



**Arte
e scienza
del cibo**

Periodico gratuito
Anno 7 - n. 7-8
18 luglio 2019
www.cibiexpo.it



centro studi
anticontraffazione

**Heinz Beck:
perfezione in cucina,
in sala e il giorno
seguente**



Delizia estiva



**Tra magie
e storie
della Murgia**





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

La carta piace, anche ai giovani

I Baby Boomers, i figli del “baby boom” demografico esploso alla fine della Seconda Guerra Mondiale, sono ormai tutt’altro che baby: nati tra il 1946 e il 1964, quindi con un’età compresa oggi tra i 73 e i 55 anni, hanno contestato da giovani, coltivato ambizioni di carriera da adulti e, da anziani, fanno di tutto per non sentirsi “vecchi”. Per esempio hanno imparato a servirsi dei social: il 75% di loro è iscritto a facebook. Contemporaneamente continuano ad apprezzare la carta stampata. E i giovani? L’Audipress, società che raccoglie i dati sulla lettura dei quotidiani e dei periodici in Italia, ha confrontato le abitudini dei Baby Boomers con quelle dei Millennials, cioè i nati tra il 1980 e il 2000, età che

va da 39 a 19 anni, agilissimi fin dalla più tenera infanzia nelle tecnologie digitali. Scoprendo che non disprezzano affatto la stampa su carta, soprattutto quando cercano fonti attendibili e informazioni di qualità. In questi casi non si limitano a frequentare le sorgenti algoritmiche, notoriamente farcite di notizie “fantasiose”. Ci sono però delle differenze. Per esempio i Baby Boomers si dedicano con costanza alla lettura dei quotidiani, mentre i Millennials mostrano di apprezzare soprattutto i mensili: quasi il 30% di loro ne legge almeno uno al mese. Notizia che ci conforta non poco. ■

Paola Chessa Pietroboni
direzione@cibiexpo.it



Ben fatto Delizia estiva <i>di Terry Sàrcina</i>	5
C'è del buono Quale direzione per il futuro? <i>di Anna Francioni</i>	6
Ricerca e innovazione Un'alternativa naturale alla plastica <i>a cura della redazione</i>	9
Non solo grappa <i>di Alessandro Caviglione</i>	10
A porte aperte La spesa dei detenuti <i>di Marta Pietroboni</i>	11
Made in Italy Come mangeremo nel futuro? <i>di Daniela Mainini</i>	13
Cibo e letteratura Dalla fantascienza alla realtà <i>di Paola Chessa Pietroboni</i>	15
Protagonisti Heinz Beck: perfezione in cucina, in sala e il giorno seguente <i>di Toni Sàrcina</i>	16

Segreti della spesa La poesia “che fa rumore” dei peperoni cruschi <i>di Chiara Caprettini</i>	19
Alimentazione e salute L'acido folico, questo (s)conosciuto <i>di Andrea Fossati ed Elisabetta Amoruso</i>	20
Racconti stuzzicanti La strana coppia <i>di Giorgio Donegani</i>	21
Tendenze La Casa della Agricoltura alla Centrale dell'Acqua <i>di Carlo Basilio Bonizzi</i>	23
La variante umana della birra <i>di Luca Grandi</i>	24
Non sono fiori, quelli lassù, ma grappoli d'uva <i>di Marta Pietroboni</i>	26
Le spezie nella cucina cinese <i>di Valentina Talia</i>	29
Tra magie e storie della Murgia <i>di Nico Paulangelo</i>	30

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.com

Terry Sàrcina

Originaria dell'Oltrepò Pavese, si trasferisce giovanissima a Milano dove inizia, con la celebre “Lisa Biondi”, l'attività della scuola di cucina Altopalato della quale è tuttora la direttrice. È autrice di numerose pubblicazioni di cucina e pasticceria, tra le altre alcune enciclopedie di grande successo per la casa editrice De Agostini. Da molti anni, insieme al marito Toni Sàrcina, firma la rubrica settimanale di cucina di Famiglia Cristiana. Nel suo archivio sono presenti circa 20.000 ricette realizzate personalmente e fotografate nel suo laboratorio.

BEN FATTO

Delizia estiva

Un dessert fresco, goloso e di grande effetto: il sollievo ideale per le calde giornate d'estate

In questo mese, cosa c'è di meglio di un bel sorbetto preparato in casa? Ne suggerisco uno davvero particolare, utilizzando la buccia dell'anguria e ricreando lo stesso frutto con la polpa trasformata in ottimo sorbetto e i semi “ricreati” con il cioccolato fondente. Per ottenere un buon risultato, bisogna acquistare un'anguria possibilmente tonda, dolcissima e matura, ma non eccessivamente, per evitare che perda troppa acqua durante la preparazione. La cosa più importante è tuttavia quella di seguire attentamente la descrizione, punto per punto. Naturalmente, come si vede dalla foto, si può prepararne solo un quarto oppure più quarti, secondo il numero dei golosi.

Sorbetto d'anguria (o cocomero)

Ingredienti per 8-10 persone:

- 1 anguria del peso di 2,5 kg circa
- 150 g di zucchero
- il succo di 1 limone
- 50 g di cioccolato fondente

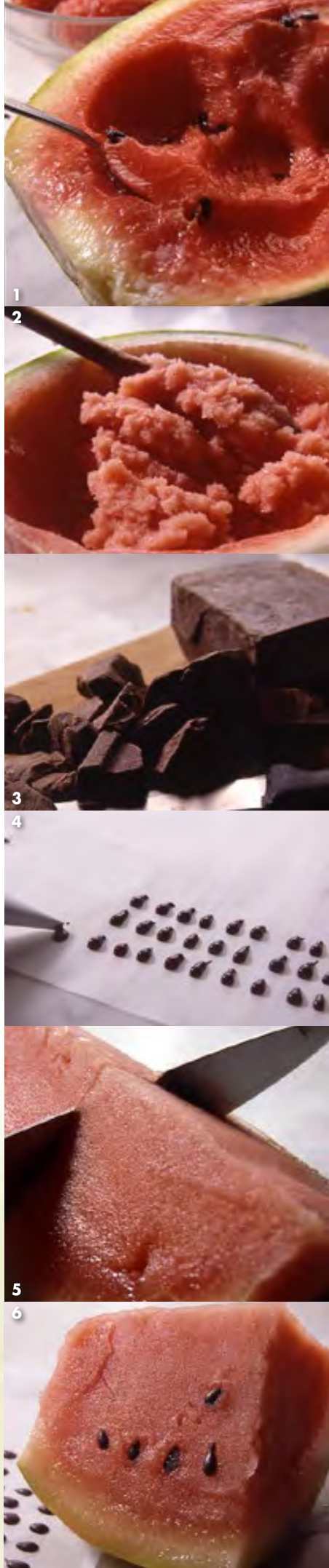
Come prepararlo

Lavare l'anguria, dividerla a metà in senso orizzontale e, con un cucchiaino, togliere la polpa (foto 1) e porre mezza anguria svuotata nel congelatore. Privare dei semi la polpa di 1 kg di anguria, tagliarla a pezzi e passarli al passaverdura, raccogliendo il passato ottenuto in una casseruola; aggiungere lo zucchero, porre il recipiente sul fuoco e portare dolcemente a ebollizione, eliminando l'eventuale schiuma che si forma in superficie durante la cottura. Far cuocere il composto, a fuoco moderato, mescolandolo di tanto in tanto con un cucchiaino di legno fino a ridurlo della metà. Toglierlo dal fuoco, versarlo in una terrina, lasciarlo raffreddare completamente e aggiungere il succo di limone. Passarlo nella gelatiera e programmarla per il tempo indicato dalle istruzioni.

Togliere l'anguria svuotata dal congelatore, versarvi il sorbetto preparato (foto 2) e livellarlo con una spatola; porla di nuovo nel congelatore per almeno 3 ore. Tritare grossolanamente il cioccolato fondente (foto 3), metterlo in un tegamino, farlo fondere a bagnomaria, versarlo in un cornetto di carta vegetale e, premendolo, formare tante gocce di cioccolato (i semi dell'anguria) su un altro foglio di carta vegetale (foto 4); far solidificare in luogo fresco.

Togliere dal congelatore la mezza anguria con il sorbetto, dividerla in 4 parti (foto 5), adagiarvi sopra le gocce di cioccolato (foto 6), premendole un poco, e porre di nuovo nel congelatore fino al momento di servire. ■

*Terry Sàrcina
www.altopalato.it*



Quale direzione per il futuro?

Agricoltura, ambiente, salute e sostenibilità al centro del convegno “Futuro Direzione Nord”, tenutosi il 6 e 7 giugno a Milano

A legare gli interventi degli ospiti che si sono succeduti nella “due giorni” meneghina un unico filo conduttore: l'innovazione che serve. Perché l'obiettivo dell'evento, organizzato da *Inrete* insieme a *Esclusiva*, è tenere alta l'attenzione su argomenti concreti, che concorrano a migliorare la quotidianità delle persone. Con alcuni protagonisti del mondo della politica, dell'industria e della ricerca italiane si è discusso di temi di attualità come salute, ricerca, ambiente, fonti energetiche alternative, agricoltura e molto altro.

