

CiBi



Con il Patrocinio di

Milano



Comune di Milano



**Arte
e scienza
del cibo**

Periodico gratuito
Anno 5 - n.4
13 aprile 2017
www.cibiexpo.it



centro studi
anticontraffazione

**Uova di Pasqua:
i trucchi
del pasticciere**

**Alberto di Grésy
e il vino nobile
delle Langhe**

**La scienza
del packaging**



**Fare il pieno
di biometano
al depuratore**



DOMENICA

14

MAGGIO

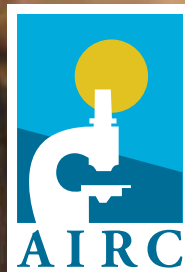
PER LA FESTA DELLA MAMMA REGALA
L'AZALEA DELLA RICERCA®
 PER SAPERE DOVE TROVARLA: AIRC.IT - 840.001.001*



Anna è mamma e ricercatrice AIRC.
 Marco e Tommaso
 le hanno fatto un regalo.
 Scopri la loro storia
 e tutte le altre su airc.it

CONTRO IL CANCRO, IO CI SONO.

Rendiamo il cancro sempre più curabile.



*Uno scatto da tutta Italia, attivo a partire dal 26 aprile, 24 ore su 24.

EDITORIALE

Imparare a degustare si può

Capire se un vino è più o meno buono non è alla portata di tutti, ma imparare a degustare si può, e non occorrono doti straordinarie, basta seguire le indicazioni degli esperti e accumulare esperienza. Godendo così a pieno di uno dei grandi piaceri della tavola. Con moderazione, visto che l'ideale sarebbe: due bicchieri al giorno per gli uomini, uno per le donne, zero fino a 18 anni. Perché l'eccesso di alcol provoca danni sia all'individuo sia alla collettività.

Un esempio famoso riguarda l'Inghilterra del Settecento. Il gin, un'acquavite di cereali al ginepro, divenne in quel periodo tanto popolare da trasformarsi in una vera e propria calamità sociale, con un forte aumento del tasso di alcolismo nella

popolazione più povera e drammatiche conseguenze di ordine pubblico. Modico prezzo, tasso alcolico elevato, il gin a Londra arrivò a rappresentare per intere famiglie un'alternativa a buon mercato al cibo. Le insegne dei locali strillavano: *Drunk for a penny, dead drunk for two pence* ("ubriaco con un penny, ubriaco fradicio con due").

Un ricordo lontano ma istruttivo: bere molto e male produce disastri. Farlo bene, approfittando dei tanti nostri straordinari vini, impreziosisce l'esistenza. Un intenditore, il grande scrittore Johann Wolfgang von Goethe, sosteneva: "la vita è troppo breve per bere vini mediocri". ■

Paola Chessa Pietroboni

direzione@cibiexpo.it



Ben fatto Cosa c'è dietro l'uovo di Pasqua?

di Marta Pietroboni

Talent scout Antonio Scarantino, una "promessa" mantenuta

di Toni Sàrcina

Ricerca e innovazione La ristorazione del futuro: da MasterChef allo chef sostenibile

di Ettore Capri

La scienza del packaging

di Alessandro Caviglione

A porte aperte Un pranzo nel sole di Milano, all'ombra del Caucaso

di Alessandro Caviglione

Storia del cibo Lo "Spezzatiello" del Duca

di Toni Sàrcina

Il pane: buono, sacro, fondamentale

di Toni Sàrcina

Protagonisti Alberto e le Tenute Cisa Asinari dei Marchesi di Grésy

di Chiara Caprettini

I segreti della spesa Profumo di pane

di Carmen Rando

Alimentazione e salute Il pane: una preziosa fonte di energia

di Giorgio Donegani

Tendenze L'export italiano cresce

di Alessandro Caviglione

Grani antichi, un ritorno alle origini?

di Marina Villa

Olio Capitale 2017

di Toni Sàrcina

Ancora assillante per molti Italiani il problema lavoro

di Marta Pietroboni

A proposito di acqua Un pieno di biometano da ciclo idrico

Hanno collaborato a questo numero

Banco Alimentare

Una rete di 21 organizzazioni locali coordinata da Fondazione Banco Alimentare onlus che, ogni giorno, combatte lo spreco di cibo ancora buono recuperandolo dalla filiera agroalimentare (industria, mercati, ristorazione collettiva e commerciale, GDO, ecc.) per donarlo alle persone in difficoltà. Da 21 anni organizza a fine novembre la "Giornata Nazionale della Colletta Alimentare".

Ettore Capri

Professore ordinario di Chimica Agraria Ambientale presso l'Università Cattolica del Sacro Cuore di Piacenza. È direttore di OPERA, Centro di Ricerca per lo Sviluppo sostenibile in agricoltura, ed esperto presso l'Autorità europea per la Sicurezza alimentare EFSA. Con i colleghi di Agraria, Giurisprudenza ed Economia ha organizzato CaffExpò, il primo caffè scientifico-letterario europeo dedicato a sicurezza alimentare e sviluppo sostenibile.

Giorgio Donegani

Tecnologo alimentare esperto di nutrizione, direttore scientifico della *Fondazione italiana per l'Educazione alimentare*. Già membro del Comitato "Scuola e Cibo" del MIUR, che ha definito le linee guida per l'educazione alimentare nella scuola italiana.

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 per i personaggi di Cipputi di Altan e del Signor Rossi di Bozzetto. Molti i lavori per l'editoria e per la Scuola di Fumetto.

BEN FATTO

Cosa c'è dietro l'uovo di Pasqua?

Dentro c'è la
sorpresa, e
dietro qualche
trucco...

La tradizione
dell'uovo di
cioccolato risale
a 2 o 3 secoli fa,
ma è destinata a
durare, grazie al
lavoro di pasticceri
e industria.
Con qualche
accorgimento,
lo si può fare
anche a casa.

Ci vogliono tempo e passione per imparare a fare le cose bene. Per questo, per scoprire come si fa un uovo di Pasqua artigianale, abbiamo scelto di entrare nella bella pasticceria *Panzerà*, a Milano. Il negozio è nuovo, ma la storia della famiglia è lunga: ai primi del '900 il trisnonno di Lorenzo, l'attuale proprietario, iniziò con la produzione dei panettoni. A quelli, nel tempo, si sono aggiunte altre prelibatezze, proprio come le uova di Pasqua!

Fare l'uovo... di cioccolato

Ecco come si fa in pasticceria o, con qualche attenzione in più, in casa. Prima di tutto bisogna scegliere il tipo di cioccolato: fondente, al latte

o bianco. Nel caso si opti per il cioccolato fondente è importante controllare la percentuale di cacao presente nella tavoletta. Il nostro pasticcere ci consiglia quello con il 58% di cacao. Selezionato il cioccolato, bisogna renderlo liquido e portarlo a una temperatura compresa fra i 30 e i 31 °C.

Davanti a noi c'è una macchina, nuova ci dicono. È una "temperatrice". Che fa? "Mangia" le tavolette di cioccolato, le scioglie, fa colare il cioccolato fuso da una sorta di rubinetto in una vasca e qui lo mescola lentamente, portandolo a temperatura. La stessa operazione si potrebbe in realtà compiere manualmente. Ciascuno di noi, con un banale pentolino e un termometro da cucina, potrebbe "temperare" il cioccolato a casa propria. Con un'accortezza. Non è infatti sufficiente riscaldarlo e raffreddarlo, per ragioni chimiche di cristallizzazione: si deve sciogliere il cioccolato in un pentolino a fuoco bassissimo perché non attacchi e lo si deve portare oltre i 44 °C, per poi farlo raffreddare sotto i 28 °C, e infine

rimescolare e riscaldare nuovamente, per arrivare a 30-31 °C. Ora si è a buon punto: non resta che colare una piccola quantità di cioccolato fuso in entrambi gli stampi, al fine di creare il guscio del nostro uovo. Lo strato di cioccolato dovrà essere sottile, ma resistente. Come ottenere: dondolare lo stampo con pazienza, in modo da distribuire il

liquido uniformemente. Quindi mettete tutto in frigorifero per 10'. Gli stampi possono essere di plastica, gomma, o acciaio, a scelta; infatti, essendo temperato, il cioccolato rimarrà in ogni caso liscio e scuro.

Due metà per un intero di dolcezza

L'operazione che richiede più precisione è l'ultima, la "saldatura" delle due metà. Tolto il cioccolato dal frigo, dovrete scegliere un piatto o una teglia con la superficie liscia e sufficientemente grande, da scaldare qualche minuto in forno. Quando sarà calda, posatela su un piano e appoggiateci sopra prima una e poi l'altra metà dell'uovo, con la cavità verso il basso, compiendo piccole pressioni e movimenti circolari, al fine di sciogliere e levigarne i profili. Fatto questo, avvicinate e unite le due metà, avrete tra le mani un lucidissimo e profumato uovo pasquale. ■

Marta Pietroboni

marta.pietroboni@cibiexpo.it

CiBi

I contatti della redazione

CiBi

Arte e scienza
del cibo

Periodico gratuito

Anno 5 - n. 4

Milano

13 aprile 2017

Direttore responsabile:
Paola Chessa Pietroboni

Art director:

Marco Matricardi - matricardi@fastwebnet.it

Caporedattore:

Carmen Rando - carmen.rando@cibiexpo.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

Consulenza scientifica:

Ettore Capri - Ordinario di Chimica agraria - ettore.capri@unicatt.it

Giorgio Donegani - Direttore scientifico della

Fondazione Italiana per l'Educazione Alimentare

www.giorgiodonegani.it

Flavio Merlo - Sociologo - flavio.merlo@unicatt.it

/ flavio.merlo@cibiexpo.it

Fotografia:

Chiara Visconti

Immagini di copertina:

foto di Alberto di Grésy;

minimali dall'alto in basso di Chiara Visconti,

Gruppo CAP

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 - Pignoli Group Printing

Divisione; Loreto - Bologna

Stampato su carta patinata opaca 90 gr BURGO

UNO PRIME MATT.

Registrazione: n. 104 del 3/04/2013

presso il Tribunale di Milano

© 2017 Cibi srl

È vietata la riproduzione anche parziale di testi, grafica, immagini e spazi pubblicitari senza l'autorizzazione dell'Editore. L'Editore dichiara la propria disponibilità a regolarizzare eventuali omissioni o errori di attribuzione.

Commerciale:

Matteo Toia

cell. 360 883149 - matteothink@gmail.com

Pubbliche relazioni:

Marta Pietroboni - marta.pietroboni@cibiexpo.it

Visita il nostro sito www.cibiexpo.it

Troverai approfondimenti, contenuti extra e la versione digitale dei numeri precedenti di CiBi.

