

Amo ascoltare musica e ho una grande passione per il mondo della natura e, in particolare, per gli animali. Da poco ho incominciato a praticare equitazione. Ho degli amici vicino a casa che hanno aperto un circolo ippico: cavalcare era un mio sogno, ma non ne avevo mai avuto l'opportunità. Ora abbiamo un po' più di tempo, ho provato e mi piace moltissimo.

Ci sono progetti che ha particolarmente a cuore? Prevede ancora presenze in TV?

Un progetto che Floriano e io avevamo da tempo era ingrandirci e trovare un posto che potesse accoglierci ancora meglio: l'abbiamo realizzato con *Roots* (la trattoria aperta lo scorso maggio a Scorrano, località nel leccese di cui è originario Floriano Pellegrino, ndr). Per quanto riguarda

la TV, non si sa mai, ci sono tante idee: se ci fosse la proposta giusta, sì.

Quale consiglio darebbe a una ragazza o a un ragazzo che vogliono fare i cuochi?

È sicuramente importante trovare la propria identità e mantenerla. Poi si deve possedere dedizione e tenere come punto fermo il lavoro. Perché per fare questo mestiere bisogna lavorare tanto ed essere disposti a tutto, ci vuole molto impegno.

Sono importanti le esperienze all'estero?

Credo che il viaggio aiuti a trovare un'identità, perché uno realizza quello che c'è fuori e definisce in questo modo cosa significhi essere se stessi, con il proprio gusto, i propri obiettivi. Quando sono andata all'estero (a Londra, in Spagna, a Copenaghen e a Mentone, ndr), ho capito meglio che cosa avrei voluto fare una volta tornata a casa. Perché ho sempre saputo che sarei stata in Puglia.

Come si vede tra 15-20 anni?

Con qualche ruga, ma sempre a Lecce, soprattutto a Scorrano. ■

Anna Francioni

anna.francioni@cibiexpo.it

La carriera di Isabella Potì ha preso il via a Londra, a fianco dello chef pluristellato Claude Bosi, per continuare in Spagna da Paco Torreblanca e Martín Berasategui, poi a Copenhagen al celebre ristorante Geranium e a Mentone al Mirazur.





ISTITUTO CONFUCIO
UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI MILANO
米兰国立大学孔子学院

IL MONDO IN UN PIATTO

Noodles e Pasta si incontrano

GIOVEDÌ 19 SETTEMBRE – ORE 19.00

CIQ – Via Fabio Massimo, 19 – Milano

**Nell'ambito della manifestazione MovieWeek:
proiezione del documentario "Foodmakers go global.
Noodles cinesi e pasta italiana", showcooking e
aperitivo cinese.**

*Il documentario fa parte di una serie di Clio Sozzani e
Claudia Palazzi, ed è realizzato da Stefilm e Ma.ja.de.*

INGRESSO A PAGAMENTO



CONFUCIUS DAY 2019

Un viaggio nel cuore della Cina

SABATO 28 SETTEMBRE – ORE 16.00

Spazio Presso – Via Paolo Sarpi, 60 – Milano

面条

**Un pomeriggio
per scoprire i tesori
della cultura cinese,
dalla calligrafia alla cucina.**

INGRESSO LIBERO

CONFUCIO FA UN REGALO!
Solo per questa giornata
sconto del 30%
a chi si iscriverà in loco
ai nostri corsi!

PER MAGGIORI INFORMAZIONI:

tel. 02 50321675 – info.confucio@unimi.it – www.istitutoconfucio.unimi.it

I SEGRETI DELLA SPESA

Un alimento versatile e antico

Una specie di ricotta si consumava già nell'antica Grecia. Di latte ovino, caprino, vaccino, bufalino, sembra un formaggio ma formaggio non è

Secondo il Regio Decreto del 1925 che riporta la definizione di formaggio, la ricotta non si può classificare come tale perché deriva dal siero e non direttamente dal latte.

Nel Regio Decreto infatti si stabilisce che "il nome di formaggio o cacio è riservato al prodotto che si ricava dal latte intero o parzialmente o totalmente scremato, oppure dalla crema in seguito a coagulazione acida o presamica, anche facendo uso di fermenti e di sale da cucina". Il presame, o caglio, è l'ingrediente essenziale che serve per coagulare il latte e produrre il formaggio. La tipologia più utilizzata è quella di origine animale, preparata col quarto stomaco



(abomaso) generalmente di vitelli, ovini o caprini lattanti, ma ne esistono anche di origine vegetale. Ma allora cos'è la ricotta? Manca una definizione univoca. Si può solo dire che è un latticino non sottoposto a processi di maturazione, con un elevato contenuto in acqua e gusto delicatamente dolce.