L'innovazione che parte dalle risorse del territorio
Fondamentale, in un'ottica di innovazione utile, è senza dubbio la valorizzazione delle risorse agroalimentari del territorio, come ha sottolineato

ato Gian Marco Centinaio, Ministro delle Politiche Agricole, Alimentari, Forestali e del Turismo – intervistato da Fabio Massa, ideatore della rassegna – che ha parlato del proprio impegno in sede europea con l'obiettivo di far riconoscere le specificità nazionali come una ricchezza comunitaria: «Solo in questo modo i prodotti agricoli europei possono essere davvero competitivi rispetto a un mercato sempre più ampio e aggressivo. Si tratta di un punto fondamentale, su cui abbiamo il sostegno di tanti altri governi, a partire da quello francese.» La gestione delle risorse del suolo è stata oggetto anche del dibattito “La nostra terra è il grembo del nostro domani”, focalizzato sulle politiche di promozione della sostenibilità, a cominciare dalla lotta agli sprechi, come ha ricordato



Stefano Bolognini, Assessore alle Politiche Sociali, Abitative e Disabilità di Regione Lombardia: «In Italia ogni anno vengono sprecate circa 5 milioni di tonnellate di cibo, per un valore di 12 miliardi di Euro. Consapevole che la sostenibilità debba partire da qui, la Lombardia è stata la prima regione a legiferare (L.R. n. 25/2006, *ndr*), per recuperare almeno il 50% delle eccedenze alimentari. Oggi sono circa 2 mila gli enti coinvolti, tra raccolta e distribuzione, che intercettano circa 300 mila persone ogni giorno, recuperando 20 mila tonnellate di cibo

Nella foto, Fiorenza Lipparini, ricercatore e Strategic Advisor di MIND – Milano Innovation District – durante il dibattito “Medical Device. Il valore dell'innovazione”.

all'anno. Ma tanto ancora si può fare, soprattutto per quanto riguarda gli sprechi in agricoltura.» E dagli sprechi in agricoltura è partita anche la provocazione lanciata da Mario Pezzotti – membro di SIGA (Società Italiana di Genetica Agraria) e professore di Scienze, Tecnologie e Mercati della Vite e del Vino dell'Università



Nella foto, da sinistra: il giornalista Roberto Poletti, Stefano Bolognini, Alessandro Russo, Marco Giachetti, Mario Pezzotti e Roberto Confalonieri.

di Verona – che li ha definiti il risultato di una cattiva gestione, «perché la questione non è ridurre la produzione agricola, ma gestirla in modo più razionale. L'agricoltura è fondamentale per l'uomo, per l'alimentazione, per l'ambiente, ma è importante continuare a operare con innovazione. In quest'ottica è prezioso il contributo della genetica agraria, per realizzare nuovi prodotti vegetali capaci di essere sostenibili.» Per una migliore gestione del suolo, oltre alla genetica, oggi chi fa agricoltura può contare anche sulla

tecnologia, come ha illustrato Roberto Confalonieri, professore di Agronomia e Coltivazioni erbacee all'Università degli Studi di Milano e fondatore e presidente del CdA di *Cassandra Tech*, azienda specializzata nel trasferire al mondo della produzione le innovazioni tecnologiche sviluppate dai laboratori di ricerca universitaria: «Nel 2000, quando ho iniziato, gli agricoltori erano sospettosi, ora sono voraci di conoscere e utilizzare nuovi strumenti digitali, come il simulatore di colture o le App di comando dei droni. La tecnologia

permette di razionalizzare i fattori di produzione, rendendo più semplici ed economici alcuni processi. In questo modo, si evita che i terreni siano abbandonati.» Di abbandono rurale ha parlato anche Marco Giachetti, presidente di Fondazione IRCCS Ca' Granda Ospedale Maggiore Policlinico: «Pochi lo sanno, ma il Policlinico è il più grande proprietario terriero in Italia, grazie ai circa 8.500 ettari di terreno agricolo dati in dotazione nel 1456 da Francesco Sforza, che hanno permesso all'ospedale di sostenersi nei secoli. Pur-

troppo negli anni Settanta del '900 la centralizzazione della sanità ha portato a una cattiva gestione del patrimonio fondiario, generando ingenti perdite e lasciando i terreni in stato di abbandono. Nel 2015 è istituita la Fondazione, con un disegno di larga visione: vengono aggiornati i canoni di locazione perché portino reddito e si realizza un database catastale, fino a quel momento quasi inesistente. E sono avviati progetti che hanno permesso in 3 anni di generare più di 2 milioni di Euro di utile, da destinare completamente alla ricerca, in un'ottica di economia circolare. Il tema della circolarità è stato affrontato anche da Alessandro Russo – presidente di Gruppo CAP, ente gestore di 14 mila km di tubature idriche nell'area della Città Metropolitana di Milano – che ha illustrato l'impegno della società nella realizzazione di impianti sempre più moderni, in grado di trattenerne l'acqua utilizzata, trattarla e rimetterla in circolo per usi industriali e agricoli, in modo da ridurre sempre più gli sprechi. ■

*Anna Francioni
anna.francioni@cibiexpo.it*

Manuela Lanzarin – Assessore alla Sanità della Regione Veneto – intervenuta su “Digital Health e Open Innovation”.



Qui a fianco, il ministro Gian Marco Centinaio, intervenuto all'interno del panel Ambiente, uno dei 4 ambiti di discussione del convegno, insieme a Life Science, Mobilità e Smart Cities.



#AMAREMILANO non è solo un marchio

Per il Centro Studi Grande Milano, che ne è titolare, rappresenta il segno distintivo di chi ha nel cuore il destino di Milano. Ce ne fece dono come ideale passaggio di testimone Carlo Tognoli, probabilmente uno dei Sindaci più amati dai milanesi dal dopoguerra. È importante un marchio? Noi diciamo di sì: è notoriamente riconosciuto come l'asset più rilevante di cui un soggetto dispone, un produttore di ricchezza, un moltiplicatore di valore.

Il marchio è la prima forma di comunicazione di un'impresa e di un territorio: un immediato segno di riconoscimento.

Un marchio si trasforma, evolve, può valorizzarsi o perdersi ma non deve deludere e non può vivere di rendita, perché la fedeltà del consumatore non è un dato acquisito ma va conquistata giorno dopo giorno. Ricordo che quando chiedemmo ai protagonisti della

Grande Milano di dire in 140 caratteri il perché del loro amore per la città nacque un progetto bellissimo: tantissimi tweet che hanno dato vita a veri e propri poemi d'amore.

È bello sapere che ben sei ex Sindaci sono soci benemeriti del Centro Studi Grande Milano e hanno dimostrato, con le loro differenti azioni politiche, quanto ne abbiano avuto a cuore il destino. Per lo stesso attuale Sindaco, Beppe Sala – lo leggiamo nel suo libro “Milano e il secolo delle città” – amare Milano significa essere disposti ad accettare la sua sfida, quella cioè di mettersi in gioco sempre perché è il risultato degli infiniti modi in cui i suoi cittadini la inventano, la creano e la rigenerano ogni giorno.

Stiamo proponendo ai giovani la maglia #AMAREMILANO, perché il nostro marchio deve essere indossato da coloro che guardano al futuro. Milano deve

“rispondere” al nostro amore. Da anni lo dimostriamo donando cultura, investendo risorse personali, diffondendo la Carta dei valori e mettendoli in pratica: dalla accoglienza alla solidarietà, dall'Europa alla sostenibilità, dalla cultura all'economia etica, dalla meritocrazia alla competenza. Possiamo dunque chiedere che Milano non sia autoreferenziale, non si crogioli in un modello statico, ma che, con la sua storia e la sua esperienza, sia semmai al servizio di un'area metropolitana autorevole e confrontabile con le altre realtà metropolitane europee.

Da parte nostra offriamo la più grande collaborazione, perché l'amore per Milano non prescinde dal fare e fare bene meneghino: è nel DNA di una splendida città in cui persino la Madonnina ha le maniche rimboccate.

*Daniela Mainini
Presidente
Centro Studi Grande Milano*



Un'alternativa naturale alla plastica

Poliesteri, poliammide, polietilene e polipropilene: la plastica è stata ritrovata per la prima volta perfino in un ghiacciaio, quello italiano dello Stelvio. È ora di correre ai ripari

Un'alternativa alla plastica è Apepak: il formato medio è perfetto per una mezza cipolla o un mezzo limone. Oppure per sigillare un barattolo di sugo. Quello grande va bene per avvolgere panini, formaggi, snack o merende. Apepak gigante si presta a chiudere le teglie più ampie. Ma che cos'è Apepak? È un tessuto progettato per proteggere il cibo, 100% naturale, riciclabile, realizzato con cotone certificato da coltivazione biologica

e filiera etica, al quale è stata aggiunta una miscela di ingredienti – cera d'api, resina di pino e olio di jojoba – che lo rendono malleabile, antisettico e termofornante, cioè flessibile quando viene riscaldato. Nasce dall'idea di una coppia (Massimo Massarotto e la moglie Molly), sostenuta da un gruppo di cittadini veneti attenti alla sostenibilità. Dopo i collaudi, è iniziata la produzione, che è stata affidata a una Onlus, Sonda Società Cooperativa Sociale, che impiega persone con problematiche psico-sociali.

Come si usa Apepak
Prima di tutto si sceglie la misura adatta per coprire o avvolgere completamen-

te il cibo: pane e panini imbottiti, formaggi, verdure, frutta, spezie. L'unico uso sconsigliato è quello per la carne cruda, che rilascia liquidi che potrebbero ridurre l'impermeabilità del prodotto e macchiarlo in modo permanente.