Nella prossima uscita: Orietta Berti, non solo canzoni...



Commanderie des Cordons Bleus de France

Delegazione Italiana - Congresso 2017 - 50° anniversario
Milano 19 - 20 maggio

Tema del convegno di venerdì 19 a Palazzo Isimbardi:
"Comunicazione alimentare: pregi e difetti"

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 che promuove:

- la tradizione gastronomica di ogni area nazionale e regionale
- la qualità della preparazione professionale negli esercizi pubblici
- la cultura nella gastronomia con i riferimenti storici e i legami con l'alimentazione moderna
- la diffusione della conoscenza dei prodotti di qualità delle singole aree.

Come si diventa Commandeur

Occorre essere presentati da due soci, partecipare ad alcune manifestazioni e quindi, prima di ricevere l'investitura, realizzare una monografia dedicata a un argomento attinente al settore alimentare.

Non possono far parte dell'Associazione i professionisti della ristorazione, salvo eccezioni. L'investitura dei nuovi Commandeurs avviene in occasione del congresso nazionale con una cerimonia semplice, durante la quale il nuovo socio commenta brevemente la monografia presentata. Al termine il Presidente della Commanderie consegna il diploma e il piccolo ruban (nastro) che riproduce lo stemma dell'Associazione.

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



TALENT SCOUT

Antonio Scarantino, una "promessa" mantenuta

Parlando con lui, si avverte subito la passione per la sua professione e si capisce che la "respira" a pieni polmoni. Un percorso di vita e professionale veramente interessante



Nato a Palermo nel 1988, Antonio Scarantino è oggi un giovane di grande talento e di bell'aspetto, molto aperto e disponibile. Ben presto trasferito con la famiglia in Baviera, dopo l'arrivo della nonna, grande cuoca familiare, iniziò ad amare la cucina con personali, seppure infantili, interpretazioni, già piuttosto apprezzate. In quel periodo, ciò che lo attirava molto era il momento della spesa, sempre con l'amatissima nonna che gli insegnò le regole per gli acquisti e per i dosaggi, cosa che si rivelerà alquanto utile per la sua attività futura. Naturalmente, iniziò e concluse gli studi all'Istituto Alberghiero a Monaco di Baviera e, subito dopo, cominciò l'attività pratica, dapprima nel ristorante di uno



Al ristorante AlMare atmosfera elegante, ma in grande semplicità. Menù di pesce sfizioso e raffinato, piatti elaborati con cura e massima attenzione alla qualità della materia prima.



Carta d'Identità

AlMare
Via Ruggero Ruggeri 2
Fano (PU)
Tel. 0721 969727
www.ristorantealmare.it
Chiusura settimanale:
domenica sera e lunedì

pratica le idee innovative e realizzare il suo sogno.

E l'occasione si presenta, naturalmente non per caso, nel 2014, nelle Marche, precisamente a Marotta, località balneare in provincia di Pesaro-Urbino dove, insieme alla socia Simonetta Biagiotti, attraverso la ristrutturazione di una vecchia cascina, dà vita al RistoTrattoria La Paglia che già dal nome fa presagire un grande successo. Qui Antonio inizia un nuovo e ambizioso percorso: cucina di pesce d'alto livello, con utilizzo di prodotti di grande qualità e a costi accessibili. Non è semplice ma, già dai primi momenti, si capisce che la strada imboccata è quella giusta e la clientela,

sempre più numerosa e costante, gli dà ragione.

Vale bene una deviazione... AlMare

Dopo oltre tre anni, ecco un ulteriore salto di qualità: il trasferimento in un'altra struttura, quasi sul mare, a Fano. La nuova insegna è esplicativa: AlMare. Dopo solo sei mesi dall'apertura, il locale è diventato un punto di riferimento dell'Adriatico marchigiano: chi desidera una bella esperienza di pesce e di cucina ben fatta, prenota e spesso diventa un cliente abituale, curioso di seguire a tavola tutte le evoluzioni di Antonio, dalle nuove creazioni ai piatti della tradizione marinara marchigiana, in versioni personalizzate e di sicuro gradimento.

È indubbiamente un indirizzo da tenere in evidenza e se, per caso, ci si trovasse a percorrere la strada adriatica, sarebbe ideale una deviazione a Fano per fermarsi da Antonio Scarantino, che, sicuramente, per il futuro ci riserverà altre piacevoli sorprese. ■

Toni Sàrcina

altopalato@altopalato.it
www.altopalato.it

Chi ama il cibo non lo spreca

LO SPRECO DI CIBO

1/3

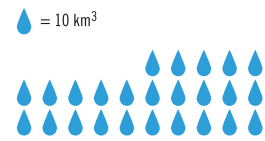
del cibo prodotto viene perso nel lungo percorso dal campo alla tavola.



250

km³

di acqua sono stati impiegati per produrre il cibo destinato al cestino.



28

%

della superficie agricola mondiale è coltivata per produrre cibo che viene buttato via.



LO SPRECO FUORI CASA

Al settore ristorazione è attribuito il 14% dello spreco medio a livello europeo

Per l'eccessiva dimensione delle porzioni di cibo servito che in parte viene lasciato nel piatto.



Per la difficile pianificazione degli acquisti alimentari, che si complica ulteriormente con il menù fisso e il servizio a buffet.



Per la scarsa diffusione delle pratiche che consentono ai clienti di portare a casa gli "avanzi" del proprio pasto.



RicibiAMO!

Cosa significa portare RicibiAMO nel vostro ristorante?

Partecipare a momenti di formazione e informazione per aumentare conoscenza e consapevolezza sul tema dello spreco.



Ridurre lo spreco in cucina e in sala attraverso misure pratiche ed efficaci e condividendo esperienze virtuose.



Fare rete e coinvolgere i clienti in percorsi di sostenibilità, condividendo intenti e strumenti tra cui la "family box" RicibiAMO (ma non solo!)



Sei interessato a far parte della rete dei ristoranti virtuosi di RicibiAMO? Contattaci: INFO@PIACECIBOSANO.COM - T. 333/5729331
Sei un cliente? Scegli i ristoranti che aderiscono a RicibiAMO: WWW.PIACECIBOSANO.COM

Seguici su:



Stampato nel pieno rispetto dell'ambiente e su carta riciclata.

La ristorazione del futuro: da MasterChef allo chef sostenibile

Circa un terzo del cibo che ogni anno viene prodotto e destinato al consumo umano finisce nella spazzatura...

È ancor più raccapricciante scoprire che il nostro spreco corrisponde alle esigenze alimentari dell'intera popolazione africana... Ma perché sprechiamo tanto cibo? Gli studi evidenziano che le perdite avvengono lungo tutta la filiera, non solo in Italia ma in ogni parte del mondo. Tuttavia, è la gastronomia il semaforo rosso più rilevante, sia quella domestica, sia quella della ristorazione commerciale. Il motivo? Perché è proprio in questa fase del ciclo di vita dell'alimento che il consumatore opera le scelte di acquisto, di trasformazione, di conservazione, di presentazione e di convivialità che spostano l'ago della bilancia verso azioni di gestione responsabili o irresponsabili. Lo spreco non è solo il bidone dell'organico raccolto quotidianamente, ma è la serie di conseguenze delle nostre scelte che si propagano all'interno della filiera. In genere ne siamo inconsapevoli, sosteniamo ad alta voce che la responsabilità è solo degli agricoltori,

del mercato, della grande distribuzione e delle multinazionali, ma siamo molto poco educati sull'argomento. Se ci misurassimo con le mense scolastiche dei nostri figli o con i ristoranti ne vedremmo delle belle.

Lo chef etico e l'educazione alimentare

Alcuni ristoratori hanno iniziato veri percorsi di sviluppo sostenibile secondo una metodologia scientifica comprensibile, che possa essere comunicata oltre il piatto e oltre la cucina. Il movimento *Care's* (www.care-s.it) attraverso i suoi "Care days" intende fare luce sull'argomento e, a mio avviso, apre una nuova era di chef, stellati e non, che intendono svolgere un ruolo di responsabilità sociale e di condivisione di valori oltre i contest televisivi. Se ne accorgono anche la scuola *ALMA*, che apre il



Sopra, gli chef di Care's che hanno partecipato all'incontro presso l'Hotel Rosa Alpina di San Cassiano (Bolzano).

primo convegno sull'argomento a giugno (www.alma.scuolacucina.it/next_generation_chef/studiare_cucina_cucinare_scuola_congresso_biennale.aspx), e così pure le organizzazioni non governative, come *PiaceCiboSano* (www.piacecibosano.com/it/projects/Ricibiamo.5/) che è partito

che richiedono un approccio multidisciplinare e partecipativo. Non è questione di stelle e di divise, siamo tutti consumatori e responsabili della storia del cibo. Lo chef etico potrebbe essere un importante educatore, se rigoroso nelle argomentazioni, trasparente nella tracciabilità delle sue azioni, se adotta linee guida condivise sugli obiettivi di sostenibilità locale e globale. Vedremo se avremo chef davvero moderni in questo senso. ■

Ettore Capri
Ordinario di Chimica
Agraria Ambientale
ettore.capri@unicatt.it

ALMA, la Scuola Internazionale di Cucina Italiana a Colorno (PR), ha 3 principi ispiratori: integrità, correttezza, riservatezza. Con il suo Codice Etico ALMA intende promuovere un comportamento rispettoso e socialmente responsabile. Nella foto, il Palazzo Ducale, sede della Scuola.



Un progetto di

Piace
CIBO SANO

In collaborazione con IREN
comitati territoriali di Parma e Piacenza

iren

Con il supporto scientifico di

UNIVERSITÀ
CATTOLICA
del Sacro Cuore



Con il contributo di

comieco
Comitato Interregionale per la Ricerca e l'Innovazione



La scienza del packaging

Un termine commerciale d'origine anglosassone, ormai entrato nell'uso corrente. Ma in campo alimentare, che cosa rappresenta oggi l'imballaggio, il packaging appunto, e come si sta evolvendo?