Come si ottiene la ricotta

Aggiungendo il caglio al latte si ottiene la formazione di una massa semisolida (cagliata), che originerà il formaggio e che, a seconda della tecnologia, può essere scaldata prima della separazione del siero. Poi, riscaldando nuovamente il siero separato a una temperatura di 80-90°C, si vedono affiorare dei fiocchi costituiti da grasso, proteine e lattosio che, fatti scolare in recipienti forati, compongono la ricotta. Il suo nome deriva dalla doppia cottura che ha subito il siero. Il tenore di grasso presente nella

19/9/2019 anno 7, n.9

19

ricotta dipende dal tipo di latte da cui proviene il siero e dall'eventuale aggiunta di latte e/o panna. Il latte delle diverse specie animali, infatti, ha una sua specifica composizione. Questo naturalmente incide sui valori nutrizionali delle ricotte: se quella di bufala possiede circa 17% di grasso, quella di capra si attesta sul 13%.

Il suo luogo di produzione è soprattutto l'Italia meridionale e insulare dove è stata classificata in più di una ventina di tipi diversi per origine della materia prima (siero di vacca, pecora, capra e bufala) e per tecnica di produzione o conservazione (fresca, salata, infornata...).

La ricotta rappresenta una forma originale italiana di valorizzazione del siero. Una maggior consapevolezza dei meccanismi fisico-chimici che stanno alla base del processo potrebbe aiutare a sfruttare al meglio le sue potenzialità sia come alimento sia come ingrediente. ■

*Paola Chessa Pietroboni
direzione@cibiexpo.it*

Meritano una visita le sagre dedicate alla ricotta, come quella ospitata dal comune di Sant'Angelo Muxaro, in provincia di Agrigento, che si festeggia da sessant'anni il giorno dell'Epifania.

La ricotta ha ispirato Vincenzo Campi, pittore cremonese che nel 1580 ha dipinto l'olio su tela "I mangiatori di ricotta" raffigurato qui a lato.





IDEE PER L'AGRICOLTURA

CASA
dell'AGRICOLTURA



Con il contributo di
Fondazione
CARIPLO



La **Casa dell'Agricoltura** è un'associazione di idee che vuole dare valore e visibilità al settore e a tutti i suoi operatori: agricoltori, lavoratori della terra, tecnici, ricercatori e addetti della pubblica amministrazione.

Ha due fondamentali obiettivi: **promuovere il confronto** e il dibattito **sulle grandi trasformazioni che il mondo agricolo sta vivendo** ed essere **collettore di esperienze di innovazione tecnologica** e di modelli **sostenibili di produzione**.

Queste tematiche porteranno, attraverso una serie di iniziative, all'organizzazione degli **Stati Generali dell'Agricoltura** nei primi mesi del 2020, realizzati con il contributo di **Fondazione Cariplo** e **Coop Lombardia**.

info@casagricoltura.org
ufficiostampa@casagricoltura.org
casagricoltura.org

RACCONTI STUZZICANTI

Un po' di dolcezza

Riflessioni inedite, giocose, e anche un poco irriverenti, sul morbido principe della tarda estate: il fico

L'illustrazione è di **Liberio Gozzini**, che dal 2009 è tra i fondatori, nonché docente e consulente, del **Mimaster di Milano**.

Un destino segnato in partenza, quello del fico: da quando Adamo ed Eva ne utilizzarono le foglie per confezionare le prime mutande del genere umano. Ecco, da quel momento il fico è rimasto, suo malgrado, indissolubilmente legato al sesso.

Rara eccezione grammaticale che mantiene il genere maschile della pianta anche nel nome del frutto (il melo dà la mela, il pero dà la pera, il fico... no), il fico è preso a riferimento nel parlar comune per indicare entrambi i sessi.

È "un gran fico!" si dice del maschio attraente sciupafemmine, e la stessa frase, volta al femminile, suona come un apprezzamento, non proprio da gentiluomini, nei confronti di una donna straordinariamente bella.

Già gli antichi Greci lo sapevano...

Del resto è storia vecchia: già gli ellenici usavano il termine "sykon" (fico) per indicare i genitali femminili, e lo stesso fico era un albero sacro a Priapo, dio della fertilità greco e romano, in onore del quale pare se ne consumassero i frutti prima di ogni convivio amoroso.

