

CiBi

Con il Patrocinio di



MILANO 2015

NUTRIRE IL PIANETA
ENERGIA PER LA VITA

Con il Patrocinio di

Milano



Comune
di Milano

**Arte e scienza
del cibo**

Periodico gratuito
Anno 3 - n. 9
21 novembre 2015
www.cibiexpo.it



**La ricetta
dell'imperatrice**



**20.000 leghe
ai fornelli**



**Claudia Sorlini,
Presidente
del Comitato
Scientifico
per Expo 2015**



**Cartoline
dall'Expo**



QUEL CHE CONSUMI, CONSUMA IL PIANETA.

Non mangiare senza sapere,
alimenta le buone abitudini.

mipaaf
ministero delle
politiche agricole
alimentari e forestali

EXPO
MILANO 2015
FEEDING THE PLANET
ENERGY FOR LIFE



Civil Society Participant

Campagna creativa realizzata dagli studenti Rodrigo Birot, Matteo Sampaolo, Chiara Tedone, Maria Tedone
del corso di Advertising di **RUFA** Rome University of Fine Arts

wwf.it/lanaturadelcibo

La responsabilità dei contenuti è del beneficiario del progetto e non rappresenta la posizione ufficiale del Ministero delle Politiche Agricole, Alimentari e Forestali.
Progetto "La Natura del Cibo. Una sola Terra per Nutrire il Pianeta" realizzato con il contributo del Ministero delle Politiche Agricole, Alimentari e Forestali,
Decreto n. 93824 del 30/12/2014 - Codice CUP J83G14001750001

EDITORIALE

Una specie che non si estingue, purtroppo...

Certo che gli esseri umani manifestano una straordinaria propensione all'autolesionismo.

Già la vita è difficile di suo, bisogna essere proprio stravaganti per complicarsela ulteriormente. Penso per esempio ai cercatori di funghi della domenica che finiscono al pronto soccorso, ed è un miracolo se ne escono vivi, per aver confuso esemplari velenosissimi come l'*Amanita phalloides* con un ovolo buono. E questo nonostante si possano far esaminare gratuitamente i funghi raccolti dai servizi di controllo micologico delle Aziende Sanitarie Locali (ASL). Oppure penso a chi prepara in casa conserve alimentari come marmellate, salse, sottaceti o sottoli, senza seguire scrupolosamente le regole che scongiurano il rischio

botulino, un batterio altamente tossico che può essere addirittura letale. O ancora a chi trascura il fatto che tutti gli alimenti crudi, carne o verdure, compresi quelli biologici, sono potenziali fonti di contaminazione e vanno quindi conservati mantenendoli ben distanti dagli alimenti cotti già pronti per il consumo. Ma che cosa pensereste di un acrobata che decidesse di tagliarsi le unghie dei piedi proprio mentre sta avventurandosi sul filo? Come minimo che è un imprudente, cioè uno che non tiene conto dei rischi o dei pericoli che discendono dalle sue azioni. Mi sembra che gli imprevidenti non siano una specie rara o, men che meno, in via d'estinzione. ■

Paola Chessa Pietrobboni

© PRODANIEL LOUVET





4

Sommario

I superlativi di Faravelli Riso e tartufo 5

I regnanti della tavola di novembre.
di Roberto Faravelli

Ben fatto Riso all'impertrice 7

Un dolce sontuoso che ha origini giapponesi, ma è di dinastia francese.
di Chiara Porati

Filo diretto Le bontà della Lucania 9

I prodotti tipici della Basilicata, forse poco noti, ma di grande valore.
di Bianca Senatore



Expo Consumo sostenibile nell'era dell'abbondanza 10

Al Parco Tecnologico Padano di Lodi, una postazione dimostrativa per conoscere le risposte alla sfida della sostenibilità alimentare.
di Marina Villa

Cartoline dall'Expo 13

Giudizi al volo di alcuni visitatori.
di Bianca Senatore



Pane, amore e formazione ALMA, voto 10 alla Scuola Internazionale di Cucina Italiana 14

La conoscono tutti e chiunque voglia imparare a cucinare italiano nel mondo deve passare da ALMA.
di Bianca Senatore

Protagonisti L'eredità di Expo (per il futuro del Pianeta) 16

L'intervista a Claudia Sorlini per capire cosa rimane di Expo 2015.
di Bianca Senatore

I segreti della spesa Come scegliere rape e barbabietole 19

Impariamo a conoscerne le virtù e gli utilizzi in cucina.