L'imballaggio di beni alimentari nasce dall'esigenza di spostarne il consumo nel tempo e nello spazio. Dalle anfore da vino dei tempi antichi alle patatine del distributore automatico, l'imballaggio non può staccarsi da questa sua funzione primaria: trasportare nel tempo e nello spazio. Far viaggiare il cibo senza il rischio di compromissioni implica facilità di stoccaggio, praticità di spostamento, protezione del contenuto da urti, contaminazioni e danneggiamenti, e comporta maggiori possibilità di com-

mercio. Però il *packaging* alimentare non è solo questo: la tecnologia sta progredendo a passi da gigante e nel futuro prossimo potremo aspettarci non poche innovazioni radicali. Che cos'è oggi il *packaging* alimentare e dove sta andando? Ce lo spiega Loredana Incarnato, docente di Scienza e tecnologia dei materiali all'Università di Salerno.

Quanto il *packaging* influenza la qualità degli alimenti?

Il *packaging* svolge un ruolo fonamen-

tale sia nel mantenere la qualità degli alimenti che nel prolungamento della loro *shelf-life* (ovvero la loro durabilità nel punto vendita, *ndr*). Questi benefici si possono ottenere con imballaggi ad alta barriera, per alimenti sensibili all'azione degradativa di fattori fisico-ambientali, gas, vapore, luce. Ma anche l'idea di "barriera" viene rivoluzionata dagli imballaggi attivi di recente sviluppo. Questi *packaging* alimentari sono



capaci di interagire dinamicamente con l'alimento e lo spazio di testa delle confezioni, quello cioè tra l'alimento e l'involucro, assorbendo o rilasciando diverse sostanze come l'ossigeno, l'anidride carbonica, l'etilene oppure sostanze microbiche, modulando anche l'evoluzione dei processi metabolici, cioè le reazioni chimiche, del prodotto e alzandone di conseguenza la qualità.

Questi imballaggi attivi sono già una realtà?

In Italia le applicazioni sono ancora limitate, mentre, per esempio, in Giappone sono già molto diffuse. Sul territorio nazionale la normativa è una delle più stringenti a tutela della salute del consumatore. Il contatto alimentare di un materiale viene approvato e recepito dalla legge (regolamento CE n.450/2009) solo quando si è assolutamente certi che il materiale non influenzi la salute del consumatore.

E per quanto riguarda l'ecocompatibilità degli imballaggi?

Negli ultimi anni la consapevolezza dei consumatori è aumentata. Anche su questo ci vuole chiarezza. Quando parlo di "ecocompatibilità" dell'imballaggio non intendo solo materiali biodegradanti: l'ecocompatibilità comprende diverse strategie, sia che lo stesso materiale utilizzato risulti biodegradabile, sia che la sua composizione si rifaccia a risorse rinnovabili e quindi di facile riciclo (si pensi alle bottiglie in PET). Un'altra strategia è ridurre la materia prima in fase di



produzione. Ecocompatibilità, quindi, significa seguire una di queste tre strade, verso le quali ci stiamo spingendo sempre di più, ma attualmente i polimeri bio a disposizione hanno caratteristiche fisiche e meccaniche inferiori rispetto ai polimeri sintetici utilizzati (molti dei quali, appunto, facilmente riciclabili). Le pellicole ad alta barriera, per alimenti con una lunga *shelf-life*, non possono essere sostituite con pellicole biodegradabili perché non hanno le stesse proprietà: in genere fanno passare più ossigeno e sono sensibili agli agenti esterni.

Oltre alle barriere logistiche, esistono anche ostacoli dati dal costo?

Attualmente il polimero bio più utilizzato è il PLA, *acido polilattico* (è il polimero dell'acido lattico, *ndr*), che può essere utilizzato con le stesse macchine dei normali polimeri, in generale più facilmente degradanti. I costi, però, sono ancora troppo elevati.

Dal punto di vista dell'impronta ambientale di produzione, questi polimeri, chiamati "green" o "bioplastiche", sono davvero a "impatto zero"?

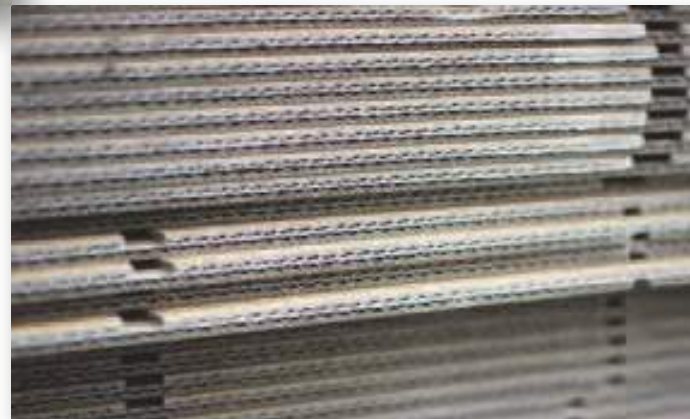
In generale lo sono, anche perché non si ricorre al petrolio. Da questo punto di vista hanno un valore aggiunto. Bisogna tuttavia lavorare ancora per aumentarne le prestazioni e le proprietà, per mettere a punto effettivamente dei materiali che possano competere con i polimeri sintetici.

I PET, le plastiche in generale, quando vengono riciclate e quindi ri-fuse, non generano un rifiuto ambientale, un gas o anche solo semplice CO2?

Le plastiche più pericolose in questo senso (per esempio la diossina) sono quelle che contengono cloro, mentre polietilene e polipropilene sono quelle che, quando vengono rilavorate, non producono alcun fumo dannoso, diversamente dal polivinilcloruro, il famoso PVC: ci vuole una particolare attenzione e un controllo diretto sugli impianti, cosa che non sempre accade. Per esempio, la qualità di PET riciclato per le bottiglie è ottima: in Australia e in altri Paesi si fanno bottiglie con il 100% di PET riciclato.

Come sarà il *packaging* alimentare nei prossimi 5 anni? Ci saranno cambiamenti?

Diciamo che quello del *packaging* alimentare è un settore davvero molto dinamico. Le tecnologie attive avranno un incremento, mi aspetto un



salto, frutto anche di una diversificazione di approcci... in futuro potremmo avere un *packaging* addirittura 'mangiabile'. In 5 anni sicuramente andremo verso un'evoluzione tra tecnologie attive e un maggiore utilizzo di polimeri biodegradabili. Ultimamente, negli imballaggi, stiamo assistendo a un passaggio dai rigidi ai flessibili. Si sta studiando moltissimo il riciclo perché le plastiche elastiche si riciclano piuttosto bene. Ma il problema è che se lo faccio con una plastica che contiene le impurità di altre plastiche, la qualità finale del prodotto sarà scadente. La ricerca sta ottimizzando le varie tecnologie, utilizzando un solo materiale e, se si riuscisse a fare una struttura complessa, multifunzionale, solo con una base di PET, non ci sarebbero più grossi problemi nel riciclo. ■

Alessandro Caviglione
alessandro.caviglione@cibiexpo.it

Il packaging non va considerato solo come un costo ambientale: un imballo adeguato infatti contribuisce a evitare sprechi e ad aumentare la qualità del cibo.



Attualmente il polimero biodegradabile più utilizzato è il PLA (acido polilattico) ottenuto dal mais, come la maggior parte dei polimeri biodegradabili,

che risultano meno stabili agli stress termici e meccanici. Bisogna ancora lavorare per aumentare le prestazioni di questi materiali e renderli competitivi.



IL PANE FATTO IN CASA

NON È MAI STATO COSÌ FACILE

Più di 100 ricette, tutte provate nella cucina di casa, sia dolci sia salate, con il lievito madre e quello di birra, per sbizzarrirsi nell'arte della panificazione divertendosi.

292 pagine | ISBN 978 88 99059 30 9 | Euro 24,50



Un pranzo nel sole di Milano, all'ombra del Caucaso

In una pigra domenica della periferia milanese, ho sentito i gusti e i profumi di Tbilisi, pranzando lautamente a base di khachapuri

Da anni si conoscono ceppi batterici capaci di digerire idrocarburi, così come l'evoluzione che ha portato allo sviluppo di organismi dalle strane abitudini alimentari come le piante carnivore o le mosche... ma fra tutti gli animali del creato, dal punto di vista alimentare, lo "studente fuori sede" è forse quello più strano e curioso. Facendo parte del suddetto tipo umano ho visto molti miei simili, eterni procrastinatori della spesa (per pigrizia e situazione finanziaria), vedersi costretti a spalmare ketchup avanzato sul pane dell'altro ieri e chiamare il prodotto "cena". Io no, non sempre almeno.

Immaginate una pizza, immaginatela buona: un piatto speciale da condividere a una tavola imbandita, dove è tanto facile sedersi quanto difficile, poi, alzarsi dopo il caffè.

Convivenza multiculturale
Vivo a Milano e in casa siamo in 8: 2 italiani, 1 bulgaro, 4 georgiani. E lei, Marina Iakobashvili, madre di 2 di loro, spesso artefice di grandi piatti con i quali ci fa sentire tutti un po' meno abbandonati. Grazie a lei, nel sole di una pigra domenica milanese, ho sentito i gusti e i profumi di Tbilisi, pranzando a base di *khachapuri*, il pane-pizza al formaggio, piatto nazionale georgiano. La giornata è iniziata con la bella sor-

presa di un cestino ricolmo di polpette di verdura fritte, dal sapore delizioso, un po' speziato, che ho (forse profanamente) accompagnato con un tazzone di caffelatte.

Per pranzo si mangerà l'*Acharuli khachapuri*, versione molto diffusa del piatto tipico, proprio della regione di Achara, sul Mar Nero, e costituito da un impasto del tutto simile a quello di pane e pizza. La forma è quella di un vascello, necessaria per contenere in fase di cottura in forno una generosa "fonduta" di formaggi: l'*Imeruli*, salato a pasta morbida tipico dell'Imereti, e il *Sulguni*, altrettanto morbido, ma senza sale.

Un indicatore dell'economia nazionale

Secondo uno studio del 2009 condotto dall'Università della Georgia, l'88% dei cittadini georgiani preferisce il *khachapuri* alla pizza. Questo pane al formaggio è così fondamentale nello stile di vita georgiano che è stato creato il "*khachapuri index*", un indicatore economico basato sulla differenza di prezzo per unità, nel tempo e nello spazio, proprio della pietanza nazionale.