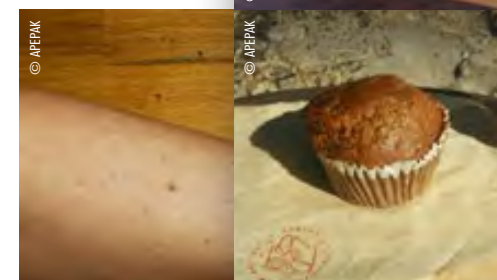
Impacchettato il cibo, basta pizzicare insieme le estremità del tessuto: il calore delle mani attiva la cera d'api che lo sigillerà ermeticamente. È adatto ad avvolgere cibi freddi, può essere usato in freezer, è riciclabile (garantito per 100 utilizzi) e si lava in acqua fredda.

Dove si può trovare Apepak
Dato che è realizzato in un laboratorio artigianale, per

ora si può comprare solo online, sul sito www.aepak.it, ma è in preparazione una lista di rivenditori autorizzati, aggiornata di volta in volta e pubblicata sempre sul sito citato. Val la pena di cercarlo, perché Apepak sostiene le api da miele italiane e il cotone da coltivazione biologica a filiera etica, ma fa anche molto di più: ogni volta che lo si utilizza si risparmia agli oceani 1 mq di pellicola di plastica usata e gettata; si remunerano 30 minuti di lavoro di un socio svantaggiato di Sonda Società Cooperativa Sociale Onlus; si sostengono 3 giorni di lavoro delle api da miele italiane che sono tra le specie in via di estinzione. ■

*La redazione
info@cibiexpo.it*

Nelle foto, i diversi formati di Apepak disponibili al momento.



Non solo grappa

L'Italia primeggia nella produzione di vini e liquori.

La grappa è stata l'unico esempio eccellente di distillazione... fino a oggi

La linea del vino è un'immaginaria spaccatura che corre dal nord della Francia fino alle propaggini settentrionali della Romania, passando per le Alpi italo-austriache. Sotto la linea, c'è chi fermenta l'uva e ama i liquori, soprattutto di erbe: genepy, timo, centerbe e arquebuse, alcuni fra i tanti capolavori italiani del genere. Sopra la linea si fermentano i cereali; al calice si preferisce il boccale e i fuochi scaldano gli alambicchi delle distillerie (e più in su c'è anche la linea della vodka). Gli anglofoni le chiamano le *alcohol belts* e potremmo leggere in questa popolare divisione il calco degli scontri tra le grandi civiltà del passato europeo, i mediterranei greco-latini del

vino separati dai gallo-germanici della birra lungo una linea che non si discosta poi molto dal *limes* romano dei tempi di Tito (Britannia esclusa). Più realisticamente, rispecchia l'abilità delle popolazioni eurasiatiche nel trovare la via migliore per rendere l'alcol piacevole al palato con le materie prime disponibili sul posto.

L'Italia come la Scozia?

Solo di recente assistiamo a notevoli contaminazioni anche in Italia, storica patria della vite e del digestivo dopo i pasti: l'anno scorso il valore del mercato della birra per il Bel Paese ha raggiunto per la prima volta il miliardo di euro, con un consumo pro capite medio di 32 litri (per il vino nel 2018 erano 35 litri a testa). Ma l'ultima interessante "contaminazione" ha fatto la sua comparsa nel panorama dei superalcolici. Si chiama *Puni*, come il torrente che

attraversa la Val Venosta (BZ) e costituisce dal 2010 l'unico esempio di distilleria italiana di whisky su modello scozzese.

La distilleria ha lanciato nel 2015 la sua linea "nazionale": un whisky di malto che utilizza orzo, segale e frumento. Lo stabilimento di Glorenza ospita impianti progettati a Rothies in Scozia e la formazione è avvenuta grazie a consulenti scozzesi. Il malto ha un'impronta italiana perché si usa una piccola percentuale di segale locale di montagna e l'invecchiamento del whisky avviene in bunker militari della Seconda Guerra Mondiale.

Nel 2017 l'autorevolissima *Whisky Bible* firmata da Jim

Murray assegnava 95 punti su 100 al *Puni Alba* segnando l'ingresso della distilleria tra i nomi autorevoli in fatto di whisky. Un giorno anche l'Italia svilupperà la sua fama o il whisky Puni rimarrà solo un isolato esempio di eccellenza? ■

*Alessandro Caviglione
alessandro.caviglione@cibiexpo.it*

Secondo Coldiretti i birrifici artigianali sono più che quadruplicati negli ultimi dieci anni, con un aumento del 330%.

Già dagli anni 2000 i whisky giapponesi hanno dimostrato che si può ottenere un ottimo Scotch anche senza la torba delle Highlands.



La spesa dei detenuti

Mangiare bene per sopravvivere

Chiacchierando del più e del meno con le detenute con le quali sto lavorando per un progetto di riqualificazione degli spazi carcerari, siamo arrivate al tema cibo. Dopo 5 minuti, Sandra mi ha messo in mano una tabella con l'elenco dei generi alimentari e di conforto acquistabili a proprie spese, che mi sono guardata lungamente. Intanto Rossella, emergendo dalla sua insofferenza dolorosa, mi ha investito di informazioni, chiedendomi di dare voce a una loro battaglia: far sapere che i detenuti si pagano sia i pasti standard sia la spesa extra. Ho ascoltato, ho studiato, ho parlato con l'amministrazione penitenziaria. Ecco che cosa si fa in carcere per mangiare.

Il codice penale stabilisce che ogni persona condannata debba rimborsare all'erario i 2/3 delle spese concernenti "gli alimenti e il corredo" sostenute dallo Stato per il mantenimento

in carcere (di molti altri costi lo Stato si fa carico in toto). A chi lavora – nella struttura carceraria o all'esterno – questa cifra viene trattenuta dalla busta paga; chi non lavora uscirà dal carcere con un debito che dovrà saldare negli anni, salvo casi particolari di indigenza.

La cifra stabilita per il corredo ammonta a 0,89 Euro giornalieri. Quella per gli alimenti a 2,73 Euro così ripartiti: 0,27 per la colazione; 1,09 per il pranzo; 1,37 per la cena. La qualità dei pasti, a detta dei detenuti, lascia a desiderare (io, che l'ho vista e annusata, non l'ho trovata male) ma non è possibile rifiutare il servizio: anche non consumando i pasti, i carcerati sono tenuti a corrispondere allo Stato la cifra sopra indicata. Un pranzo tipo è composto da pasta o riso, carne o pesce, verdura, frutta. Per i musulmani che non mangiano carne, moz-

zarelle o ricotta, allo stesso prezzo della carne.

Quello che succede è che quasi tutti i detenuti ricorrono al cosiddetto "sopravvito", ossia alla possibilità di acquistare alcuni prodotti alimentari, oltre a sigarette e altro, da una sorta di supermercato interno alla struttura penitenziaria, gestito dalla stessa azienda che fornisce i pasti. Non devono spendere più di 200 Euro a settimana, ma poi cucinano i cibi scelti con passione, per recuperare un po' di piacere, tradizioni e identità. Non possono andare fisicamente a scegliere che cosa comprare, ma per fare gli acquisti compilano settimanalmente la tabella consegnatami da Sandra,

Sopra, il muro di cinta perimetrale del carcere di Bollate (MI).

una sorta di elenco con un singolo prodotto per ogni categoria merceologica, senza marca. I prezzi sono stabiliti generalmente in base a quelli del supermercato di zona. Un'illusione, costosa, d'autonomia. ■

*Marta Pietroboni
marta.pietroboni@cibiexpo.it*

Il riso, in alternanza alla pasta, fa parte del pasto tipo servito in carcere. Inoltre, i detenuti possono acquistare altri prodotti alimentari, sia freschi che confezionati, scegliendoli da una apposita lista.



Scegli da che parte stare 2019

Al via la quarta edizione dei campi di formazione e lavoro nel bene confiscato "La Masseria" di Cisliano (MI)

Caritas Ambrosiana, a fianco dell'esperienza ventennale dei Cantieri della Solidarietà in Italia e all'estero, rilancia per il quarto anno, per l'estate 2019, l'iniziativa "Scegli da che parte stare" organizzata dall'associazione Una Casa Anche Per TE (U.C.A.P.TE) con patrocinio del Comune di Cisliano e in collaborazione con CGIL Lombardia, l'associazione La Barriera, Camera del Lavoro di Milano, CGIL Ticino Olona e Coop Lombardia. U.C.A.P.TE, insieme alla Caritas della zona VI guidata da don Massimo Mapelli e il Comune di Cisliano, si sta occupando della tutela e dell'utilizzo a scopi sociali del bene "La Masseria" a Cisliano (MI), confiscato al clan di Francesco Valle. Inoltre, ad aprile 2019 le è stata assegnata provvisoriamente in via diretta la villetta posta sotto sequestro alla Ndrangheta con l'operazione "Area 51" del maggio 2017, sita nel comune di Arluno. Anche questo bene deve essere sistemato, per poter essere riutilizzato.

"Scegli da che parte stare" sono campi di volontariato formazione e lavoro rivolti ai giovani (maggiorenni e minorenni) durante i quali l'attività si concentrerà sulla pedagogia del fare e sulla cultura della legalità. Accanto alla conoscenza del lavoro della Caritas di vicinanza alle situazioni di povertà si affiancheranno percorsi formativi sulla giustizia sociale, sulla presenza delle mafie nel nostro territorio e sulle potenzialità d'uso dei beni confiscati e dei Beni Comuni.

Chi può partecipare?

Singoli dai 14 anni in su, gruppi e famiglie.

Dove si alloggia?

Presso "La Masseria" di Cisliano, 30 posti letto in camere divise tra maschi e femmine.

Alimentazione?

È pensata per onnivori, celiaci, vegetariani e vegani. Gestita dai responsabili del campo in collaborazione con i partecipanti.

Sicurezza?