Nell'alto Medioevo, la stessa Scuola Medica Salernitana ribadiva la convinzione che il fico fosse un potente

eccitante erotico: "... veneremque vocat, sed cuilibet obstat" (che tradotto da latino significa: provoca lo stimolo venereo anche a chi vi si oppone). E la medicina popolare consigliava alle coppie sterili di sistemare sotto i cuscini due foglie di fico, staccate nella fase di luna crescente, per propiziare l'arrivo dei figli.

Il vero segreto del fico

Ma, viene da chiedersi, come mai questa ossessione fico=sesso? Chi ama gustare i fichi perché sono buoni non vada a cercare troppe risposte e spiegazioni: potrebbe rimanere disgustato dalla dovizia di particolari con cui alcuni testi sottolineano certe somiglianze del fico chiuso con l'organo sessuale maschile e del fico aperto con quello femminile, analogie che non aggiungono nulla al piacere del gusto. No, il fico meriterebbe davvero un po' più di rispetto. In fin dei conti qual è la sua caratteristica fondamentale, la peculiarità che tutti indistintamente gli riconoscono? La dolcezza. E forse è questo il vero, delicato legame tra il fico e il sesso: esprime metaforicamente quella stessa dolcezza che rende tanto più intenso anche il piacere dell'amore... ■

Giorgio Donegani
www.giorgiodonegani.com



19/9/2019 anno 7, n.9

21

Il modello italiano d'allevamento degli insetti commestibili

MAIC è il primo punto di riferimento orgogliosamente italiano per l'allevamento sostenibile di una fonte preziosa di proteine animali: gli insetti

Nutrirsi con gli insetti non è una novità per l'uomo. La FAO conferma che attualmente integrano la dieta di circa due miliardi di persone (poco meno di un terzo dell'intera popolazione mondiale) e hanno sempre fatto parte dell'alimentazione umana. Però oggi sono diventate necessarie ulteriori ricerche per ottimizzare i sistemi di allevamento e verificare gli eventuali rischi per la salute e il benessere di chi li consuma.

I pionieri che hanno dato avvio al progetto MAIC sono stati il Centro per lo Sviluppo Sostenibile, l'Università degli Studi di Milano, l'Università degli Studi di Torino e l'Istituto Zooprofilattico Sperimentale delle

Sostenibile e innovativo

Il progetto MAIC è sostenibile, basato sui principi dell'economia circolare, e risponde con una proposta sicura ai nuovi fabbisogni alimentari conseguenti all'aumento della popolazione mondiale; è innovativo perché adotta un approccio scientifico al tema degli insetti commestibili, con un modello replicabile di allevamento, in grado di produrre proteine sane e di alta qualità. Allo stesso tempo è un'occasione concreta di business, rispettosa delle normative, e potrebbe rappresentare una straordinaria risorsa economica per coloro che operano nel settore agroalimen-

tare: giovani imprenditori, agricoltori, ristoratori....

Se, come si prevede, nel 2050 la popolazione mondiale arriverà a toccare i 9 miliardi di persone, la sfida da affrontare è trovare produzioni alimentari complementari e sostenibili a basso impatto ambientale. Creare in Italia attività intorno agli insetti commestibili

A sinistra, esemplari di *Gryllus bimaculatus*.



Nella foto sotto, un piatto preparato con insetti.

stibili rappresenta una lungimirante opportunità per affermarsi in un settore ancora agli inizi e dall'enorme potenziale, con la possibilità di creare imprese, posti di lavoro ed esportazioni verso un mercato globale.

In questo settore siamo in ritardo rispetto ad altri Paesi europei come la Francia, l'Olanda, il Belgio o la Spagna. Scegliere di ignorare questa strada apre solo a derive pericolose, ad esempio quella di "un mercato nero" con allevamenti e produzioni non sostenibili e non sicure per il consumatore.

La via italiana all'allevamento d'insetti

Il progetto MAIC è stato preceduto da una fase di intenso dialogo e confronto con le aziende e le Associazioni di categoria del settore agroalimentare per trovare una via all'allevamento di insetti commestibili sostenibile a tutti i livelli: ambientale, di business e della sicurezza alimentare. Questo primo periodo è iniziato a Milano nel 2012. Successivamente, un anno fa, nel giugno del 2018, il Centro per lo Sviluppo Sostenibile, l'Università degli Studi di Milano, l'Università degli Studi di Torino e l'Istituto Zooprofilattico Sperimentale delle

Venezie hanno avviato la sperimentazione che costituirà il modello di allevamento sostenibile. La scelta della specie è ricaduta sull'Ortottero *Acheta domesticus* in quanto risulta una delle specie più utilizzate al mondo per uso alimen-

tare, per via del suo alto contenuto di proteine, e quella maggiormente apprezzata dalle culture occidentali, come conferma una recente ricerca presentata dal Centro per lo Sviluppo Sostenibile e realizzata con la Professoressa Rosantonietta Scramaglia della IULM, che ha indagato sugli atteggiamenti degli italiani rispetto al tema degli insetti commestibili.