L'abile lavoro di impasto scivola velocemente verso il momento dell'infortuna: presto la casa si inonda di un delizioso profumo di formaggio e di pane casereccio. Estratti dal forno i nostri "vascelli", prendiamo un uovo a testa e lo aggiungiamo a crudo sul formaggio ancora bollente, insieme a una noce di burro. Mescolando l'inusitata "fonduta", un concerto di aromi si sprigiona: ci sediamo intorno al tavolo e tutti insieme iniziamo a rompere con le mani tozzi di impasto dal bordo, per "fare scarpetta" del delizioso ripieno. Niente di leggero, certo... Perfetto, però, per condividere un'ora felice con le persone giuste! ■

Alessandro Caviglione
alessandro.caviglione@cibiexpo.it

Lo "Spezzatiello" del Duca

Per il pranzo di Pasqua, ecco un'antica e gustosa ricetta di Ippolito Cavalcanti duca di Buonvicino, discendente del celebre Guido Cavalcanti, amico di Dante e poeta del Dolce Stil Novo

Con la sua opera *Cucina teorico pratica* del 1837 il Duca seppe fotografare una parte rilevante della cucina napoletana dell'Ottocento. Suddivise il manuale in due parti, compiendo un itinerario attraverso i diversi ceti sociali, fatto inusuale al tempo. La prima sezione fu redatta in lingua italiana, per nobili e ricchi borghesi, la seconda in vernacolo napoletano, utilizzato correntemente dal popolo e dalla piccola borghesia.

"Spezzatiello d'agnello"

(testo originale)

Piglia la carne d'agnello la farraje pure piez'piez' e

la farraje zoffriere dinto a no tiano, o cazzarola co la nzogna, lo sale, e lo pepe, quanno s'è bona zoffrita, e s'è asciuttata tutta l'acqua che caccia, nce miette no poco de presutto e petrosino ntretato, farraje no sbattuto d'ova e caso grattato, nce lo mbruogl' e buotarraje sempe co la cocchiara, azzò l'ova non s'azzeccano, e se facessero na frettata, quan s'è tutto astregnuto nce miettarraje no poco de zuco de limone, e accossi lo siervarraje.

Chisso stesso spezzatiello se pò fa pure de vitella, e de pulli.

(Per chi è poco avvezzo

alla lingua napoletana, "tiano" sta per "tegame", "nzogna" è lo "strutto", "petrosino" il "prezzemolo", il "caso" è il "formaggio pecorino").

Spezzatino pasquale

(versione in italiano)

Ingredienti per 6 persone:

- 1 kg di agnello
- 1 mazzetto di asparagi
- ½ cipolla
- 1 spicchio d'aglio
- ½ bicchiere di vino bianco secco
- 2 uova
- 1 mazzetto di prezzemolo
- 50 g di prosciutto crudo tagliato in una sola fetta
- 2 cucchiaini di formaggio pecorino grattugiato
- 2 cucchiaini di olio Extra Vergine d'Olive
- 1 cucchiaio di succo di limone
- sale e pepe q.b.

Private la carne di tutte le parti grasse, lavatela, asciugatela e dividetela a pezzi regolari. Sbucciate la cipolla e l'aglio, lavateli e tritateli finemente.

In un tegame fate scaldare l'olio, aggiungete l'agnello

salato e pepato, fatelo rosolare da ogni parte a fuoco vivace, scolate e tenete da parte. Nello stesso tegame unite la cipolla e l'aglio tritati e fateli appassire senza lasciarli colorire; unite di nuovo lo spezzatino, versatevi il vino bianco e fatelo evaporare a fuoco vivace.

Tagliate il prosciutto a listerelle e aggiungetelo alla carne; continuate la cottura a fuoco moderato e a tegame coperto per 30' circa. Se necessario, aggiungete qualche cucchiaio di acqua calda. Nel frattempo, in una ciotola amalgamate delicatamente le uova, il formaggio, il prezzemolo lavato e tritato, un pizzico di sale e pepe appena macinato. Cotto l'agnello, aggiungete il composto di uova, mescolate rapidamente fino a quando sarà leggermente rappreso, ma ancora morbido, irrorate con il succo di limone, mescolate e servite lo spezzatino caldo. ■

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

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



Il pane: buono, sacro, fondamentale

La lunga strada di un alimento primario, con un significato rimasto pressoché invariato nel tempo

Prima tra gli Egizi e poi tra i Greci, il pane assunse il ruolo di alimento di fondamentale importanza. I primi elaborarono alcuni tipi di pane che, per molti versi, somigliano moltissimo a quelli di oggi; preparavano, infatti, pani con l'aggiunta di semi vari, miele, fichi, uva, datteri e altri frutti secondo la stagione. I Greci perfezionarono le tecniche di lavorazione e diedero vita a una specie di panificio centralizzato, preparando pani con farina di orzo per i meno ricchi e con farina di grano per le famiglie più benestanti.

Particolare il rapporto del pane con il popolo ebraico. Le classi sociali più elevate consumavano pane lievitato, mentre i meno abbienti consumavano pane azzimo, soprattutto in occasione della Pasqua ebraica come accade ancora oggi.

L'Italia rinascimentale divenne maestra anche nella preparazione del pane. Successivamente, nel 1600, al seguito di Maria De' Medici, un gruppo di fornai italiani insegnò ai colleghi parigini l'arte della nuova panificazione, che incontrò grande successo, tanto da rendere i panificatori francesi i nuovi campioni della qualità europea del pane. Ma questo loro successo non doveva durare molto. Ben presto la sede dei migliori panificatori si spostò a Vienna e pare che questo primato persista tuttora.

Il pane come "benvenuto"

La sacralità del pane, quale bene irrinunciabile per la vita, è sempre stata celebrata con il "benvenuto" per gli ospiti di qualsiasi casa, in ogni tempo. Il pane, associato a un altro bene essenziale come il sale, era offerto all'ospite dal padrone di casa, al momento del suo ingresso, quale segno di amicizia e di pace. L'ospite, assaggiandolo, dimostrava di ricambiarne i sentimenti.

E oggi?

Di strada il pane ne ha fatta molta ma il suo significato è rimasto pressoché invariato: a tavola come accompagnamento delle varie portate che sono appunto chiamate "complanatico", fino a trasformarsi in stuzzichini per l'aperitivo in una continua e inarrestabile metamorfosi, da fresco a essiccato o tostato in forno, bianco, integrale, con cereali; oppure, semplicemente, per formare golose "bruschette" da offrire agli ospiti quale benvenuto, esattamente come migliaia di anni orsono.

In tavola

Esistono molti tipi di pane e, se ripercorriamo un poco la sua storia antica, ne ritroviamo le varietà, esattamente come allora, con diverse farine, con o senza sale, semplice o con l'aggiunta di vari ingredienti. Nei pranzi di un certo impegno, nell'apparecchiatura si disporranno piattini individuali per il pane, a sinistra del posto tavola; se non fosse possibile, per motivi di servizio o di spazio, è consigliabile disporre sulla tavola almeno due cestini. In ogni caso, potranno essere servite più qualità di pane, possibilmente di piccole dimensioni in modo da evitare problemi di taglio. ■

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



Alberto e le Tenute Cisa Asinari dei Marchesi di Grésy

Quando il vino incontra la bellezza di un territorio e la passione di una famiglia



«Questa era un'azienda agricola dove si producevano uve, nocciole, oltre a grano e mais, con la stalla di una trentina di capi, dove si vendeva carne di Fassona Piemontese e avevamo un amore viscerale per questa Langa. Se poi ti sposti su, in Alta Langa, finiscono le vigne e le nocciole e iniziano i prati con le pecore e i formaggi. Ma qual è un posto più bello di questo?»

Comincia così la nostra intervista con Alberto, che nel 1973 inizia la produzione vitivinicola delle *Tenute Cisa Asinari dei Marchesi di Grésy*. Un incipit che racchiude la filosofia di questa famiglia: un amore incondizionato e atavico per questi luoghi dove già in epoca romana ci si raccoglieva per adorare il dio Marte, da cui l'antica "Villa Martis", ora *Martinenga*, su cui sorge la Tenuta. Ci troviamo nel cuore del Comune di Barbaresco, luogo di alcuni dei cru più pregiati (Asili e Rabajà che confinano con noi) e sede di una delle proprietà dell'Azienda, insieme a Monte Aribaldo (a Treiso, in provincia di Cuneo), La Serra e Monte Colombo a Cassine, in provincia di Alessandria. Storie di vino, testimoniate dal

marchese Alberto, che con trasporto e passione, ci fa entrare nel grande fascino delle sue terre...

Un nome lunghissimo e una località, Martinenga, apprezzata già dai Romani. Dove ci troviamo?

Il nome dell'azienda è il mio cognome: noi di nascita siamo Cisa Asinari dei Marchesi di Grésy e di Casasco. Le tenute sono quattro aziende agricole e questa di Barbaresco è proprio un vigneto storico. La seconda si trova qui vicino a Treiso, dove sorge Villa Giulia, la casa che nei primi del Novecento mio nonno Carlo aveva fatto costruire quando ha sposato la nonna. Qui a Treiso, intorno alla villa, abbiamo una decina di ettari di vigneto, specialmente Dolcetto, ma anche bianchi come Chardonnay e Sauvignon. Le altre due aziende vengono proprio da nonna Giulia: la sua famiglia Pellizzari, alessandrina, possedeva a Cassine una ventina di cascate e due sono rimaste a noi. Le ho incluse con le altre due di Langa e quindi ora le lavoriamo tutte e quattro insieme. Il vino è

In Azienda anche ecosostenibilità e agricoltura biologica?

Circa 10 anni fa si è previsto di dotare questa azienda di una piccola fonte di energia fotovoltaica: abbiamo dei pannelli solari che producono una cinquantina di kilowatt che per i nostri consumi è più che sufficiente. Siamo fieri di andare verso un'agricoltura biologica. Tanti anni fa si ricorreva a molti trattamenti chimici, per sconfiggere malattie come la peronospora, tuttora presenti, ma più arginabili. Rispetto al passato, per esempio, ora applichiamo l'inerbimento: senza l'uso di diserbanti, una macchina taglia via le radici dell'erbetta appena questa si forma nel sottogola. Una sorta di rasatura... Cerchiamo, molto semplicemente, di farci responsabili di una coltura sempre più sana. Anche nel vino seguiamo le fermentazioni solo con la temperatura: refrigeriamo le vasche per favorire il controllo della temperatura

arrivato di conseguenza. Le uve vengono portate a Martinenga e vinificate...

Come è nata la passione?

Avevo circa otto-dieci anni: amavo andare sul trattore e fare un po' il discolo in campagna. Si andava a scuola i primi di ottobre, l'estate era molto lunga e, dopo il mare, passare il tempo qui, in questa bella casa sul bricco, era davvero una grande fortuna. Così mi sono innamorato di questi posti, finché nel '73 ho deciso di iniziare. Adesso sono con noi anche due dei miei tre figli, Alessandro e Ludovica.