A cura di Chiara Porati

Barbarossa d'autunno con straccetti di calamari 21

Una ricetta da chef.
a cura della Redazione

Cibi Lab Dal seme al risotto 22

Il riso in un'antica cascina dell'800 alle porte di Pavia.
di Bianca Senatore

Tendenze Dire, fare brasare? Solo con la padella giusta 23

Scopriamo i materiali più diffusi nella costruzione delle pentole e le loro caratteristiche.
di Chiara Porati

Per cena, cavallette o grilli fritti? 24

Nuove frontiere nell'alimentazione.
di Bianca Senatore

A proposito di acqua Saperi di tutto il mondo unitevi 29

A Milano, il gotha degli esperti dei servizi idrici di tutta Europa.



La Carta per l'Acqua ha compiuto un anno 30

La Carta per l'acqua si estende a tutta la Città Metropolitana.

Sagre e mercati 31

a cura di Marta Pietrobboni

Hanno collaborato a questo numero

Daniela Bianchi:

Cuoca, nel 1987 approda al ristorante La Brisa di Milano dove si dedica alla preparazione dei dolci, con un'attenzione costante alle materie prime. Dal 2008, a Milano, partecipa al progetto Caminadella Dolci con Elena Rasi: un laboratorio dove si sperimenta un'alternativa alla classica pasticceria.

COOP Italia:

Consorzio nazionale delle cooperative di consumo, gestisce una rete di supermercati e ipermercati diffusi soprattutto nel Nord e Centro Italia, ma anche al Sud e nelle Isole. Tra i suoi obiettivi una corretta informazione dei consumatori, la tutela del loro potere d'acquisto e la sicurezza alimentare.

Victoire Gouloubi:

Nata a Brazzaville, capitale della Repubblica del Congo, Victoire vive l'infanzia e l'adolescenza appassionandosi alla cucina tradizionale congolese. Trasferitasi in Italia, decide di frequentare la scuola della Federazione Nazionale Cuochi a Feltre per diventare chef. Incontra l'alta cucina a Milano, nel suo stage con Claudio Sadler. Vanta collaborazioni con Fabrizio Ferrari e Marc Farellacci.

Andrea Sinigaglia:

Classe 1977, dopo il diploma di scuola alberghiera, consegue la laurea in Lettere e Filosofia presso l'Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano, il master in "Cultura dell'alimentazione" presso l'Università Alma Mater Studiorum di Bologna e il master MUST (Manager dello sviluppo turistico e territoriale e valorizzazione dei beni culturali) presso l'Università Cattolica di Piacenza. È docente di Storia della Cucina Italiana e Direttore Generale di ALMA - La Scuola Internazionale di Cucina Italiana.

Patrizia Toia:

Dal 2004 è parlamentare europea eletta nelle liste del Partito Democratico. Vicepresidente della Commissione Industria, Ricerca ed Energia, membro della Commissione Sviluppo, dal 2010 è anche vicepresidente del neonato gruppo dei Socialisti & Democratici.

I SUPERLATIVI DI FARAVELLI

Riso e tartufo

Un abbinamento straordinario, apprezzato in tutto il mondo. La tavola di novembre si allietta così

Da 8 anni noi Faravelli coltiviamo il principe dei risi, il Carnaroli. Lo raccogliamo a inizio ottobre, lo asciughiamo e lo sottoponiamo a un metodo di essiccazione particolare. Mettiamo il riso fresco in essiccatoio per 12-13 mesi. Ogni 4 mesi lo tiriamo fuori, lo passiamo al setaccio per eliminare le impurità, poi lo rimettiamo dov'era. Il risultato è notevole: eliminando l'umidità interna al chicco, il riso a cottura ultimata non scuoe anzi, lasciato riposare 3 o 4 minuti, diventa