Quanto ai mangimi, nella loro gestione per l'allevamento MAIC vengono privilegiate le produzioni a chilometro zero, analizzati i problemi di trasporto, le modalità di conservazione e di somministrazione, prediligendo laddove possibile i substrati reperibili tutto l'anno e che richiedono poca energia per essere lavorati e conservati. L'utilizzo di substrati provenienti dalle industrie agroalimentari ha il duplice scopo di ridurre gli sprechi e i costi smaltendo degli scarti della filiera e contemporaneamente di fornire materiali che non siano abitualmente utilizzati quali fonti alimentari per l'alimentazione umana o animale.

Il progetto sta producendo dati e informazioni utili per quanto riguarda la sicurezza alimentare e dell'allevamento, la qualità del prodotto e l'impatto ambientale dalla produzione, dal substrato fino al prodotto finale. I dati scientifici raccolti verranno

Sotto: lo chef francese David Faure con alcune sue creazioni.

messi a disposizione delle Istituzioni preposte al controllo della sicurezza alimenta-



Andrea Mascaretti, il pioniere italiano per lo sviluppo del progetto degli insetti commestibili, ha realizzato una mostra in tema in Expo 2015 per Coop Italia e Società Umanitaria (circa 800 mila

visitatori). Sempre in Expo ha organizzato la prima e unica degustazione pubblica di insetti commestibili autorizzata nel nostro Paese. Dal 2018 coordina il progetto MAIC.

re, alla determinazione dei parametri di rischio e alla definizione/aggiornamento della normativa in materia.

I risultati tratteranno la strada per stabilire delle linee guida per l'analisi del rischio sull'utilizzo di proteine da insetti a scopo alimentare e per l'aggiornamento in Italia delle normative riguardanti la trasformazione e la somministrazione di prodotti alimentari, oltre a produrre un modello di disciplinare per le procedure di allevamento. ■

Andrea Mascaretti

salonealimentazione.umanitaria@gmail.com

Il progetto MAIC ha preso il via grazie al sostegno della Fondazione Cariplo, che ha fortemente creduto nel suo potenziale. A seguito della collaborazione con alcuni docenti della Libera Università di Lingue e Comunicazione (IULM) è stata inoltre sviluppata una ricerca sociologica per verificare l'impatto dell'introduzione degli insetti commestibili nella nostra dieta, svelando una forte predisposizione verso questa possibilità soprattutto nei Millennial.



Insetti commestibili e cucina d'autore

Lo chef stellato del *Noma* di Copenaghen René Redzepi, ormai diventato una celebrità globale, è stato uno dei precursori occidentali dell'utilizzo degli insetti commestibili inserendoli nelle sue ricette più raffinate.

Nel 2012 in Italia lo chef stellato Carlo Cracco conquistava la copertina di *Wired* cucinando con locuste al vino rosso. Al ristorante *D.O.M.* (Deo Optimo Maximo) di San Paolo, lo chef brasiliano Alex Atala ha proposto piatti audaci a base di insetti, così come ha fatto David Faure, chef stellato dell'*Aphrodite* di Nizza, che è stato pioniere in Francia in fatto di menu a base di insetti commestibili. Da non dimenticare infine lo chef Moshe Basson del ristorante kosher *Eucalyptus* di Gerusalemme.



LEONARDO mai visto



yesmilano.it

MILANO
 Castello Sforzesco

16 maggio 2019
 12 gennaio 2020

TENDENZE

Arrivano i super ulivi

A Pescia, in Toscana, il consorzio per la certificazione volontaria delle piante d'ulivo (CO.RI.PRO) ha ottenuto dall'Università di Pisa la concessione di due varietà innovative che potrebbero risollevarle le sorti anche di altre coltivazioni italiane

Nella foto in alto,
un esemplare di
Leccino Millennio.
Qui a destra,
ulivi di due anni
con cartellino
di certificazione
virus esente
e, sotto,
una coltivazione
intensiva
in Toscana.