Dalle Langhe al Monferrato, nelle tenute dei Marchesi di Grésy si producono vini di forte identità che rispecchiano il "terroir" e le caratteristiche del vitigno base.

nella prima fermentazione (quella, per intenderci, che trasforma lo zucchero in alcol) a cui si allaccia quella *malolattica* (tipo di fermentazione che porta il vino a maturazione, ndr) riscaldando la cantina di vinificazione a 20-22 °C fino a Natale. Poi dopo le feste si aprono le porte e si chiude il riscaldamento, il vino così precipita per il freddo e il sedimento si deposita sul fondo delle vasche; quindi lo si travasa in legno o in inox.

Quanto tempo dedica all'Azienda?

Io seguo tutta la produzione. Mi avvalgo naturalmente di bravissimi ragazzi. Conosciamo le viti quasi per nome. Al momento del diradamento dei grappoli, per esempio, in cui si tratta di buttare in terra dell'uva nel mese di agosto e prevedere la portata rispetto al carico che quella vite può sostenere, si crea davvero un dialogo *vis à vis* con la pianta.

Ha un suo vino del cuore?

Sarebbe come fare preferenze tra i propri figli. Più che di un vino, io sono innamorato del vigneto, questo alle nostre spalle: un pezzo unico di 12 ettari vitati a Nebbiolo nella nostra vallata di

25 ettari che nel suo genere è davvero unica, qui in Langa per la sua unità. I filari disposti in maniera orizzontale seguono l'andamento della collina e danno dei riscontri diversi. Proprio per questo nel '78, su consiglio di Luigi Veronelli, ho iniziato a separare le uve provenienti da *Camp Gros* (sotto Rabajà) e notavamo che il vino era più solido, più consistente, migliore! E Luigi ci ha consigliato di chiamare questo *Barbaresco* in maniera diversa: sempre *Martinenga*, ma con l'aggiunta di *Camp Gros* che significa "campo grande".

Un vino dei Marchesi per festeggiare e uno "da tutti i giorni"...

Tra le "perle" delle cantine dei Marchesi di Grésy, alcuni grandi rossi come il Barbaresco "Martinenga" e il "Camp Gros".

Da anniversario il *Moscato*, dolce ma non stucchevole. Il *Barbaresco* è nel mio cuore, ma anche il *Nebbiolo*, il suo fratellino minore, che da sempre produciamo senza invecchiamento in legno.

Il vino che in assoluto, alla fine di una giornata di lavoro, ci rende felici e regala grandi speranze per il futuro è comunque il *Barbaresco Martinenga*, quello che produciamo in maggiori quantità. "Da tutti i giorni" il *Dolcetto*, che è comunque un grande vino.

Il vostro segreto?

Prima di tutto l'onestà, non solo professionale. L'amore talmente alto per queste vigne fa sì che il vino sia un po' una conseguenza. È il vino che si fa trovare nei tavoli del mondo e si fa gradire per le sue qualità organolettiche; però un vino rosso è fatto al 95% in vigneto. La capacità di migliorare è dovuta al vigneto, non tanto alla cantina... Queste le nostre linee di forza. ■

Chiara Caprettini

www.nordfoodvestest.wordpress.com

Profumo di pane

Morbido, friabile, profumato. È una delle prime esperienze alimentari che segna i nostri sensi per la vita

L'aroma del pane appena sfornato ci regala sempre una piacevolissima sensazione di calore e di bontà, di lavoro onesto e di quiete. E tutto questo perché nella lavorazione del pane, del buon pane, c'è tanto impegno, forza e delicatezza insieme, cura, attesa... Scopriamo qualche caratteristica di questo meraviglioso universo, a partire dagli ingredienti base: farina, acqua, lievito.

La farina

È senz'altro l'ingrediente fondamentale, composta da tanti microgranuli di amido, contenenti varie

proteine in quantità diversa secondo la varietà. Le differenze tra le farine dipendono dai chicchi dei cereali e dalla lavorazione a cui vengono sottoposti. In alcune farine la cuticola esterna (crusca o pula) viene eliminata, in altre no, come, per esempio, per quella di *frumento integrale*, che rimane ricca di fibre, così come la *farina di segale*, tipica dei Paesi del Nord Europa. La *fari-na 00* è quella più raffinata, ma meno interessante dal punto di vista nutrizionale. La *farina 0* è meno lavorata della 00, con una componente di glutine più elevata che incide sia sulla qualità dell'impasto, sia sui tempi di lievitazione (più lunghi). Ci sono anche *farine del tipo 1 e 2*, corrispondenti a gradi diversi di setacciatura: sono, cioè, meno raffinate.

Le farine sono classificate in *forti* e *deboli*: *forte* è per esempio la farina bianca di grano tenero e duro, che può formare glutine, utile nella lavorazione dell'impasto e nella resa finale del pane che risulterà gonfio e soffice (la più forte è la manitoba); *deboli*, invece, sono le farine d'avena, di segale, di riso o di grano saraceno perché generano pochissimo o per niente glutine, anche se sono eccezionali dal punto di vista nutrizionale. La forza delle farine è comunemente indicata con *W*, seguito da alcuni rapporti numerici, fondamentali per i professionisti della panificazione.

L'impasto e la lievitazione

La preparazione dell'impasto è molto delicata. L'impasto "diretto" è oggi quello più diffuso perché richiede

tempi di lievitazione più brevi e può sfruttare anche farine "deboli". A queste vengono aggiunti acqua (si può utilizzare indifferentemente quella del rubinetto o la minerale naturale, purché non sia troppo "povera" di sali minerali), lievito e sale in proporzioni precise. L'impasto "indiretto" necessita invece di una lunga lievitazione e per questo ha bisogno di farine molto forti proprio per far fronte a un tempo di lavorazione complessivamente assai più lungo, ripagato però dalla più alta qualità del risultato finale. C'è anche un altro tipo di impasto, realizzato con il cosiddetto "metodo poolish", senz'altro il migliore per avere un prodotto di ottima conservabilità, grazie alla maggiore acidità del composto, e anche di alta qualità gustativa: prevede un pre-impasto

liquido e circa 12-14 ore di fermentazione, oltre a un ulteriore tempo di lavorazione e di riposo prima della cottura. Un tempo che pare davvero infinito! La lievitazione è dunque un momento cruciale per la qualità del pane, sia per la sua digeribilità, sia per la conservazione. Il lievito è un microrganismo che si alimenta di zucchero e libera principalmente anidride carbonica e alcol, ma ne sono state classificate circa 160 specie diverse, impiegate in vari ambiti. I più utilizzati in panificazione sono il lievito di birra, il lievito "secco" e quello naturale, detto anche "pasta madre". Infine, la temperatura di fermentazione, molto importante per la trasformazione degli zuccheri dell'impasto: intorno ai 25 °C con l'80% di umidità sembra essere la condizione ideale.

C'è pane e pane

Secondo l'INSOR (*Istituto Nazionale di Sociologia Rurale*) in Italia sono stati registrati oltre 200 tipi di pane, determinati da un gran numero di farine, oltre che dai diversi lieviti e dalle modalità di lavorazione dell'impasto. Nelle panetterie e persino nella grande distribuzione sono ormai disponibili tantissime varietà. Ciò che forse conosciamo meno è l'abbinamento più appropriato con le pietanze. A tale proposito è stata addirittura stilata una "Carta del pane" al fine di esaltare al massimo sapori e profumi di pane e companatico. Ecco qualche esempio.

- A *colazione*, possiamo sbizzarrirci tra panini morbidi al latte, pane integrale a fette, pani diversi di soia, di segale o di mais. - Negli *antipasti* la varietà

è ancora più ampia, a seconda che il pane debba rappresentare una "base" per salse o altri ingredienti, o fare semplicemente da accompagnamento: nel primo caso opteremo per il pane affettato più o meno rustico a mollica compatta, o le tartine al latte o al burro, anche insaporite con erbe aromatiche e peperoncino, i panini con pomodoro, spinaci e carote; nel secondo caso sceglieremo panini con semi vari, con olive, oppure all'olio e panini mignon assortiti da gustare con qualche fetta di salame...

- Con le *carni*, se cotte in umido, ideali i pani di pasta dura a mollica compatta. Per le *carni rosse* meglio pani a crosta soffice come biove e ciambella. Per le *carni bianche* pani croccanti come il francesino o la ciabatta, ma anche panini al cumino o al finocchio. Per le

grigliate, il pane pugliese o toscano, gli sfilatini francesi, oltre che il pane all'olio. Con i *carpacci*, ancora il pugliese, il pane di segale e finocchio, il pane integrale affettato caldo.

- Per i *paté* varietà diverse, ma affettate: dal filone francese, al pane alle cipolle, al latte o al malto, anche alla soia.

- Con le *verdure* occorre distinguere tra cotte e crude: in generale pane casereccio regionale se crude, michette, tartine all'olio, panini di riso, modenesi piccoli o sfilatini francesi se cotte.

La lista è ancora lunghissima: parleremo in un prossimo articolo dell'abbinamento alle uova, alla cacciagione e ai formaggi.

E se il pane avanza? Trasformiamolo in dolce!

Carmen Rando

carmen.rando@cibiexpo.it

In Italia sono state registrate oltre 200 forme di pane, ma, in relazione alle varie denominazioni, si stima che ve ne siano intorno alle 1.500 tipologie.



© CHIARA VISCONTI



© CHIARA VISCONTI

“ Tutti i dubbi di mamma e papà sull'alimentazione della famiglia risolti in 100 domande e risposte, con tante ricette buone e sane da preparare insieme ”

Salute e gusto, un binomio inscindibile, tanto più importante quando riguarda il **benessere dei bambini**. D'altra parte per i genitori non è facile oggi ottenere indicazioni sicure, chiare e facili da applicare per impostare in modo sano e piacevole l'alimentazione dei figli e di tutta la famiglia. Internet, giornali e TV parlano spessissimo di salute, nutrizione, gusto, benessere, ma... **QUANTA CONFUSIONE!**

Oggi, infatti, la comunicazione sui temi del cibo è spesso contraddittoria, difficile da interpretare, orientata più a produrre ansia e confusione che non a dare indicazioni davvero utili. Così tra “bufale” spacciate per verità assolute, tra chi considera ingredienti tradizionali della nostra cucina alla stregua di un veleno e chi propone come panacea per ogni male alimenti “magici”, spesso provenienti da terre lontane, **orientarsi è una vera sfida**.