È garantita dalla presenza di nostro personale, coadiuvato da nostri volontari, che sarà presente per tutta la settimana 24 su 24 ore, in numero adeguato ai partecipanti. Verrà stipulata un'assicurazione infortuni.

Cosa portare?

Per dormire: sacco a pelo o coperta, cuscino, coprimaterasso cm 80x190.

Inoltre: penna, quaderno, guanti

da lavoro, abiti e scarpe adeguati a lavori agricoli e di manutenzione, pantaloni lunghi, cappellino, borraccia, asciugamani o accappatoio, bagnoschiuma e shampoo, costume da bagno, antizanzare, crema per sole.

Costo individuale di partecipazione: € 140,00

L'esperienza proposta ai campisti sarà sicuramente ricca e impegnativa, sia per le attività lavorative, sia per i diversi momenti formativi. Attraverso questi ultimi infatti verrà tracciato un percorso graduale e intenso che aiuterà i partecipanti a comprendere e ambientarsi nel particolare clima cooperativo. Libera Masseria: una storia, un luogo, un'esperienza da scoprire e da vivere insieme.

Le settimane ancora disponibili:

· da lunedì 29 luglio a domenica 4 agosto (arrivo alle 10.00 e partenza alle 12.00)

· da lunedì 26 agosto a domenica 1 settembre (disponibilità settimana dedicata ai ragazzi delle scuole medie non residenziale dalle 8.30 – 9.00 alle ore 17.00).

Per l'iscrizione

www.caritasambrosiana.it/eventi/iniziativa-di-caritas-ambrosiana/scegli-da-che-parte-stare-2

Contatti:

unacasaancheperte@gmail.com
Telefono: 337 1474316 (Elena)
3381477568 (Rita)



MADE IN ITALY

Come mangeremo nel futuro?

Alimentare una popolazione mondiale in costante aumento è la sfida a cui nessuno, e in particolare le istituzioni, può sottrarsi

Per assicurare l'alimentazione delle future generazioni che abiteranno questo "affollato" pianeta sarà prima di tutto necessario rivedere le tecniche agricole, con una maggiore attenzione a risorse idriche e allevamento, evitando sprechi. Secondo alcune ricerche condotte dalla FAO, ogni anno si sprecano a livello globale circa 1,3 miliardi di tonnellate di alimenti di cui un'elevata percentuale è ancora commestibile. I Paesi che sperperano maggiormente sono quelli industrializzati. Il problema, come noto, non è solamente imputabile alla filiera produttiva o di distribuzione ma anche ai consumatori, perché è nelle nostre case che avviene la maggior parte dello spreco, con danni non solo per le nostre tasche

ma soprattutto per l'ambiente: per produrre quel cibo finito in pattumiera, si immettono infatti nell'aria tonnellate di CO2. Da qui la necessità di trovare soluzioni innovative ed etiche che permettano di soddisfare l'ingente domanda di una popolazione in crescita, senza effetti negativi né sull'ambiente né sulla salute dei consumatori.

Nuove fruizioni

Altro punto da considerare è il modo di approvvigionamento delle giovani generazioni globali, che ordinano cibo più che cucinarlo, al punto che molti designer paiono pronti a eliminare la cucina come elemento centrale delle case del futuro: tale ipotesi pare impossibile anche solo da pensare soprattutto in

Daniela Mainini, Presidente del Centro Studi Anticontraffazione.

Italia, dove cibo, tradizione e cultura sono profondamente legati. Non dobbiamo inorridire nemmeno ipotizzando che in un futuro non troppo lontano potremmo trovare sulle nostre tavole alghe e insetti, come cavallette fritte, larve di api e farina di grilli, o carne creata in laboratorio. In questo variopinto panorama si è recentemente costituito presso l'Umanitaria l'OMAF – l'Osservatorio Metropolitano Alimentazione del Futuro – che racchiude l'esperienza di CiBi, del Centro Studi Anticontraffazione, del Centro per lo Sviluppo Sostenibile e della Fondazione Agraria Felice Ferri, con

lo scopo di analizzare l'evoluzione dell'alimentazione nei prossimi decenni in cui la popolazione mondiale arriverà a sfiorare circa 9 miliardi di persone e il fabbisogno di cibo sarà sempre più alto. Attenzione a urlare ai tempi moderni però: già Aristotele nella sua *Historia animalium* affermava che le cicale sono molto saporite, addirittura un prelibato spuntino e, come ci informa Plinio il Vecchio, per gli antichi Romani le larve di scarabeo costituivano una squisitezza. ■

Daniela Mainini

info@anticontraffazione.org
www.centrostudiandemilano.org



Le alghe, secondo gli esperti, potrebbero diventare un'opzione alimentare del prossimo futuro.



Summer School FASHION, FOOD & ARTS: IMPRESE CREATIVE TRA ITALIA E AFRICA

La Summer School dedicata a chi desidera approfondire i collegamenti tra Italia e Africa e sviluppare modelli di business ispirati dall'incontro tra imprenditorialità e creatività italiana e africana.

METODO ATTIVO

Ideaione e costruzione assistita del progetto personale, workshop e testimonianze di esperti del settore, attività laboratoriali personalizzate, coaching dei docenti esperti. Incontri sociali di networking e attività aggiuntive dedicate durante la settimana della moda.

FINALITA'

- Approfondire le dinamiche del Made in Italy e dei mercati africani in ambito Fashion, Food & Arts
- Sviluppare competenze e conoscenze trasversali, quali la comunicazione digitale e non convenzionale e il trendwatching
- Essere parte del confronto tra le comunità creative delle Diaspore Africane e quelle italiane.

IN SINTESI

Formula: 3 fine settimana (venerdì e sabato dalle 09.30 alle 18.30)

Quando: 6-7, 13-14, 20-21 settembre 2019

Dove: Università Cattolica del Sacro cuore – Sede di Milano

Quota di iscrizione: € 400,00 (iva esclusa)

Iscrizioni: entro il 29 agosto 2019*

(*verrà applicato il 20% di sconto sulla quota per chi si iscrive entro: 1 luglio 2019)

LE PAROLE DEGLI EX STUDENTI

"Preparazione e disponibilità dei docenti, reale opportunità di networking"

"Talmente stimolante da essere trasformativo"

"Capacità di accompagnare i corsisti nella trasformazione di un'idea in un progetto concreto, offerta di stimoli"

Area Comunicazione, Media e Spettacolo

FORMAZIONE PERMANENTE
CENTRO MODACULT
E4IMPACT FOUNDATION

III EDIZIONE
MILANO, 6-21 SETTEMBRE 2019
UNIVERSITÀ CATTOLICA DEL SACRO CUORE



Università Cattolica del Sacro Cuore Formazione Permanente - Via Carducci 30 - 20123 Milano - Tel. 02 7234 5701 - Fax 02 7234 5706
formazione.permanente-mi@unicatt.it - milano.unicatt.it/formazionepermanente
CENTRO MODACULT: Prof. Emanuela Mora, Direttore Scientifico | emanuela.mora@unicatt.it Dott. Michela Grana,
Project Manager | michela.grana@unicatt.it

Dalla fantascienza alla realtà

Dalla fantascienza, per esempio, è nata la robotica.

Che, a piccoli passi, si è convertita in scienza

Sempre più spesso sembra che il mondo possa fare a meno degli esseri umani in carne e ossa. In molti casi li stiamo sostituendo con robot capaci di svolgere lavori pesanti e ripetitivi, oppure di grande precisione, o addirittura con automi umanoidi che hanno raggiunto tali livelli di sviluppo da trovare impiego perfino tra le corsie degli ospedali. Nuove invenzioni ma fantasie antiche, considerato che di queste

“macchine” si trova traccia già nei miti della Grecia preclassica. E per quanto riguarda la fantascienza, una pietra miliare per i fondamenti della robotica è la raccolta di racconti *Io, Robot* di Isaac Asimov pubblicata nel 1950. Un altro caso interessante è quello dei ristoranti automatici, che hanno fatto la loro comparsa alla fine del 2016. In America è nata *Eatsa*, una catena di Fast Food con menu salutistici e biologici,

sedi a San Francisco e Los Angeles, costa ovest, e a Washington e New York, costa est. I clienti ordinano il cibo via App oppure online, e lo trovano all'ora stabilita nel locale dentro una specie di scatola, pronto per il consumo. Poi pagano sempre via App. A Berlino, nello stesso periodo, ha aperto il primo ristorante automatico europeo, il *Data Kitchen*, alta cucina, ingredienti selezionati, menu sofisticati. Guadagnare tempo grazie alla tecnologia non è cosa da poco. Anche a costo di rinunciare a volte ai rapporti umani. Ma più di cento anni prima, nel 1912, epoca in cui il progresso tecnologico aveva fatto solo i primi timidi passi, l'autore di fantascienza Edgar Rice Burroughs aveva già anticipato la descrizione dei ristoranti automatici. Nel suo racconto *A Princess of Mars* scriveva: “Kantos Kan mi

condusse in uno splendido ristorante, dove il servizio era completamente svolto da dispositivi meccanici. Nessuna mano toccava il cibo dall'istante in cui entrava, crudo, nell'edificio, fino al momento in cui riemergeva, caldo e delizioso, sui tavoli davanti ai commensali, quando questi premevano un piccolo pulsante per indicare i piatti che desideravano”. Con questo scritto ambientato su Marte, primo libro di una serie di successo in 11 volumi, Burroughs riemergeva da un'insoddisfazione che lo aveva portato sull'orlo del suicidio. Nello stesso anno crea un nuovo e straordinario personaggio che gli darà fama e soldi, *Tarzan delle scimmie*, tanto incredibile da non aver generato, per ora almeno, apprezzabili ricadute tecnologiche. ■

Paola Chessa Pietrobboni
direzione@cibiexpo.it



Heinz Beck: perfezione in cucina, in sala e il giorno seguente

Può apparire un titolo sibillino, invece esprime in estrema sintesi la personalità, oltre che la professionalità, di questo autentico fuoriclasse della cucina

Nelle foto, alcune immagini di Heinz Beck in cucina.