Le colline di Pescia ospitano l'80% della produzione di olive toscane, caratterizzando il panorama da almeno due secoli: un ambiente ottimale per il Frantoio Millennio e il Leccino Millennio, due varietà innovative, frutto di un lavoro di selezione intrapreso da oltre un ventennio dai professori Rolando Guerriero e Filiberto Loreti – docenti dell'ateneo pisano – e brevettate in collaborazione con la dottoressa Susanna Bartolini, ricercatrice della Scuola Superiore Sant'Anna. Questi due ulivi garantiscono numerosi vantaggi in termini di buona e costante produttività, precocità di entrata in produzione, resa e qualità dell'olio. L'olio del Frantoio Millennio presenta infatti pregevoli caratteristi-

che, come bassa acidità e alto contenuto in polifenoli. Per quanto riguarda il Leccino Millennio, oltre a essere autofertile al contrario della varietà standard (elemento che comporta un vantaggio in termini di fruttificazione), si stima che sia meno attaccabile dalla *Xylella fastidiosa*, il batterio che negli ultimi anni è stato responsabile della devastazione degli ulivi pugliesi. Ora si stanno effettuando test diagnostici



19/9/2019 anno 7, n.9

25

specifici: se venissero comprovate le caratteristiche di resistenza rinvenute su alcuni esemplari di Leccino, questa varietà potrebbe essere la candidata ideale anche per i nuovi impianti ulivicoli negli areali salentini.

La peste degli ulivi

“Peste” o “lebbra degli ulivi” sono i soprannomi più comuni dati alla *Xylella fastidiosa* che si annida nei canali linfatici e fa seccare l'intera pianta, dai rami fino al tronco. Nel 2015 la sua presenza è stata rilevata in Francia, in Corsica e nella regione Provenza-Alpi-Costa Azzurra; nel 2016 è stata la volta delle Baleari e della Spagna sud-orientale. L'Italia è stata la prima area colpita: ulivi malati sono stati identificati a Gallipoli già nel 2013 e, attualmente, stando alle dichiarazioni della Coldiretti del maggio scorso, le piante infette ammontano a 21 milioni, con 1,2 miliardi di Euro di danni stimati. La perdita di queste piante secolari non rappresenta solo un diretto contraccolpo economico per molte aree rurali, ma contribuisce anche all'impoverimento ambientale, storico e paesaggistico dell'intero territorio. Per tutti questi motivi, non possiamo che augurare “buona fortuna” al Leccino! ■

Alessandro Caviglione
 alessandro.caviglione@cibiexpo.it



Gli ingegneri si occuperanno anche di cibo

È in partenza al Politecnico di Milano il nuovo corso di laurea magistrale in Food Engineering, realizzato in collaborazione con le più importanti aziende del settore

Il nuovo corso è stato presentato in giugno. «L'idea», dice Ferruccio Resta, Rettore del Politecnico di Milano, «ha preso forma per innovare un settore fondamentale per l'economia del nostro Paese, in cui la tecnologia riveste ormai un ruolo chiave. Pensiamo a temi come l'agricoltura di precisione, la tracciabilità dei prodotti, la sicurezza alimentare, la logistica e il controllo dell'intera filiera: in questi ambiti servono e serviranno sempre più professionisti capaci di operare con competenze non solo tecniche e gestionali, ma anche chimiche e agroalimentari.»

Un'alleanza tra accademia e impresa

Il Politecnico risponde alle nuove esigenze con un ine-

dito percorso di laurea, messo a punto con 7 importanti imprese del settore: *Esselunga*, *Goglio* (packaging), *Granarolo*, *Nestlé*, *Numbe1* (operatore logistico), *Unilever Italia* (multinazionale titolare di 400 marchi), *Unitec* (macchine per la lavorazione dell'orto frutta). Il corso, attivo già dall'anno accademico 2019-2020, è aperto a laureati in possesso di laurea triennale e si terrà in lingua inglese. Il *Food Engineer* sarà un professionista in grado di inserirsi in diverse realtà, non solo produttive ma anche di distribuzione, oltre che in amministrazioni pubbliche a livello nazionale ed europeo.

Secondo Maurizio Masi, Direttore del Dipartimento di Chimica, Materiali e Ingegneria Chimica "Giulio

Sopra, il Politecnico di Milano, in piazza Leonardo da Vinci: le lezioni del nuovo corso di laurea si terranno sia qui che nella sede di Milano Bovisa.