È di fronte a questa realtà che è nata l'idea de “I dubbi di mamma e papà”, l'ultimo Ebook del noto esperto di nutrizione Giorgio Donegani e della cuoca Barbara Perego. **Un libro pensato proprio per aiutare mamme e papà a vivere nella vita di tutti i giorni il piacere del benessere e del gusto a tavola.**

Merendine sì o no? Come invogliare i piccoli a mangiare la verdura? Conviene comprare BIO? I probiotici, servono davvero? E le conserve fatte in casa, sono sicure?... Sono solo alcune delle 100 domande alle quali gli autori danno **una risposta chiara, semplice, fondata sulle più recenti acquisizioni scientifiche.**

Il libro è organizzato in cinque capitoli: “conoscere gli alimenti”, “frutta e verdura”, “sicuri in cucina”, “crescere sani”, e non manca un intero capitolo di ricette sane, semplici e gustose, ideali da preparare anche con l'aiuto dei piccoli chef. Perché **l'educazione alimentare passa anche attraverso il piacere di cucinare insieme.**

Gli autori

Giorgio Donegani è uno tra i più noti esperti italiani di nutrizione e sicurezza alimentare. Direttore scientifico della Fondazione Italiana per l'Educazione Alimentare, svolge un'intensa opera di divulgazione attraverso stampa, radio, televisione e WEB.

www.giorgiodonegani.it

Barbara Perego da più di vent'anni si occupa di cucina professionalmente, scrivendo ricette per riviste e giornali, tenendo corsi di cucina e conducendo cooking show.

È anche tra le più grandi cake designer italiane.

www.barbaraperego.it



Il pane: una preziosa fonte di energia

Farina, acqua, lievito, sale... alimento base per eccellenza, il pane ha un ruolo prevalentemente energetico e, con il giusto companatico, costituisce una delle colonne della più sana dieta mediterranea

Il lievito naturale, o “madre”, incide favorevolmente sulla digeribilità e sul sapore del pane, oltre che sulla sua più lunga conservazione.

La parola “pane” apre a un universo di forme, consistenze e fragranze, accomunate tutte da una stessa caratteristica: la ricchezza di amido. Questo carboidrato complesso è la nostra prima fonte di energia, al punto che dovrebbe fornire circa il 50% delle calorie totali assunte ogni giorno con la dieta. Ed è proprio per la sua ricchezza in amido (in media ne contiene dal 50 al 60%), che il pane è considerato da sempre un alimento

base. Sarebbe ingiusto però considerarlo solo per la sua funzione energetica: fornisce anche utili proteine vegetali, una discreta quota di minerali (tra i quali calcio e fosforo) e anche vitamine del gruppo B.

Due pregiudizi da sfatare

Naturalmente, l'apporto calorico non è dei più bassi: 1 etto di pane fornisce tra le 220 e le 300 kcal ma non per questo si merita l'etichetta

di alimento “ingrassante”. Basta solo consumare il pane nel modo giusto: se il pasto prevede già piatti di pasta, riso o altri cereali (tutte importanti fonti di amido), è inutile mettere anche il pane in tavola, mentre si potrà gustarlo tranquillamente (anche 100-150g) se è l'unica fonte di amido del menù.

Altro pregiudizio da sfatare è quello che indica il pane come cibo indigesto, che “gonfia”. È vero il contrario: la lievitazione e la cottura in forno lo rendono facilmente attaccabile dai succhi digestivi e addirittura più digeribile della pasta. Un solo consiglio per la scelta: il pane integrale biologico è quello che garantisce il maggior valore nutritivo e l'apporto calorico più basso, meglio ancora se ottenuto senza l'aggiunta di sale.

Il lievito: di birra o di pasta acida?

Anche il tipo di lievito utilizzato incide sulle caratteristiche del pane. La scelta

è tra lievito “industriale” (il classico lievito di birra), o lievito “naturale”, chiamato anche “di pasta acida” (o lievito “madre”), ottenuto da un impasto di acqua e farina, lasciato all'aria, in modo che vi si sviluppino i microrganismi naturalmente presenti nell'ambiente. Rispetto a quella effettuata con il lievito di birra, la preparazione con quello naturale risulta più lenta e laboriosa, ma il pane ottenuto è migliore sotto diversi aspetti:

- la fermentazione prolungata migliora la digeribilità;
- la maggior acidità dell'impasto ostacola lo sviluppo di muffe;
- il lungo tempo di fermentazione provoca la formazione di sostanze utili per l'aroma;
- lo sviluppo di gas con lievito naturale è più lento e graduale, e questo comporta la formazione di bollicine più fini e regolari nella mollica, che diventa rafferma più lentamente. ■

Giorgio Donegani
www.giorgiodonegani.it



L'e-book **I dubbi di mamma e papà** di Barbara Perego e Giorgio Donegani è disponibile su **Amazon** in formato Kindle e Android a soli € 8,00 e su **Apple Store** in formato per iPhone e dispositivi Apple a soli € 7,99

Quanto fa 5x mille?

1.500.000
persone aiutate
ogni anno

www.bancoalimentare.it



Inserisci nella dichiarazione dei redditi questo CODICE FISCALE

97075370151

Firma anche tu



**Banco
Alimentare**

TENDENZE

L'export italiano cresce

I dati ISTAT per il 2016 evidenziano un aumento del 3,1% rispetto al valore complessivo delle esportazioni per l'anno precedente

Qual è lo stato di salute delle esportazioni dell'*Italian food*? Ecco che cosa ne pensa l'ICE-Agenzia per la promozione all'estero e l'internazionalizzazione delle imprese italiane che, con 79 unità operative sparse nei vari Paesi informa e assiste le aziende italiane che vogliono affacciarsi sui mercati internazionali.

Qual è la situazione per l'export agroalimentare in Italia?

Il settore agroalimentare, per la sua natura anticiclica (il settore cioè non risente o è meno reattivo rispetto al ciclo economico, ndr), ha contenuto l'impatto della crisi e già nel 2015 ha manifestato i primi segnali di ripresa. I dati ufficiali per il 2016 per le esportazioni italiane dei prodotti alimentari e del vino hanno registrato un aumento del 3,1% rispetto al 2015. In particolare, secondo anticipazioni ISTAT, il mese di novembre ha recato una forte accelerazione sullo stesso mese 2015, un più 9%.

La filiera agroindustriale italiana (dai campi agli scaffali) è composta da 2 milioni di imprese, 3,8 milioni di addetti, 130 miliardi di Euro, con potenzialità competitive ancora inespresse.

In che modo una moneta come l'Euro ha influenzato le esportazioni di prodotti agroalimentari dall'Italia?

Un Euro forte rende i prodotti europei più costosi, riducendo la domanda estera. D'altro lato le aziende acquistano materie prime estere a un prezzo più basso. Una moneta debole, invece, se da un lato favorisce i prodotti nazionali che si presentano meno cari rispetto a quelli stranieri, dall'altro rende questi ultimi relativamente più costosi.

Quali sono i principali ostacoli (anche burocratici) che l'agroalimentare italiano deve abbattere per superare i confini nazionali?

Il principale ostacolo che le aziende italiane del settore agroalimentare, e non solo, devono affrontare quando vogliono esportare è la loro "micro" dimensione rispetto ai principali competitor anche europei. Questa caratteristica contraddistingue il tessuto produttivo italiano, rendendolo,

da una parte, più flessibile negli improvvisi cambiamenti congiunturali dei mercati, ma, dall'altra, non vantaggioso per le aziende nel cogliere tutte le opportunità che i mercati internazionali offrono.

Previsioni per il futuro?

Secondo *Nomisma* (Società di studi economici) la filiera agroindustriale italiana (dai campi agli scaffali considerando anche la meccanica per il *food&beverage*) è composta da 2 milioni di imprese, 3,8 milioni di addetti, 130 miliardi di Euro, con potenzialità competitive ancora inespresse. La concorrenza estera è sempre più agguerrita e organizzata, ma l'interesse per il *Made in Italy* agroalimentare sulle tavole straniere è intatto.

Il Governo si è posto un obiettivo: arrivare al traguardo dei 50 miliardi di esportazioni nel 2020, investendo maggiormente su mercati a più alto tasso di crescita economica come quelli del Nord America e dell'Asia. ■

Alessandro Caviglione
alessandro.caviglione@cibiexpo.it





L'UNICA CORSA IN CUI È IL TRAGUARDO CHE INSEGUE TE

ISCRIVITI
SUBITO
SUL SITO

A MILANO O CON L'APP OVUNQUE TI TROVI

7 MAGGIO 2017, ORE 13:00

IL 100% DEL RICAVATO SARÀ DEVOLUTO ALLA RICERCA
SULLE LESIONI AL MIDOLLO SPINALE



BFGoodrich
Tires



la Repubblica

RUNNER'S WORLD

WINGSFORLIFEWORLDRUN.COM



GROUPON

LIERAC

HOSTED BY:
Red Bull

TENDENZE

Grani antichi, un ritorno alle origini?

“Dacci oggi il nostro pane quotidiano”, espressione di preghiera, ma anche di cultura. Il pane è simbolo di territorio, comunità, saperi lontani. Un patrimonio da rispettare e da tutelare

Quanto sappiamo del pane che ogni giorno arriva sulle nostre tavole e sull'origine delle farine con cui viene preparato? In realtà ben poco, addetti ai lavori esclusi. Un gruppo di ricercatori e agricoltori sta scrivendo un nuovo capitolo nella storia del grano con la riscoperta dei *grani antichi autoctoni* che conservano le caratteristiche delle origini e risultano più facilmente digeribili perché hanno un basso indice glicemico, un minor contenuto di glutine e sono più ricchi di fibre e vitamine.

Pionieri di questa nuova conquista di migliaia di ettari coltivati a grani antichi da agricoltura biologica sono i contadini siciliani e sardi. *Tumminia*, *Maiorca*, *Russello*, *Gentil Rosso*, *Rieti*, *Monococco Saragolla*, *Verna*, *Strazza-visaz*, *Biancolilla*, *Perciasacchi*, *Bidi* e *Senatore Cappelli* sono le varietà che stanno prendendo la rivincita sul grano da agricoltura intensiva.

1. Nel Parco archeologico di Selinunte (Castelvetrano) sono stati destinati 20 ettari per coltivare la varietà *Tumminia*. I grani siciliani crescono a temperature altissime, 50-60 °C, e non sviluppano aflatossine. Si producono farine integre, di particolare valore nutrizionale.