Incontro Heinz Beck nella sala da pranzo di una delle sue ultime creazioni di successo: si chiama "Attimi", un elegante bistrot che, da circa un anno, ha aperto i battenti e la cucina in un modernissimo e molto frequentato centro commerciale a Milano "City Life". Inizialmente nessuno voleva scommettere sul successo di questa iniziativa, l'ultima di una serie in località diverse che il grande chef tedesco ha fortemente voluto. Ma chi ha scommesso, ha perso. Sono amico di Heinz da molti anni, ancora prima del suo approdo a Roma. Iniziamo la nostra conversazione proprio partendo dal nostro primo incontro, a Monaco, quando lavorava, percorrendo a grandi tappe una folgorante carriera, nel gruppo di cucina di un grande chef "tristellato" che portava il suo stesso nome, Heinz, ma di cognome faceva

Winkler, un vero maestro; il ristorante si chiamava "Tantris". Alla mia prima domanda "che importanza ha avuto sulla tua professione e carriera quel periodo?" risponde con sicurezza: "è stata la base, lo zoccolo duro della mia professionalità che ha inciso in modo determinante su tutta l'attività. Ma, naturalmente, con il passare degli anni, l'ho plasmata sul mio carattere e il mio modo di vedere la cucina di un grande ristorante".

È vero che sei arrivato alle nozze d'argento in Italia?

Certo, ero arrivato qui nel 1994, affascinato dall'Italia e dalla città di Roma in particolare. All'inizio è stata dura; tu stesso mi avevi aiutato nel farmi conoscere da un pubblico abituato a tutt'altra cucina e quindi, giorno dopo giorno,

con caparbità, senza arrendermi alle prime difficoltà, alla fine ho vinto e ho raggiunto risultati eccezionali e insperati.

Parliamo un po' de "La Pergola", il tuo ristorante, all'ultimo piano del "Cavalieri Waldorf Astoria", dal quale si gode uno spettacolo esclusivo che, grazie a te, gode da molti anni di tre stelle Michelin...

"La Pergola" è la cosa che mi rappresenta meglio, l'emblema del vero grande ristorante nella sua completezza, grande cucina e grande servizio di sala. Tutto ciò si chiama "gioco di squadra" che, in questo caso, conta proprio su due squadre perfette: una in cucina, dove posso contare su un bel numero di eccellenti collaboratori; e una in sala, dove il maître Simone Pinoli e l'ottimo sommelier Marco Reitano conducono uno stuolo di aiutanti professionisti, in una simbiosi perfetta tra sala e cucina che, con le dovute proporzioni



e differenze, si può ritrovare anche in tutti gli altri locali che fanno capo alla mia organizzazione.

In definitiva una specie di spettacolo che si muove perfettamente sotto la regia di un grande maestro come te?

Sì, ma non basta la professionalità; è la carica umana di ognuno di noi che contribuisce al successo dell'insieme, unita a una base culturale che io pretendo da ognuno. Non deve mai succedere che qualche cliente possa chiedere delucidazioni su un piatto, senza che anche l'ultimo

dei camerieri sia in grado di rispondere in modo completo.

Ma è vero che, negli ultimi anni, i locali a te intestati o comunque da te seguiti si sono moltiplicati in modo esponenziale? E come fai?

È vero, sono molti, in ogni parte d'Italia e anche all'estero. Ma in questi anni, con l'aiuto di mia moglie Teresa, parte attiva e oggi indispensabile nell'organizzazione e nella cura di queste strutture, riesco a seguire tutto nel migliore dei modi; certo, si viaggia molto ma voglio controllare da vicino quanto viene fatto al di fuori della mitica "La Pergola" dove, comunque, arrivo sempre puntuale prima del servizio.

Ma hai il dono dell'ubiquità?

In un certo senso; ma, sai, abito abbastanza vicino all'aeroporto e ormai, per me, prendere un aereo è quasi come prendere il tram...

Non ho più molto spazio per dire tutto ciò

che vorrei, ma non posso concludere senza chiarire l'ultima parte del titolo dove si dice "il giorno seguente", che credo si riferisca all'estrema attenzione che tu dedichi alla salute dei tuoi clienti.

In effetti, sono più di vent'anni che dedico molti sforzi alla ricerca di cibi salutari. L'accenno al "giorno seguente" è proprio questo. Non ci si deve più limitare a dire "buono, fantastico, eccezionale", parole che fanno indubbiamente piacere, ma devo ammettere che la più grande soddisfazione la danno i clienti che scrivono "ottima cucina e grande digeribilità e leggerezza". In tutto questo tempo ho coltivato e perfezionato relazioni con grandi esponenti della medicina con i quali collaboro per ottenere risultati ottimali. La strada è comunque lunga e difficile ma sono certo di raggiungere altri lusinghieri traguardi.

Nella sua carriera Heinz Beck ha ricevuto riconoscimenti tra i più qualificanti, che non sto ad elencare qui, ma di uno non posso non parlare: il conferimento, da parte dell'Università Popolare di Arezzo, lo scorso anno, della "Laurea in Bioenergie Naturali", un onore più che meritato che, da quanto so, è giunto assolutamente inaspettato. Niente male! ■

Toni Sàrcina

www.altopalato.it

altopalato@altopalato.it

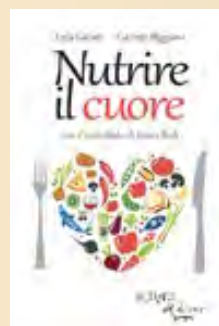
Obiettivo salute

Coniugare gusto e salute è una sorta di missione per Heinz Beck, che da tempo indirizza il proprio lavoro in questo senso, collaborando anche con importanti medici. Ne sono una testimonianza le diverse pubblicazioni sul tema alimentazione-benessere che ha curato fino a ora: dalla guida "Consigli &

Ricette per piccoli gourmet" (2012), redatta in collaborazione con il dott. Giuseppe Mele (presidente di S.I.M.P.E. Società Italiana Medici Pediatri) per promuovere l'educazione alimentare tra i più piccoli, al volume "Nutrire il cuore" (2016), in cui ha collaborato con la cardiologa Leda Galiuto e il nutrizionista Giacinto

Miggiano, per elaborare consigli e ricette salutari. Fino al recente "Diabete & Alimentazione" (2019), dove, insieme ai professori Antonio Ceriello e Gabriele Riccardi, offre menu e suggerimenti per affrontare serenamente questa specifica malattia, senza privarsi del gusto di stare a tavola.

A.F.





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

PERCHÉ

UN ORSO E UN GATTO FANNO UN PANDA?



SCOPRI LA RICCHEZZA DELLA LINGUA CINESE
CON L'ISTITUTO CONFUCIO!

I CORSI INIZIANO IL 16 OTTOBRE 2019

LE ISCRIZIONI SONO APERTE DAL 2 SETTEMBRE

SCONTO DEL 30% PER CHI SI ISCRIVE DAL 2 AL 16 SETTEMBRE

PER MAGGIORI INFORMAZIONI:

info.confucio@unimi.it – www.istitutoconfucio.unimi.it

SEGRETI DELLA SPESA

La poesia “che fa rumore” dei peperoni cruschi

*Eccellenza gastronomica della Lucania, il peperone crusco
racchiude in sé storia, tradizioni e tempra di questo antico territorio*

Gli piaceva scherzare, amava provocare risate, soprattutto a tavola. Adorava l'ilarità contagiosa, solare e insieme salace, mescolando maniacretti e gladiatori, sapori e frecciate dall'impronta teatrale, divertenti battute a seri sermoni, ricette culinarie ad allusioni morali elevate. Parliamo di Quintus Horatius Flaccus, noto come Orazio (65 - 8 a.C.), uno dei più significativi poeti romani, nato a Venosa, nell'odierna Basilicata. Non fu l'unico letterato ad avere origini lucane: seguirono nei secoli nomi di grande portata, ma a lui, al sommo maestro di poesia e di retorica, sono legate le radici più profonde di un territorio

antico – la Lucania – in cui si esprime il senso più autentico della tradizione, che contraddistingue la regione ancora oggi. Con queste prerogative possiamo ora dare un valore culturale oltre che gustativo a un prodotto straordinario della terra lucana, il Peperone di Senise IGP.

Origini esotiche

Originario delle Antille, il peperone rosso – conosciuto anche come “Oro Rosso” – è giunto in Europa nel XVI secolo, in particolare nella zona di Senise (un piccolo centro in Basilicata alle porte del Parco Nazionale del Pollino) dove ha trovato un habitat simile a quello

originario, grazie ai terreni fertili, al microclima particolarmente favorevole e alle abbondanti riserve idriche. Le diverse tecniche di coltivazione e di lavorazione si sono poi tramandate di generazione in generazione, fino a essere fissate, a partire dal 1996, nel regolamento che disciplina anche le attività dei produttori aderenti al Consorzio di Tutela dei Peperoni di Senise IGP.