Carta d'identità

Macelleria Faravelli

Corso Italia 40

20122 Milano

Tel. 02 876287

info@macelleriafaravelli.it

www.macelleriafaravelli.it

Orari: dal lunedì al sabato

8.00-20.00



ancora più buono. Certo, il suo costo è un po' più alto ma teniamo conto che è riso italiano. Le nostre leggi purtroppo non permettono di identificare chiaramente il prodotto nazionale. Un riso di qualità come il nostro, del vercellese o della Lomellina, subisce la concorrenza del prodotto a bassissimo prezzo che arriva dall'Oriente. Bisogna poi dire che per quanto riguarda la qualifica del riso, la legislazione italiana permette che

Le uova, messe in un boccale di vetro con un tartufo, grazie alla porosità del guscio, in due giorni si trasformano in

uova tartufate. Anche i tartufi toscani, umbri o marchigiani sono buoni, ma non hanno lo stesso profumo di quello piemontese.

si definiscano "Carnaroli" anche delle sottospecie che non hanno le sue stesse qualità (il Karnak, il Carnise...).

Il top è in Piemonte

Parliamo adesso di un abbinamento straordinario: riso e tartufo, un'eccellenza che 30 anni fa si consumava quasi esclusivamente nei luoghi di provenienza, come le Langhe piemontesi, e oggi è sui piatti di tutto il mondo. Questo da un lato ha fatto impennare i prezzi, dall'altro ha stimolato l'importazione di prodotti non altrettanto pregiati da altri Paesi come la Slovenia o la Romania. Il top è il tartufo d'Alba, con il suo profumo intenso: non è facile riconoscerlo, bisogna affidarsi a persone esperte. Dato che ho contatti in Piemonte per l'allevamento del bestiame, conosco i trifolai e mi rifornisco direttamente da loro (riuscendo così anche a spuntare un buon

prezzo). Comincio la stagione di vendita solo quando arriva il tartufo piemontese, in genere a inizio novembre. Lo consiglio affettato sulla *tartare* battuta a coltello, sull'uovo "al cereghin" (all'occhio di bue) e naturalmente su un buon risotto.

Come conservare il tartufo

Sarebbe meglio consumarlo subito, dopo averlo lavato velocemente sotto l'acqua fredda corrente e averlo asciugato bene. Altrimenti consiglio di avvolgerlo in carta da cucina spessa e assorbente e metterlo in frigorifero. A fine novembre-dicembre, un buon tartufo può conservarsi fino a 10 giorni. Se fa più caldo, 2 o 3 giorni. Il tartufo con una forma schiacciata è quello dal sapore più intenso e anche quello che dura di più. Lo "scorzone" estivo, meno pregiato, lo surgelo e lo uso a lamelle per guarnire le nostre preparazioni gastronomiche. ■

Roberto Faravelli



5

21/11/2015, anno 3, n. 9

Dizionario di enogastronomia in cinque lingue

Italiano - Inglese - Francese - Spagnolo - Tedesco

Uno strumento professionale straordinario, unico nel suo genere, per conoscere e comunicare il mondo dell'enogastronomia, dell'alimentazione, della ristorazione e dell'accoglienza.

ISBN 9788888719481
EURO 15,00



Acquista su
amazon

BEN FATTO

Riso all'imperatrice

Un dolce ricco, vellutato e delizioso, per dare una sferzata di vitalità alle giornate grigie di fine autunno (e di tutto il resto dell'anno)

L'Imperatrice Eugenia de Montijo, l'ultima sovrana di Francia, andava matta per riso e latte ed era una grande viaggiatrice. In suo onore un cuoco giapponese inventò questa ricetta. A raccontarci storia e ricetta è la pasticciera Daniela Bianchi di *Caminadella Dolci*.

Ingredienti:

- 250 g di riso a grani tondi
- 1 pizzico di sale
- 1 stecca di vaniglia
- 20 g di burro
- 1,25 lt di latte
- 2 tuorli d'uovo
- 325 g di zucchero semolato
- 3 fogli di colla di pesce
- 30 cl di panna da montare
- 15 g di gelatina di ribes rosso
- 1 cucchiaino di kirsch

La preparazione della ricetta richiede all'incirca un'ora, comprensiva di diversi passaggi, tutti molto semplici. Poi, tre ore di attesa prima della degustazione. Vediamo in dettaglio le varie fasi.