2. Negli antichi mulini in pietra naturale il grano viene molito per pressione e sfregamento.

3. Filippo Drago ha puntato sulla biodiversità, con il recupero di grani antichi come la *Tumminia*.

Preservare la biodiversità

Promotore di questa rinascita è Filippo Drago, di *Molini del Ponte* di Castelvetrano. «Da sempre nella tradizione siciliana si è prodotto il pane di Ragusa con farina *Russello* e quello di Castelvetrano con *Tumminia*, oggi Presidio Slow Food. La mia rivoluzione è iniziata nel 2000, quando ho riscoperto l'incredibile varietà di semi vivi custoditi nella *Stazione Sperimentale di Granicoltura* di Caltagirone. Insieme a un gruppo di agricoltori ho iniziato la semina di molte varietà antiche, ridando dignità al lavoro con una giusta retribuzione agli attori di filiera. I grani sono macinati a pietra e producono farine a tutto corpo (quelle cioè non private del germe, ndr). Il riscatto del grano di Sicilia è partito da lì per approdare poi sul *New York Times*. Il mio credo è “Il futuro è la pietra aiutata dalla tecnologia” – ha sottolineato Drago». Infatti prima di passare alla molitura, i semi vengono controllati da una selezionatrice ottica che separa quelli non idonei garantendo il massimo

I grani antichi

Con la varietà *Tumminia* si ottiene una farina da intenditori, dal profumo di nocciole e mandorle tostate. La *Perciasacchi* ha un chicco lungo e biondo, ideale per la pasta. Così chiamata per i chicchi particolarmente lunghi che buccavano i sacchi di juta. La varietà *Maiorca* produce una farina bianca di grano tenero, ideale per pane e dolci. Il *Senatore Cappelli* è il primo grano storico a essere studiato in Italia agli inizi del '900. Deve il suo nome al marchese Raffaele Cappelli, Senatore del Regno d'Italia, che aveva messo a disposizione i suoi terreni in Puglia per sperimentazioni varie. È un grano duro, ricco di proteine digeribili, non sviluppa sensibilità al glutine, ha un'azione antiossidante e un sapore unico perché ricco di vanillina.

della sicurezza alimentare. Si utilizzano macine antiche rabbagliate. La *rabbagliatura* o *scanalatura* è la tecnica di scolpire nella pietra solchi che si irradiano dal foro centrale. Da lì passano i semi: al ritmo di 100 giri al minuto, vengono trasformati in farine che mantengono integro il loro corpo (non privato del germe) e i loro profumi. «Per tutelare le nostre produzioni e garantirne la qualità, - ha concluso Drago - da quest'anno abbiamo dato vita insieme a Coldiretti a un'iscrizione al Registro degli agricoltori delle qualità di sementi coltivate, in modo tale che il contadino diventi custode del proprio grano, dalla semina fino alla vendita». Una nuova pagina nella storia del ritorno al futuro di questo patrimonio dell'umanità. ■

Marina Villa
marina.villa@cibiexpo.it

Carta d'Identità

Molini del Ponte
Via Parini 29
Castelvetrano (TP)
www.molinidel Ponte.it

1

2

3



© MOLINI DEL PONTE

© MOLINI DEL PONTE

© MOLINI DEL PONTE

**SOSTIENI
IL TALENTO,
SOSTIENI
IL LORO FUTURO.**

Scegli di destinare il tuo 5xmille a
Fondazione Milano Scuole Civiche
97269560153



**FONDAZIONE
MILANO
SCUOLE CIVICHE**

www.fondazionemilano.eu

4

SCUOLE DI LIVELLO UNIVERSITARIO

8

SEDI A MILANO

ALTA FORMAZIONE
PER LE ARTI PERFORMATIVE
E LA COMUNICAZIONE

3000

ALLIEVI DA 30 PAESI

300

DOCENTI



Civica Scuola
Interpreti e Traduttori
Altiero Spinelli



Civica Scuola
di Musica
Claudio Abbado



Civica Scuola
di Cinema
Luchino Visconti



Civica Scuola
di Teatro
Paolo Grassi

L'acqua di Milano, la tua

sicura
controllata
garantita
a Km 0
buona
fresca
conveniente



La nostra azienda gestirà il servizio idrico integrato della città di Milano fino al 2037.

Per realizzare il necessario adeguamento delle reti e degli impianti
e per garantire gli elevati standard di servizio che i milanesi conoscono,
è stato collocato un bond per investitori istituzionali
e sottoscritto un finanziamento con la Banca Europea degli Investimenti.

**Confermiamo il grande impegno per la migliore gestione possibile dell'acqua.
La tua.**



www.mmspa.eu
www.milanoblu.com

Olio Capitale 2017 Si è conclusa a Trieste l'XI edizione della nota manifestazione. Grande successo di pubblico con circa 12.200 visitatori



Olio Capitale rimane la manifestazione di riferimento del settore olivicolo «nonostante un anno complicato per la produzione olivicola e la difficile congiuntura economica» come ha tenuto a sottolineare il presidente della Camera di Commercio, Antonio Paoletti. *Olio Capitale* accoglie la proposta della Regione Autonoma Friuli Venezia Giulia e del Comune di Trieste di spostare la manifestazione all'interno del Porto Vecchio che già, in occasione di *Trieste Espresso Expo*, ha dimostrato di essere un contenitore potenzialmente ideale per gli eventi fieristici. La Stazione Marittima, dove si è svolta l'ultima manifestazione, è diventata troppo «stretta» per consentire il salto di qualità che la kermesse si attende di spiccare, dimostrando annualmente con i numeri e con i fatti le sue potenzialità.

Le giornate dell'olio
Come sempre, la vasta offerta di eventi collegati alla cultura dell'olio e del mangiare sano, ha visto una larga

partecipazione di pubblico. Alle 15 ore di showcooking hanno assistito oltre 700 persone. Inoltre, ben 350 hanno preso parte alle 12 ore di corsi di assaggio, a testimonianza della crescente attenzione dei consumatori alla qualità dei prodotti gastronomici, mentre le degustazioni all'Oil Bar, coordinate quest'anno dagli assaggiatori dell'AS.C.O.E. (*Associazione Assaggiatori e Cultori dell'Olio Extra Vergine d'Olio*), sono proseguite per complessive 31 ore. La rassegna, tenutasi nello scorso mese dal 4 al 7 marzo a Trieste, ha affrontato numerosi temi. In particolare, domenica 5 si è svolto il consueto e importante FORUM con illustri relatori: Laura Scevola che ha parlato di *L'olio in dietetica ed estetica*, Carlotta Pasetto invece di *Olio EVO, dall'assaggio alla valutazione*, Paolo Parmegiani di *Olio EVO, valutare l'eccellenza, valorizzare il territorio*, Maria Croatto di *Olio EVO, all'origine della qualità*.

T.S.

www.cibiexpo.it - Facebook: Cibi Magazine

Ancora assillante per molti Italiani il problema lavoro

Tante persone in questi anni hanno sofferto per la mancanza di un'occupazione che potesse garantire loro un dignitoso tenore di vita

Coop per le idee si avvale del supporto e della collaborazione di Cesvip Lombardia, NOS Nord Ovest Servizi, Genera, Coopfond e Radio Popolare in qualità di media partner.

Vittime di questa situazione sono stati soprattutto i moltissimi giovani ai quali non sono state offerte opportunità, generando in loro tanto scoraggiamento da spingerli nella categoria dei cosiddetti *Neet, Not (engaged) in Education, Employment or Training*, insomma quelli che non sono impegnati né nello studio né nel lavoro. Però si stanno aprendo degli spiragli. L'ISTAT segnala un primo leggero calo del tasso di disoccupazione giovanile. Nel 2016 poi si è registrato un record d'impresie nate per iniziativa di giovani. I dati Coldiretti dicono che nel 2016 ne sono nate 90mila, con numeri molto positivi al Sud. Ma naturalmente c'è ancora molto da fare. Tra i soggetti che si sono attivati in questo senso c'è Coop Lombardia che,

affiancata da Legacoop, ha promosso il progetto *Coop per i giovani* che punta a sostenere esperienze di tirocinio per chi ha tra i 18 e i 29 anni ed è inoccupato (cioè non ha mai lavorato e ha già rilasciato la "Dichiarazione di Immediata Disponibilità") o disoccupato (con precedenti periodi di lavoro alle spalle), e non è iscritto a percorsi di formazione e istruzione.

Sostenere le idee che creano lavoro

Ma c'è anche un'altra iniziativa interessante che persegue l'obiettivo di sostenere le idee che creano lavoro. Con *Coop per le idee*, progetto realizzato in partnership con Legacoop Lombardia, si aiutano aspiranti imprenditori a

trasformare le proprie idee in nuove imprese cooperative con sede in Lombardia. Il progetto offre percorsi di formazione specifica, adeguata consulenza per la costituzione di start up cooperative ed eventuali strumenti finanziari di supporto all'avvio dell'attività d'impresa. Tutto questo grazie anche al contributo di Soci e clienti. Fino alla fine del 2017 i Soci possono contribuire al progetto, finanziando i pacchetti formativi per aspiranti cooperatori, donando i punti della propria *"carta SocioCoop"*, oppure Soci e clienti possono acquistare alle casse dei punti vendita un segnalibro del valore di 3 o 5 euro. Coop Lombardia raddoppierà il valore complessivo di tutte le donazioni.

I destinatari di queste azioni di sostegno sono gruppi di almeno 3 persone, numero minimo per costituire una cooperativa, con un'idea imprenditoriale da proporre. Non ci sono limiti d'età. Per presentare le proprie idee di impresa cooperativa occorre inviare una mail a coopperleidee@lombardia.coop.it oppure contattare Legacoop Lombardia al recapito: 02 28456.506/302 dal lunedì al venerdì, dalle ore 9 alle ore 18.

Le proposte saranno esaminate e valutate dall'Ufficio Promozione Cooperative di Legacoop Lombardia. ■

Marta Pietroboni

marta.pietroboni@cibiexpo.it



© COOP



Un pieno di biometano da ciclo idrico

Al Motor Village di Fiat Chrysler Automobiles di Torino è stata consegnata una Fiat Panda Natural Power che percorrerà 80 mila chilometri alimentata solo con il biometano prodotto da Gruppo CAP

Chi avrebbe potuto prevedere, anche solo pochi anni fa, che una Panda avrebbe viaggiato con un carburante prodotto dai reflui fognari? Neppure gli sceneggiatori di *Ritorno al futuro* erano arrivati a tanto... E invece si tratta di una realtà, più concreta dell'elettrico o dell'idrogeno. E a dimostrare l'efficacia di questa alimentazione sarà il lungo test (alcuni mesi e 80 mila chilometri) che ha recentemente preso il via a Torino, presso il Mirafiori Motor Village di FCA, con la consegna di una Fiat Panda Natural Power a Gruppo CAP, azienda che gestisce acquedotto, fognatura e depurazione nella Città Metropolitana di Milano. L'obiettivo è la valutazione da parte dei tecnici del Centro Ricerche di FCA del biometano prodotto da fanghi di depurazione e acque reflue. Si tratta di un biocarburante in grado di offrire una mobilità davvero ecosostenibile, con emissioni di CO2 abbattute del 97% rispetto al modello a benzina.