Peperoni rossi fritti

Il peperone crusco rappresenta uno dei piatti lucani per eccellenza: è il peperone rosso dolce che viene essiccato e fritto per pochi secondi in olio; l'escursione termica fa sì che l'ortaggio diventi

“crusco”, cioè croccante (in dialetto, *zafaran crusck*). Il suo gusto unico, leggermente piccante ma insieme dolce, fa di questo prodotto un'eccellenza gastronomica, un fiore all'occhiello che a testa alta si inserisce in una tradizione non soltanto antichissima ma degna di uno spessore culturale che lo allaccia a quelle preziose origini letterarie e poetiche di una terra intensa, forte, dolente e nostalgica, appassionata e ancor sempre piccante, come nei versi di Orazio. Un prodotto da difendere, da diffondere, da mangiare. Vè lo assicuriamo: un crusco tira l'altro! ■

Chiara Caprettini

chiaracaprettini@nordfoodvestest.com



© WWW.PEPERONIDISENISEIGP.IT



In alto, la fase di essiccazione dei peperoni. A fianco, cavatelli con le rape e peperoni cruschi. Per altre informazioni: peperonidiseniseigp.it.

L'acido folico, questo (s)conosciuto

Un ulteriore capitolo della nostra piccola guida agli integratori alimentari e al loro utilizzo

I folati e l'acido folico sono vitamine del gruppo B (B9) e rientrano nella categoria delle vitamine idrosolubili, cioè quelle che si sciolgono in acqua e che vengono eliminate attraverso le urine. Folato e acido folico sono la stessa molecola: con "folato" si indica la vitamina nella sua forma naturalmente presente negli alimenti, mentre con il termine "acido folico" ci si riferisce alla sua forma ossidata che ritroviamo nei formulati vitaminici quali barrette, cereali, yogurt a cui viene aggiunto.

Le sue funzioni

La vitamina B9 svolge funzioni essenziali; in particolare viene utilizzata dal nostro organismo per la produzione

di nuove cellule. È essenziale per la sintesi delle proteine e del DNA, nonché per la formazione dell'emoglobina (sostanza necessaria per il trasporto di ossigeno nel sangue). Inoltre, è particolarmente importante per i tessuti che vanno incontro a processi di sviluppo come, per esempio, i tessuti embrionali. Infine, è in grado di abbassare i livelli di omocisteina, un amminoacido che, se presente ad alta concentrazione, aumenta l'incidenza di rischio cardiovascolare.

Dove trovarlo

I folati sono ampiamente presenti in alimenti quali verdure verdi a foglia larga, legumi, lievito e fegato e sono facilmente assimilabili. Tut-

tavia, è bene ricordare che si tratta di vitamine idrosolubili, molto sensibili all'aria, alle alte temperature, alla luce e all'acidità, con conseguente rischio di perdere i loro benefici a fronte di cottura, trasformazioni alimentari, ossidazione, ecc.

Carenza e rischi

Pur trattandosi di una vitamina assimilabile senza difficoltà con l'alimentazione, recenti studi hanno riscontrato che quella da acido folico è una delle più comuni tra le carenze vitaminiche. Questo accade soprattutto in casi di aumentato fabbisogno,

come in gravidanza, oppure quando si verifica un cattivo assorbimento per patologie intestinali, alcolismo o assunzione di farmaci.

In conclusione, la vitamina B9 deve essere regolarmente presente nella nostra dieta, soprattutto nelle donne in età fertile, e diviene indispensabile per le donne in gravidanza. Qualora l'apporto derivante dalla dieta non fosse sufficiente, sarà necessario assumerla con integratori specifici. ■

Andrea Fossati
ed Elisabetta Amoroso
fossatiandrea@centroemmea.it
www.centroemmea.it



Se manca l'acido folico in gravidanza

Quali conseguenze porta la carenza di vitamina B9 durante la gravidanza? Ecco i due principali rischi in cui si incorre:

- ANEMIA MEGALOBLASTICA

Comporta, come ogni anemia, una minore produzione di emoglobina nel sangue, con conseguente ridotta capacità di trasporto dell'ossigeno. Può essere dovuta sia a una carenza di acido folico che di vitamina B12; quindi, qualora venga riscontrata, è opportuno indagare su quale vitamina andrà integrata.

- MALFORMAZIONI DEL FETO, IN PARTICOLARE DEL TUBO NEURALE

Il tubo neurale è la struttura che nel feto darà origine al sistema nervoso centrale ed è stato riscontrato che una carenza di folati può essere causa di malformazioni. Per questa ragione è essenziale che la donna in gravidanza assuma un adeguato quantitativo di acido folico (almeno 0,4 mg al giorno), in quanto la fase di sviluppo dell'embrione nelle prime settimane di vita è dipendente dal folato. Per evitare terapie fai da te, si consiglia comunque di chiedere in ogni caso il parere del ginecologo.



La strana coppia

Considerati i simboli dell'estate, melone e anguria sono spesso assimilati ma, come forse non tutti sanno, tra i due ci sono grandi differenze!

Cucumis melo, appartenente alla famiglia delle Cucurbitacee, iscritta all'ordine delle Cucurbitali... il nome altisonante del melone anticipa l'eleganza dei suoi sapori, che ne fanno il prestigioso compagno di gamberi e prosciutto in raffinati antipasti, piuttosto che di Porto o Madeira in sofisticati dessert "da meditazione".

Citrullus vulgaris... suona diversamente il nome dell'anguria: eccessiva nelle dimensioni che obbligano a prove di forza per ridurla a fette, è perfettamente a suo agio sulle cerate appiccicose dei chioschi estivi, dove sponde senza ritegno il liquido zuccherino che non riesce a trattenere.

Illustrazione di Libero Gozzini, che dal 2009 è tra i fondatori, nonché docente e consulente, del Mimaster di Milano.

Don Chisciotte e Sancho Panza della macedonia

Strana coppia... una sorta di Don Chisciotte e Sancho Panza della macedonia, diversi nello stile, ma uniti nel ruolo riconosciuto di simboli dell'estate: quasi delle "bevande solide" (contengono più acqua della coca-cola) dolci, gustose e preziose alleate nella lotta contro la sete. E non c'è regione che non dedichi a entrambi il giusto tributo con feste e celebrazioni, che però sembrano marcare ulteriormente la distanza "di classe" che li separa. Così, se in Francia è attiva la Confraternita dei Cavalieri dell'Ordine del Melone di Cavaillon, istituita in onore di Alexandre Dumas quale grandissimo estimatore di questi frutti, in Italia la simpatia verso le angurie si esprime ad Altavilla Irpina (AV), dove si tiene l'annuale Palio dell'Anguria, rallegrato da una corsa d'asini.

Per non parlare del trattamento che si riserva ai due per valutarne la qualità: il melone si soppesa, lo si tasta delicatamente (se alla pressione delle dita presenta una superficie troppo cedevole, è da scartare) ma soprattutto lo si annusa come se si dovesse valutare una fragranza di Dior. Il meglio? Lo abbiamo se, odorandolo in diversi punti della buccia, ci regala un aroma tipico e giustamente intenso. E l'anguria? La si tratta con tutt'altro riguardo. I più irrispettosi provano a valutarne la maturazione graffiando via un po' di buccia con un'unghia: se si stacca facilmente, il frutto è maturo al punto giusto. Ma ciò da cui non può sfuggire sono le percosse a cui viene sottoposta con piacere quasi sadico da veri o presunti "intenditori". Se poi il frutto valutato con tanta cura dovesse deludere, la colpa sarà solo della sua indole traditrice e non di chi lo ha scelto.

Ma come riconoscere l'anguria davvero gustosa? Ebbene, il suono della bontà è esattamente opposto a come ce lo si aspetterebbe: debole, sordo, cupo. Se invece, percuotendolo, il frutto emette un suono netto, piacevole e forte, allora... non è buono. ■

Giorgio Donegani
www.giorgiodonegani.com



**ALTA
FORMAZIONE
CREATIVITÀ
PASSIONE
TALENTO**

**ISCRIZIONI
APERTE**



Titoli AFAM
di primo e di
secondo livello



Titoli equipollenti
alla laurea triennale L-12
Titoli di laurea magistrale



Titoli equipollenti
alla laurea triennale
L-03



Titoli AFAM
di primo livello

La Casa della Agricoltura alla Centrale dell'Acqua

*Un incontro dedicato a un confronto sul tema
della sostenibilità nelle produzioni agricole*

Giornata delle grandi occasioni alla Centrale dell'Acqua di Milano, un bellissimo posto che la Metropolitana Milanese gestisce sia per le scuole sia per comuni visitatori sia per ospitare pubblici convegni e iniziative diverse, dove si impara tutto sull'acqua: da dove viene, quanta ce n'è, dove va, se è buona (e lo è), come dobbiamo usarla senza sprecarla. Qui il 13 giugno la Casa della Agricoltura ha organizzato l'incontro "Agricoltura sostenibile: una sfida da vincere. Le produzioni vegetali". Successivi appuntamenti

completeranno il quadro della riflessione, a partire dal prossimo, dedicato al tema delle produzioni zootecniche.

**Un bel match
tra alta produttività
e rischi ambientali**

Ospiti di assoluto riguardo come relatori e, in sala,

presenze davvero molto autorevoli. Bastino per tutti Alberto Ancora, presidente di Federchimica-Agrofarma; Mario Vigo, imprenditore agricolo in Milano, già esponente di punta di Confagricoltura; Andrea Sorbello, responsabile delle relazioni esterne di Barilla; Stefano Moretti, responsabile della sperimentazione di Conserve Italia.