Natta" del Politecnico di Milano: «la proposta risponde alle richieste di innovazione provenienti dal mondo delle imprese e alla necessità di potenziamento di un settore sempre più strategico per l'Italia. Utilizzando le proprie conoscenze tecniche, il nostro laureato avrà una visione dell'intera catena, con una solida preparazione metodologica, una formazione interdisciplinare e una visione di sistema strategica.» Aggiunge Gianpiero Calzolari, Presidente della Granarolo: «Ogni giorno i nostri camion prelevano il latte dai

Nelle foto in basso, due impianti di produzione alimentare industrializzata: a sinistra, un centro cucina e, a destra, un panificio robotizzato.

circa 700 allevatori in tutta Italia e lo portano nei nostri 14 stabilimenti, per poi consegnare il prodotto lavorato ai punti vendita. Questo richiede grande attività di programmazione e anche innovazione tecnica, che permetta di ottimizzare i processi. È importante anche capire quale sia la domanda dei consumatori e adeguarci alle tendenze. Tutto questo richiede diversi tipi di competenze e di conseguenza la formazione è fondamentale.» ■

La redazione
info@cibiexpo.it



Semplice come l'acqua?

Sono la tendenza del momento le nuove acque speciali, fresche, pensate per la salute... e anche molto appaganti dal punto di visto del gusto!



L'acqua è un bene prezioso, unico, irrinunciabile, fondamentale per la nostra sopravvivenza: per ottimizzarne gli effetti già di per sé benefici sull'organismo umano, di recente alcuni brand leader nel settore hanno introdotto sul mercato una serie di novità, proponendo acque in bottiglia potenziate in sali minerali e arricchite di aromi naturali. La presenza di queste sostanze aggiuntive, ricavate da estratti di origine naturale e senza aggiunta di zuccheri costituisce una

interessante alternativa per chi sente il bisogno di integrare la propria dieta con ingredienti difficilmente recuperabili nei cibi o nelle bevande gassate e zuccherine in commercio. Nascono così acque nuove, addizionate con calcio, al gusto naturale di verbena, oppure con potassio, al sapore naturale di mora. O ancora, con magnesio al gusto naturale di mela verde, o con zinco con estratto naturale di ribes, tanto per citare l'offerta di una nota azienda produttrice.

Per permettere a frutta, verdure ed erbe aromatiche di rilasciare e infondere nell'acqua i loro preziosi nutrienti idrosolubili, come sali minerali, vitamine, antiossidanti, è necessario lasciare in infusione per almeno 5 ore.

celebre in tutto il mondo come coautrice del libro "Flat Belly Diet!", letteralmente: Dieta della pancia piatta). Si tratta di un'acqua detox dalle proprietà quasi miracolose, sostengono in

tremmo aggiungere anguria e melone. Mentre carota, mango e sedano sono il cocktail perfetto – *healthy*, cioè salutare, e naturalmente analcolico – per un'abbronzatura a regola d'arte. Una variante più invernale prevede infine ananas e kiwi (tenere in infusione per una notte). Se anche la linea non dovesse giovare, avremo comunque scoperto una bevanda fresca e gustosa, da proporre in tavola! ■

Chiara Caprettini

chiaraucaprettini@nordfoodovestest.com

E per prepararle a casa nostra?

Volendo, anche noi possiamo sbizzarrirci a preparare acque aromatizzate che, oltre a possedere un gusto appagante e rinfrescante, fanno anche bene alla salute. Pensiamo per esempio all'ormai celebre *Sassy Water*, una delle bevande salutiste più in voga negli ultimi anni, ideata dalla nutrizionista americana Cynthia Sass (divenuta

molti. Dagli effetti diuretici, questo mix promette infatti un ventre super piatto in poche settimane ed è perfino semplicissimo da preparare: basta aggiungere a 2 litri acqua un cucchiaino di radice di zenzero in polvere, qualche fetta di lime e di cetriolo, oltre ad alcune foglie di basilico e menta. Facciamo riposare il tutto in frigorifero per almeno 24 ore. Oppure, per dissetarci, po-

Coltivatori di Emozioni tende la mano alla Costiera Amalfitana

A Cava de' Tirreni abbiamo “adottato” un giovane tecnologo alimentare, intelligente innovatore, ma insieme impegnato nel mantenere viva la tradizione dei limoni sfusati