Elisa Boscherini, responsabile di Institutional Relations di FCA per l'area EMEA, ha affidato le chiavi della nuova vettura ad Alessandro Russo, presidente di Gruppo CAP. La Panda Natural Power a biometano abbatte del 97% le emissioni di anidride carbonica rispetto al modello a benzina.



La Panda, dal 2007 l'auto a gas naturale più venduta in Europa, per l'intera durata della sperimentazione farà il pieno presso il depuratore di Gruppo CAP a Bresso-Niguarda (Milano), dove sta per nascere il primo distributore italiano di biometano a km zero, con un combustibile prodotto dalle acque di scarto della città. Secondo le stime del Gruppo CAP il solo depuratore di Bresso potrebbe arrivare a produrre quasi 342mila chilogrammi di biometano, sufficienti ad alimentare 416 veicoli per 20mila chilometri all'anno: più di 8 milioni 300 mila chilometri, equivalenti a oltre 200 volte la circonferenza della Terra. Il metano è già il carburante più pulito oggi disponibile, concreta alternativa alla benzina e al gasolio grazie alle minime emissioni nocive: dal particolato, ridotto praticamente a zero, agli ossidi di azoto e agli idrocarburi più reattivi che causano la formazione di altri inquinanti. Tutte qualità che miglioreranno ulteriormente con il biometano, soprattutto nel calcolo *"well to wheel"*, cioè dal pozzo alla ruota. Per esempio, una Fiat Panda alimentata a metano ha emissioni del 31% inferiori a quelle del corrispettivo modello a benzina, valore che sale al 57% miscelando al gas naturale il 40% di biometano. In pratica, una riduzione d'inquinanti pari a quella ottenuta da una vettura elettrica ricaricata con l'attuale mix energetico europeo. Il lungo percorso di prova della Panda sarà accompagnato dall'hashtag *#BioMetaNow*, che guiderà l'intera sperimentazione sui social, per raccontare le tappe del progetto e i suoi sviluppi. ■

Chi è il Gruppo CAP

CAP è l'azienda a capitale interamente pubblico che gestisce il servizio idrico integrato sul territorio della Città Metropolitana di Milano e in diversi altri Comuni delle Province di Monza e Brianza, Pavia, Varese, Como secondo il modello in *house providing*, garantendo il controllo pubblico degli enti soci nel rispetto dei principi di trasparenza, responsabilità e partecipazione. Per dimensione e con un patrimonio di quasi 800 milioni di Euro e con un capitale investito che supera il miliardo, Gruppo CAP si pone tra le più importanti *monouility* nel panorama nazionale, garantendo il servizio idrico integrato a oltre 2 milioni e mezzo di abitanti. Nel 2017 si è aggiudicato il premio assoluto *Top Utility* come migliore *Utility* italiana.

Che cos'è il biometano

È un biocombustibile che si ottiene sia dall'acqua di scarto, sia dagli scarti di biomasse di origine agricola, sia dalla frazione organica dei rifiuti solidi urbani della raccolta differenziata. FCA e Gruppo CAP sostengono il biometano soprattutto per il suo potenziale strategico nell'abbattimento delle emissioni. Il progetto *BioMetaNow* è finalizzato anche alla promozione del biometano, potente alleato nella lotta ai cambiamenti climatici, all'inquinamento atmosferico e nella grande sfida della gestione dei rifiuti.



Dov'è distribuito CiBi

Assolombarda
Via Pantano 9, Milano
Auditorium di Milano
Largo Mahler 1, Milano
Camera di Commercio di Milano
Via Meravigli 9/B, Milano
Circolo del Commercio Palazzo Bovara
Corso Venezia 51, Milano
ChiAmaMilano
Via Laghetto 2, Milano

Consigli di Zona di Milano
1 - Via Marconi 1
2 - Viale Zara 100
3 - Via Sansovino 9
4 - Via Oglio 18
5 - Viale Tibaldi 41
6 - Viale Legioni Romane 54
7 - Via Anselmo da Baggio 55
8 - Via Quarenghi 21
9 - Via Guerzoni 38

Fondazione Accademia di Comunicazione
Via Savona 112/A, Milano
Fondazione Milano
Via Carchidio 2, Milano
Fondazione Stelline
Corso Magenta 61, Milano
I Chiostri di San Barnaba
Via San Barnaba 48, Milano
Kitchen
Via E. De Amicis 45, Milano

Le biblioteche comunali di Milano
Libreria di Comunicazione Cuesp-IULM
Via Carlo Bo 8, Milano
Libreria Internazionale Ulrico Hoepli
Via Ulrico Hoepli 5, Milano

Museo Civico di Storia Naturale
Corso Venezia 55, Milano
Museo Nazionale della Scienza e della Tecnologia Leonardo da Vinci
Via San Vittore 21, Milano

Pala Yamamay-Maria Piantanida
Viale Gabardi 43, Busto Arsizio (VA)

Parco Tecnologico Padano
Via Albert Einstein, Lodi
Spazio Oberdan
Viale Vittorio Veneto 2, Milano
Stadio del ghiaccio Agorà
Via dei Ciclamini 23, Milano
Teatro degli Arcimboldi-Foyer
Viale dell'Innovazione 20, Milano
Ufficio Turistico
Piazza Castello 1, Milano
Urban Center - Comune di Milano
Galleria Vittorio Emanuele 11/12 Milano

Altopalato
Via Ausonio 13, Milano
Caminadella Dolci
Via Caminadella 23, Milano
Food Genius Academy
Via Col di Lana 8, Milano

Bar Giacomo – Palazzo Reale
Piazza del Duomo 12, Milano
Caffè letterario
Via Rovello 2, Milano
Il Caffè della Pusterla
Via E. De Amicis 24, Milano
Pianeta Luna
Via Antonio da Recanate 1, Milano
Tagliabrodo
Via Andrea Solari 30, Milano

I.P.S.E.O.A. Carlo Porta
Via Uruguay 26/2, Milano
I.P.S.E.O.A. Amerigo Vespucci
Via Valvassori Peroni 8, Milano
I.T.A.S. Mendel
Via Ferrazzi 15, Villacortese - MI

Nei punti vendita COOP: Bergamo e provincia
Bergamo, Via Autostrada
Ipercoop Mapello
Via Strada Regia 4
Ipercoop Treviglio
Viale Montegrappa 31
Trescore Balneario
Via Lussana

Brescia
Brescia Veneto
Via Salvo d'Acquisto 3
Brescia Via Corsica
Viale Corsica 204
Brescia Via Mantova
Viale Mantova 104
Como e provincia
Como Via Giussani 1
Ipercoop Mirabello Cantù
Via Lombardia 68
Cremona e provincia
Cremona Ca' Vescovo
Via Cà del Vescovo 1
Cremona Porta Po
Via della Cooperazione 6
Iper Gran Rondò Crema
Via G. La Pira 18
Ipercoop Cremona Po
Via Castelleone 108
Soresina Via Guida 4
Lodi e provincia
Lodi Via Grandi 6
Milano e provincia
Bareggio V.le De Gasperi 1
Bollate Via Vespucci 2
Cassano d'Adda
Strada Statale 11
Cinisello Garibaldi
Via Garibaldi 65
Cinisello Balsamo
Cinisello San Paolo
Via San Paolo 4
Cinisello Balsamo
Cormano Via Gramsci
Corsico Piazza F.lli Cervi 10
Ipercoop Acquario Vignate
Via G. Galilei ang. S.P.Cassanese
Ipercoop Galleria Borromea
Peschiera Via della Liberazione 8
Ipercoop Metropoli Novate
Via Amoretti ang. Via Bovisasca
Ipercoop Sarca
Sesto San Giovanni
Via Milanese 10
Legnano Via Toselli 56
Novate Milanese
Via Brodolini 1
Opera
Via Diaz Loc. Crocione

Peschiera Borromeo
Via Aldo Moro 1
Sesto S.Giovanni
Viale Italia 51
Settimo Milanese
Via Reiss Romoli 16
Milano città
Arona
Via G.da Procida 15 ang. Via Arona
Ipercoop Bonola
Via Quarenghi 23
Ipercoop La Torre
Via Benozzo Gozzoli 130
Ipercoop Pzza Lodi
Viale Umbria ang. Via P.Colletta
Ornato Via Ornato 28
Palmanova
Via Benadir 5
Rogoredo Via Freikofel 2
Zoia
Via P.Marchesi 5 ang. Via F.lli Zoia
Monza e Brianza
Arcore Via Gilera 8
Desio
Via Borghetto ang. Via Milano
Muggiò Via Repubblica 86
Villasanta P.zza Martiri della Libertà 12
Pavia e provincia
Ipercoop Il Ducale Vigevano
Viale Industria 225
Pavia Viale Campari 64
Voghera
Viale Repubblica 97/99
Varese e provincia
Busto Arsizio
Viale Repubblica 26
Cassano Magnago Via Mazzini ang. Via IV Novembre
Lavena Ponte Tresa
Via Colombo 21/23
Laveno Piazza V.Veneto 25 - Laveno Mombello
Malnate Via Marconi 11
Varese Via Daverio 44 - Varese

CiBi

è anche social... seguici!

Su facebook:
Su twitter:

Cibi Magazine
@CibiLab

VISITA LA NUOVA PAGINA FACEBOOK!

FOODBOOK

WWW.FACEBOOK.COM/OFFICINAMEDIATICACIBI



VUOI DIVENTARE UN
FOOD EDITOR?
COLLABORA CON NOI!

DAI UN'OCCHIATA TI ASPETTIAMO!
BASTA UNA FOTO, UN VIDEO, UN
COMMENTO SU PRODOTTI, LOCALI,
RISTORANTI, FILM, LIBRI, RICERCHE,
INIZIATIVE, EVENTI.

CIBI HA APERTO UN NUOVO SPAZIO
"SOCIAL", UNA PAGINA FACEBOOK
CHIAMATA FOODBOOK, SULLA QUALE
CI PIACEREBBE CHE MOLTI
APPASSIONATI PUBBLICASSERO I
LORO CONTRIBUTI IN MODO LIBERO.



!!! :-)