Il tema è complesso. Il tentativo dichiarato è stato quello di mettere a confronto, con gli agricoltori, il mondo della ricerca e quello delle imprese produttrici dei mezzi tecnici, in particolare della chimica agricola ma anche della meccanica (alla tavola rotonda del pomeriggio è intervenuto Sandro Liberatori, direttore di ENAMA, Ente Nazionale Meccanizzazione Agricola).

L'obiettivo era capire come

produrre per soddisfare una domanda alimentare crescente senza scardinare l'equilibrio ambientale del mondo. Sono stati fatti passi in avanti? La risposta è sì: non solo è possibile fare, ma si fa. La strada è lunga, ma si intravedono consapevolezza, risposta tecnologica e originali novità di intrapresa. In particolare mi riferisco: a una forte riduzione delle molecole in uso nell'agricoltura tradizionale; ai biostimolanti quali inediti fattori di crescita; a esperienze di agricoltura – denominata di "terza via" – interposta fra il biologico e il convenzionale. La politica agricola comune, la PAC, sempre più adotta un approccio vincolante di tipo agroambientale. E l'agricoltura di precisione, a fronte di un'accurata misurazione dei bisogni, è chiamata a dare una risposta altrettanto precisa e quindi efficace e di risparmio delle risorse naturali. Si è discusso di molto altro ancora. Certamente una buona giornata di lavoro. ■

Carlo Basilio Bonizzi
segretario@casagricoltura.org

**Tutte le relazioni sono
ospitate sul sito della
Casa della Agricoltura:
www.casagricoltura.org**



**A lato, una sala interna
della Centrale dell'Acqua,
situata in piazza
Dioleziano 5 a Milano.**

La variante umana della birra

Evocatore di atmosfere medievali germaniche, il mestiere del mastro birraio è in realtà una professione moderna e radicata anche in Italia

Succede da qualche anno a questa parte che si tenda ad associare un prodotto di largo consumo con la faccia (letteralmente) del titolare di questa o di quell'azienda: pastifici, mobilifici, banche...

Tra tutte queste facce da produttori, ce n'è stata una che più di altre si è fatta notare – anche se in realtà non era quella del titolare – per l'imponenza dei suoi baffoni, sempre sapientemente bagnati dalla bianca e pannosa schiuma della birra che copiosamente usciva dal boccale tenuto in mano.

Quell'omone vestito di verde ci trasmette da anni l'immagine rassicurante di un bevitore di birra, bonario e pacioso, restituendo alla bevanda una dimensione casalinga, di "fatta in

casa". Ora, sappiamo che non è esattamente così: quel marchio di birra è saldamente nelle mani di uno dei più grandi gruppi internazionali del pianeta Terra. La birra artigianale, invece, oltre ai grandi pregi che la contraddistinguono, ne ha uno in particolare che la rappresenta appieno: la riconoscibilità.

E qui non stiamo trattando di filiera o di tracciabilità ma di quella che mi piace definire "la variante umana della birra".

Dietro a ogni birra artigianale c'è il suo birraio, lo puoi conoscere, ci puoi parlare.

Ne puoi sentire la storia, le diverse preferenze, il percorso che ha seguito per arrivare a produrre la tua adorata *season* o una superba *weizen*.

Tante storie, un'unica passione

Marco Drago, nel libro "Baladin. La birra artigianale è tutta colpa di Teo" (2013, Feltrinelli) ci racconta la storia di Teo Musso, il birraio che ha costruito il suo feudo *Baladin* malgrado venisse da una famiglia delle Langhe, dove si producono baroli, non certo *witbier* o *belgian strong ale*.

Teo ha unito la spregiudicatezza dei giovani e la curiosità dell'imprenditore *in nuce* e se n'è andato in Belgio per imparare come fanno la birra da quelle parti; poi è tornato in Italia e se l'è prodotta al suo paese, Piozzo, nel Cuneese. Oggi credo possa orgogliosamente dire

di aver vinto la sua personale scommessa.

Nel libro "La Via della Birra" (2011, Aliberti), che mi vede tra gli autori, abbiamo raccontato le storie di oltre una trentina di mastri birrai sparsi qua e là lungo lo Stivale e le sue isole, scoprendo che la passione per la grande schiuma ha trasformato ingegneri, esperti editoriali, contadini, architetti, financo biologi e chimici in adepti della fermentazione, esperti della maltatura, fini conoscitori di luppoli: in due parole, in mastri birrai.

Fra questi potremmo citare qualche eccellenza, come l'ingegnere Nicola Perra che a Maracalagonis (CA) ha creato il Birrificio

A sinistra, il TeKu, un calice studiato per le degustazioni di birra artigianale. A destra, fiori della pianta del luppolo.

Sotto, Stephen Steve Dawson di White Dog Brewery e, nella foto accanto, un'immagine di gruppo con Teo Musso (secondo da sinistra) fondatore di Baladin.

Barley e – fra le altre – le sue meravigliose birre alla sapa (uno sciroppo d'uva che si ottiene dal mosto di uva bianca o rossa) di vitigni della sua Sardegna come il Cannonau, il Nasco e la Malvasia: birre premiate nei più importanti contesti a livello internazionale. Oppure il dottor Bruno Carilli, socio di *Toccalmatto*, che dopo una lunga militanza come super manager in aziende di mezza Europa decide finalmente di affidare le sue preziose esperienze e conoscenze al fervente mondo brassicolo artigianale italiano. Naturalmente facendo a modo suo, plasmando e trasformando gli stili a sua imma-

gine e somiglianza, un misto di rock e jazz.

Stephen Steve Dawson, inglese di Brighton, produce invece dal 2006 la sua birra sugli appennini modenesi, in una frazione della già piccola Guiglia, a pochi chilometri dalla più nota Zocca, terra natale di Vasco Rossi. Lui, che si è sempre occupato di editoria, non ha resistito all'atavico richiamo e ha deciso con Kelly, sua moglie, americana, di allestire il primo impianto in una piccola casa di pietra per poi acquistare un caseificio dismesso e aumentare la sua capacità produttiva. Potremmo definirlo il lieto fine di una favola, no?

Chi della birra ha fatto una

vera e propria ragione di vita – letteralmente – sono Michele Clementel e sua moglie Roberta, veterinario lui e biologa lei.

Dopo qualche anno passato ognuno a lavorare nel proprio specifico settore, hanno deciso di rivoluzionare la loro vita (e quella di qualcun altro) mettendo a disposizione la casa di Crevalcore (BO) per ospitare un'azienda agricola e zootecnica dove far lavorare ragazzi diversamente abili, affetti da patologie psichiatriche. Poco dopo, al fine di migliorare la produttività della cooperativa sociale FattoriAbilità, hanno deciso di allestire il piccolissimo Birrificio *Vecchia Orsa*

che oggi, dopo il sisma del 2012, dispone di un nuovo, più grande e più moderno impianto a San Giovanni in Persiceto (BO).

Passate di là, se potete: le loro birre ottengono premi nei più importanti contesti nazionali e una chiacchierata con Michele – che io amo definire "l'Oliver Sacks dei birrai" – è sempre un bell'ascoltare.

Si potrebbe continuare a lungo, ma credo si sia capito quanto di suggestivo e per certi versi epico ci sia anche dietro – oltre che dentro – la birra artigianale italiana, *la birra ad alto tasso di creatività*. ■

Luca Grandi

luca.grandi1@gmail.com



Sotto, Daniele Risi del Birrificio Vecchia Orsa e, a destra, Bruno Carilli di Toccalmatto, birrificio di Fidenza (PR).

Non sono fiori, quelli lassù, ma grappoli d'uva

Asprinio: si chiama così il vitigno campano a bacca bianca che cresce abbracciato ai pioppi e rischia l'estinzione

L'asprinio è l'unico vitigno autoctono dell'agro aversano, il territorio della provincia di Caserta noto in epoca romana come *Campania Felix*. «È una pianta millenaria» ci racconta Nicola Numeroso, tenace titolare della cantina *I Borboni*. «Luva ha un'acidità tra le più elevate esistenti e per questo si presta molto bene alla spumantizzazione». La lavorazione necessaria (la rifermentazione) porta infatti ad abbassare progressivamente l'acidità. Se in partenza è alta, si può ottenere uno spumante di maggiore qualità. «L'asprinio secondo alcuni fu trovato nel sud Italia dagli Angioini che cercavano un vitigno da spumante

per non "dipendere" dallo champagne francese; altri dicono si tratti di un vitigno greco importato dai Romani.»

Se non l'avete mai visto, ne resterete affascinati: abbracciato ad altre piante, l'asprinio si arrampica fino a 20 metri di altezza, dando vita a siepi impenetrabili. Prosegue Nicola: «Da 18, 20 metri... guardi giù, vedi la terra, le serre lontanissime... È l'unico esempio di vite maritata: così si chiama la forma di coltivazione che sposa vitigni ad alberi vivi, ancora esistente in Europa. Forse se ne possono trovare in Canada e in Australia... Se da un lato il DNA della maggior parte dei vitigni

non permette loro di arrampicarsi, dall'altro la vite maritata ha costi di gestione elevati e così una tradizione agricola millenaria sta scomparendo.»

La tecnica introdotta dagli Etruschi più di 2000 anni fa e battezzata dagli agronomi latini *arbustum gallicum* prevedeva che la vite crescesse o arrampicandosi su una singola pianta, o sviluppando i propri rami aggirandosi a funi d'acciaio tirate tra alberi disposti in filari. L'asprinio è un classico esempio di questa pratica di coltivazione, chiamata dagli agricoltori piantata o alberata: viene interrato in mezzo ad alberi, posti tra loro a 8 metri di distanza. Storicamente abbinato a pioppi (unione che tra l'altro dà vita al pioppino, un fungo locale molto saporito), oggi viene accoppiato a olmi e frassini perché hanno un ciclo vitale più breve e si rigenerano più in fretta.