Tanti dei terreni e dei coltivatori del nostro Paese, seppur eccezionali – i primi perché estremamente fertili, i secondi perché custodi di conoscenze millenarie –, hanno bisogno di sostegno: da un punto di vista economico, politico, ecc... Un gruppo di ragazzi pugliesi nel 2016 ha colto questa necessità e ha dato vita a un progetto, come tanti dei lettori già sanno: *Coltivatori di Emozioni*. Si tratta di una piattaforma di Social Farming, ovvero una realtà impegnata: da un lato a scoprire, sul territorio nazionale, le situazioni agricole da supportare in base a parametri di tipicità, sostenibilità, etica professionale; dall'altro a definire e sperimentare una serie di strumenti e azioni che permettano la salvaguardia delle tradizioni e colture tipiche, la tutela del paesaggio, il recupero di terreni incolti, l'inserimen-

to e il reinserimento lavorativo delle fasce più deboli della popolazione, l'avvicinamento del consumatore alla bellezza e alla complessità delle attività agricole.

La storia di Alfonso

La bellezza e la complessità dentro le quali ci tuffiamo oggi sono quelle dei terreni agricoli di Alfonso, nella Costiera Amalfitana. La storia di Alfonso agricoltore inizia un po' per gioco, ma forse tante avventure imprenditoriali iniziano così.

«Mentre studiavo all'università Scienze e Tecnologie Agrarie, mi regalarono un *Habanero orange*, un peperoncino arancione fluorescente... Ne rimasi disorientato, essendo fino a quel momento convinto che esistesse un unico peperoncino, quello rosso calabre-

se! Provai a cucinarlo: una semplice pasta con peperoncino, olio e un po' di pecorino, e venne un piatto di una bontà unica... Cercai di comprarne altri, ma non ci riuscii. Con la voglia di mettere in piedi qualcosa di mio, decisi con il mio coinquilino di allora, che aveva dei terreni, di coltivare 33 specie diverse di peperoncino... Quando lui abbandonò l'impresa, io continuai.»

Oggi Alfonso è un imprenditore. Come gli imprenditori intelligenti, è allo stesso tempo attento alla tradizione e affascinato dall'innovazione. Si muove così tra peperoncini americani – inserendosi in un'interessante tendenza alla quale abbiamo già dedicato altri articoli, ovvero la coltivazione in Italia di frutti e verdure tropicali e subtropicali, resa possibile

dai cambiamenti climatici – e limoneti. Coltiva infatti lo Sfusato Amalfitano, un limone a Indicazione Geografica Protetta, che ha sofferto la competizione con varietà più adattabili e con rese maggiori. Ne ricava un particolarissimo distillato, una “simil vodka”, ci dice. Questo impegno a tutela delle tradizioni locali è stato il motivo centrale dell'interesse di Coltivatori di Emozioni e ha portato alla decisione di includere Agrumi Amalfitani tra le aziende da aiutare nello sviluppo. La piattaforma, quando decide di sostenere una realtà, dà la possibilità a consumatori o anche ad aziende di “adottarne” piante e colture, contribuendo così a supportarne processi di coltivazione e produzione, nonché di inserimento lavorativo, ricevendo in cambio cassette con le specialità sostenute.

In costiera Amalfitana si sperimenta

Ci incuriosisce anche l'attività sperimentale avviata da Alfonso, ovvero la coltivazione di 6 specie di peperoncini originariamente sudamericani (3 messicani, cultivar *Habanero*, e 3 di Trinidad e Tobago, cultivar *Scorpion*). Alfonso li coltiva su terreni suoi, trasformandoli invece presso terzi, ma ancora per poco. Davanti alle serre in cui crescono i peperoncini ha infatti deciso di collocare un container-laboratorio (progettato a modulo, ne potrà aggiungere di nuovi quando necessario), in modo da raccoglie-

Sopra, una delle tipologie di peperoncino prodotto dall'azienda Capsicum e, a destra, ceste di Sfusato Amalfitano, varietà autoctona di limone.

Nelle immagini sottostanti, Alfonso al lavoro e alcune vedute dei suoi terreni.



re e trasformare nello stesso posto. Oggi da questi peperoncini particolari ricava, come ci racconta, 6 linee di prodotto – linee le cui iniziali compongono la prima parte del nome dell'azienda, *Capsicum* (che è anche il nome latino del genere di piante di peperoncino) – ottenute dopo anni di sperimentazioni in laboratorio. Racconta: «Con la C ho una crema, ottenuta a partire da ortaggi coltivati da me con criteri biologici, in vasi: peperoni, zucca, broccoli, peperoncini; con la A ho l'assoluto, un peperoncino conservato fresco; con la P la polvere, peperoncino essiccato e macinato finemente; con la S ci saranno presto le salse; con la I ho fatto la linea “in olio”, peperoncini interi, poi spaccati, messi sotto sale, stabilizzati e infine posti nell'olio; con la C ho in preparazione le confetture

(con frutta e peperoncino); infine, identificata dalla sigla CUM, c'è una linea di prodotti che nascono e nasceranno a partire dalle collaborazioni di aziende agricole con Capsicum, in cui io metto il peperoncino e altri mettono i loro prodotti.»

Non vediamo l'ora di ricevere il pacchetto con i prodotti, che ci permetterà di assaggiare il tutto; intanto proviamo a far venire anche a voi un po' di curiosità sulle tante tipicità riscoperte e novità agroalimentari che potreste decidere di avere presto in tavola. Sperimentateli dunque anche voi adottando e sostenendo il territorio attraverso la piattaforma di Coltivatori di Emozioni www.coltivatoridiemozioni.com ■

Marta Pietroboni

marta.pietroboni@cibiexpo.it



Riso, pasta e Marco Polo

Storia, miti e leggende (anche da sfatare) di due elementi principe della raffinata tradizione gastronomica cinese

Il primo alimento che ci viene in mente quando parliamo di Cina è indubbiamente il riso. Ma è tempo di sfatare, almeno in parte, il mito che lo vedrebbe come la principale fonte di sostentamento della popolazione. Infatti, è vero che i cinesi sono grandi consumatori di riso e che la Cina ne è il maggior produttore mondiale, ma la sua presenza varia a seconda delle zone del Paese. Mentre nella parte orientale, ricca di risaie, è il cereale più diffuso, nella zona settentrionale è il grano a farla da padrone, e pasta e prodotti a base di grano sono alla base dell'alimentazione quotidiana.

Tutto merito di Marco Polo?

Da sempre italiani e cinesi si contendono il merito di inventori della pasta. Ma qual è la verità e che ruolo ha avuto Marco Polo e il suo celebre viaggio in Cina alla Corte del Gran Khan? «In realtà la pasta nasce in Medio Oriente e si diffonde autonomamente in



Nella foto, un cuoco impegnato nell'impasto dei noodles, la tipica pasta cinese.

tutti, iniziando addirittura a differenziarsi a seconda delle regioni. Ancora oggi, ad esempio, sono diverse le tecniche di lavorazione: al nord si preferisce lavorare l'impasto solo con le mani, mentre al sud ci si serve di un mattarello, piccolo e senza manici, simile a un bastone, utilizzato con una sola mano. Nonostante i metodi di preparazione siano diversi a seconda della zona, in tutta la Cina si predilige la pasta fresca, di grano tenero, non al dente, servita all'interno di zuppe o saltata con carne e verdure. ■

*Valentina Talia
Istituto Confucio dell'Università
degli Studi di Milano*

Sotto, un agricoltore in una risaia della regione di Guangxi, nella Cina sud-orientale.

Dov'è distribuito CiBi



Potete trovare CiBi a Milano e in Lombardia e dall'inizio del 2019 anche in Puglia e Basilicata, grazie alla collaborazione con Dispensa dei Tipici, un progetto che ambisce a superare il concetto di semplice e-commerce, per far conoscere in Italia e nel mondo i prodotti tipici di Puglia e Basilicata, invogliando a viaggiare nei territori di produzione e a scoprirne le aziende, la cultura e le tradizioni.



è anche social... seguici!

Su facebook: Cibi Magazine
Su instagram: @cibi_magazine
Su youtube: Cibifreepress



CiBi

PER I PICCOLI PRODUTTORI, I COLTIVATORI, LE AZIENDE



SERVIZI FOTOGRAFICI DEDICATI AL CIBO,
ALLE SUE LAVORAZIONI E TRASFORMAZIONI,
AI LUOGHI DI COLTIVAZIONE O PRODUZIONE,
AI PROFESSIONISTI DEL SETTORE



REALIZZAZIONE DI EVENTI IN BASE
ALLE ESIGENZE DEL COMMITTENTE



SUPPORTO NEL POSIZIONAMENTO
SUI MOTORI DI RICERCA E ATTIVITÀ
DI DIGITAL MARKETING



REALIZZAZIONE DI TESTI SCIENTIFICI
E CONTENUTI PERSONALIZZATI
PER CARTELLE STAMPA, SITI E SOCIAL NETWORK



GESTIONE DEI PROFILI SOCIAL

PER QUALSIASI INFORMAZIONE SCRIVETE A: INFO@CIBIEXPO.IT