Qual è l'origine della vite maritata?

Il nostro territorio è sempre stato costituito da appezzamenti di terra piccoli e per ricavarne il massimo, da un

punto di vista agricolo, si è pensato di far crescere la vite in altezza, e mettere tra i filari altre coltivazioni come pesche, prugne, albicocche. Ogni ceppo in questo modo produce circa 200 kg di uva, contro i 3 o 4 kg di un vitigno basso. In questo caso le piante, che devono sostenere meno grappoli, generano un'uva di qualità superiore, con percentuale zuccherina più alta. Ma per noi è importante il tema della salvaguardia. Vogliamo proteggere una forma autoctona e storica che rischia, da alcuni decenni, la scomparsa.

Si deve fare tutto a mano?

La forma di raccolta è rimasta quella originaria: si può definire eroica, ci vogliono coraggio e maestria. Scale di legno alte fino a 18 metri, larghe 30 cm e costruite su misura per ogni singolo agricoltore — perché la distanza tra i pioli deve essere identica a quella che c'è tra tallone e ginocchio di chi la usa — sono il simbolo di una tradizione millenaria che rischia di andare perduta. Con una delle gambe incastrate nella scala e le mani libere per le lavorazioni, la

raccolta viene fatta utilizzando un contenitore conico di vimini intrecciato, la fescina, che sale e scende lungo la scala, legato a una corda.

Con un peso di 80/90 kg e un baricentro che si trova a circa 9 metri dagli estremi, le scale appoggiate a terra non si riescono a sollevare, ma gli agricoltori esperti lo sanno e le muovono tenendole verticali, e sentendo il vento, diciamo noi. I vigneti sono vicini al mare, al massimo a una decina di chilometri. L'influenza dei venti marini in alcune fasi può disturbare... Per questo l'agricoltore esperto sposta la scala incastrandola tra spalla e testa e poggiandovi l'orecchio per accorgersi in tempo, grazie alle vibrazioni che percepisce, se "suscita il vento"...

Perché questa forma di coltivazione rischia la scomparsa?

Per due motivi. All'inizio degli anni '80 lo Stato, con un decreto legge di dubbia ispirazione, stanziò dei fondi per l'abbattimento delle cosiddette alberate o piantate. Per gli agricol-

tori divenne più redditizia l'eliminazione della vite maritata che la vendita dell'uva. Il secondo motivo è la manodopera. Il mercato valuta le uve da alberate o piantate uguali alle uve da vigneti bassi. Le due raccolte vengono pagate allo stesso modo. Servirebbe una sovvenzione statale, che rendesse "sostenibile" il trasferimento di conoscenza di questa antica tradizione; che permettesse agli anziani che fanno questo mestiere di guadagnare a sufficienza per lavorare e insegnare le tecniche. Le aziende da sole non possono farcela. L'alberata in sé viene già a costare dalle 8 alle 10 volte in più di un vigneto basso. Tutto richiede molto più tempo. Siamo rimasti solo in 7... Noi Borboni facciamo il 50% della produzione mondiale, che vuol dire 80.000 bottiglie... Numeri piccolissimi per ottenere visibilità... Ma, mai dire mai. ■

Marta Pietroboni

marta.pietroboni@cibiexpo.it

Nelle foto, scorci dei vitigni di asprinio, con alcune fasi della lavorazione.



LEONARDO mai visto



yesmilano.it

MILANO
Castello Sforzesco

16 maggio 2019
12 gennaio 2020

TENDENZE

Le spezie nella cucina cinese

*Continua il nostro percorso alla scoperta
degli aromi e dei sapori tradizionali della
millenaria cucina cinese*

Da migliaia di anni le spezie e le erbe vengono utilizzate in cucina per rendere le pietanze più gustose e profumate. Ma prima ancora di essere usate per il loro sapore, sono entrate a far parte della vita dell'uomo per le loro proprietà medicinali. In Cina in particolare, molto più che in altri Paesi, sono state impiegate prima di tutto per scopi curativi e solo più tardi come condimenti in cucina, proprio perché in Cina alimentazione e salute sono un connubio inscindibile. Per quanto riguarda l'utilizzo delle spezie in cucina, il popolo cinese vanta quindi una lunga tradizione, che varia però da regione a regione, a seconda delle caratteristiche del clima della zona. Per esempio, nelle aree più calde e umide del Paese si preferisce il piccante, che aiuta il fisico a sopportare l'umidità, così come in quelle fredde e in inverno viene utilizzato più zenzero che, secondo la Medicina Tradi-

zionale Cinese (MTC), aiuta a scaldare il corpo permettendogli di affrontare anche le temperature più basse.

I sapori che non possono mancare sulle tavole cinesi

Tra quelle immancabili troviamo senza dubbio la "polvere cinque spezie" (in cinese *wǔxiāngfěn* 五香粉 "cinque profumi"), composta da: pepe del Sichuan, semi di finocchio, cassia (conosciuta anche come "cannella cinese", appartenente alla stessa famiglia della più conosciuta "cannella di Ceylon"), chiodi di garofano e anice stellato. Si dice che questo mix racchiuda l'essenza di tutti i sapori che stanno alla base della cucina tradizionale cinese. Tra questi forse il più particolare e il meno conosciuto in Occidente è quello pungente del pepe del Sichuan, detto in cinese *huājiāo* 花椒, letteralmente "fiore" e "pepe", per la forma tipica della sua

bacca che ricorda quella del pepe nero. Questa spezia è l'ingrediente principe della rinomata cucina del Sichuan. Con il suo leggero aroma pungente e allo stesso tempo rinfrescante, ha effetti benefici sul corpo, lo riscalda, dà sollievo ai dolori reumatici e stimola la circolazione del sangue.

Un altro ingrediente di cui i cinesi non possono fare a meno è il coriandolo (*xiāngcài* 香菜), il cui nome significa "erba profumata".

Questa pianta aromatica è una delle poche erbe fresche utilizzate in cucina e considerata fondamentale soprattutto per guarnire e insaporire le pietanze per via del suo gusto molto intenso e del suo colore acceso. ■

Valentina Talia
Istituto Confucio
dell'Università
degli Studi di Milano

Lo zenzero (foto in
alto) e la "polvere
cinque spezie"
(a destra) sono
immancabili nella
cucina cinese.



Tra magie e storie della Murgia

Un'idea per le vacanze? Scoprire, insieme ad Arcobaleno in Dispensa, un territorio ricco di fascino, storia e golose tradizioni enogastronomiche

Fondato grazie all'esperienza di *Dispensa dei Tipici*, il progetto *Arcobaleno in Dispensa* nasce dall'amore per la Puglia e la Basilicata e dal desiderio di alcuni professionisti di creare connessioni tra l'agroalimentare, l'artigianato e l'arte. Con questo obiettivo si organizzano infatti periodicamente esperienze, incontri e focus tematici in cui promuovere il concetto di unione tra chi lavora nei settori che rendono vivo il territorio, invitando i produttori a condividere spazi temporanei, itineranti e replicabili e a raccontarsi al pubblico. Perché, secondo la filosofia di Arcobaleno in Dispensa, è "prodotto tipico" tutto ciò che è legato a un'area geografica specifica, non solo il vino e il cibo, bensì anche l'arte e l'artigianato. Educando alla conoscenza dei luoghi e diffondendone le storie, s'invita il pubblico a diventare consumatore, poi turista e viaggiatore, invogliandolo a scoprire i territori di produzione, le aziende e le persone, le culture e le tradizioni.

Crocevia di culture, cuore pulsante del Mediterraneo

Se quest'estate sarete in zona, o se programmate qualche viaggio durante l'anno, perché non approfittarne per scoprire la Murgia, o le Murge? Verrete catturati

dalla bellezza e dal carattere di questo micro territorio, situato al confine tra la Puglia e la Basilicata, che tocca le province di Bari, Brindisi, Barletta-Andria-Trani, Matera e Taranto. Rimarrete stregati dalle dolci colline che dagli Appennini digradano verso i mari Adriatico e Jonio: una piccola Toscana a detta di qualcuno, sicuramente un crocevia per tutti i popoli che dovevano attraversare il Mediterraneo e che qui hanno lasciato tracce importanti, oggi visitabili girovagando tra borghi dalla connotazione medievale e campagne disseminate di vigneti, oliveti, mandorleti, campi di grano e allevamenti di mucche e pecore.

Esperienze di visita e di degustazione

Ogni prima domenica del mese, Arcobaleno in Dispensa raccoglie in un unico "menu" le esperienze utili a scoprire le magie e le storie della Murgia: un viaggio da Bari a Matera, passando per i territori del vino Primitivo e della mozzarella; da Trani a Brindisi tra il mare Adriatico e gli ulivi secolari; da Gravina e Altamura fino a Taranto, per addentrarsi in profondi canyon che solcano i campi di grano... Che aspettate a partire? ■

Nico Paulangelo
www.dispensadeitipici.it



Dall'alto:
il porticciolo
di Giovinazzo a
Bari; uno scorcio
del centro storico

di Locorotondo
(BA), nella Valle
d'Itria; gli alberelli
di Primitivo,
nell'area di vini

DOP Gioia del
Colle; il Pallone,
formaggio tipico di
Gravina in Puglia e
presidio Slow Food.

DISPENSA DEI TIPICI
www.dispensadeitipici.it

Arcobaleno in DISPENSA
www.arcobalenoindispensa.org

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.

CiBi

è anche social...
seguici!

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



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 COMMITENTE



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



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