La cottura del riso

Portate a ebollizione l'acqua con il sale in una grande pentola. Versatevi il riso, fate riprendere il bollore e scolate. Fate bollire 1 litro di latte con la stecca di vaniglia. Aggiungete il riso scolato e 20 g di burro. Mescolate bene, coprite con un coperchio e cuocete per circa 25 minuti a fuoco lento.

La crema inglese

Fate ammorbidire la colla di pesce immergendola in acqua fredda. Mescolate i tuorli e 75 g di zucchero, fate bollire i 25 cl di latte rimasto e versatelo sui tuorli, mescolando bene. Versate la salsa ottenuta in una pentola e fate cuocere a fuoco lento, fino a quando la crema velerà il cucchiaino. Togliete dal fuoco e aggiungete la colla di pesce ammorbidita mescolando bene.

Carta d'identità

Caminadella Dolci

Via Caminadella, 23

20123 Milano

Tel. (+39) 0272021136

info@caminadelladolci.it

www.caminadelladolci.it

Orari: dal lunedì al sabato 9.00-19.00

Abbinamenti

Muscat de Rivesaltes, Languedoc - Roussillon (Francia)

Torcolato di Breganze DOC, Vicenza

Muffato della Sala IGT, Umbria



21/11/2015, anno 3, n. 9



La composizione del dolce e... l'attesa

Versate 250 g di zucchero nel riso ancora caldo e mescolate bene. Montate la panna. Versate la crema inglese, il riso e incorporate delicatamente la panna montata. Versate il riso in uno stampo e riponete in frigorifero per almeno 3 ore.

Come impiattare

Fate scaldare lievemente la gelatina di ribes rosso con un cucchiaino di kirsch. Sformate il dolce immergendo lo stampo in un po' d'acqua calda (attenzione a non farla entrare all'interno). Rovesciate lo stampo in un piatto da portata e ricopritelo con la gelatina. Se vi piace, decorate con qualche rametto di ribes rosso. Il contrasto tra la dolcezza del budino e l'aspro dei frutti rossi è davvero straordinario. ■

Chiara Porati



È importante che il riso e la crema inglese siano ancora caldi durante l'assemblaggio. Questo darà modo ai due ingredienti di

amalgamarsi meglio e unirsi alla perfezione. Quando poi saranno arrivati a temperatura ambiente, unite la panna montata.



TROVA

IL TUO CHIOSCO O FURGONCINO
PREFERITO
DI STREET FOOD
OVUNQUE
IN OGNI MOMENTO



Le bontà della Lucania

La Regione Basilicata sta lottando per far emergere i suoi prodotti tipici, forse poco noti, ma di grande valore

Uno dei suoi formaggi più rinomati è il Canestrato di Moliterno che ancora oggi, a distanza di secoli, racconta la storia della transumanza lucana. Rischia di sparire ma un gruppo di aziende ha deciso di produrlo per farlo riscoprire al grande pubblico. A pasta dura, prodotto per il 70-90% con latte intero di pecora e per il resto di capra, conosce una nuova notorietà anche grazie all'Azienda Agricola Santoro. «Volevo far rivivere questo formaggio, che nei secoli scorsi ha reso la zona di Moliterno molto famosa - racconta Vincenzo Scannone, marito di Maria Santoro - La sua storia è legata a quella del popolo lucano che ha una tradizione millenaria in cucina. In alcuni scavi effettuati tempo fa nella Val d'Agri, infatti, sono state trovate tombe del IV e V secolo d.C. in cui erano conservati dei corredi funerari con caciottine di terracotta, grattugie in bronzo, pigne d'uva in cotto e favi d'api. È una testimonianza importante di cui abbiamo tenuto conto durante la costituzione del Consorzio di tutela».



Il Canestrato di Moliterno IGP ...

Nelle province di Potenza e Matera nel 2010 erano ben 46 le aziende dedicate a questo prodotto, tanto da riuscire a ottenere per il Canestrato il marchio IGP, rimettendo in moto una produzione che era stata abbandonata nel dopoguerra. Da allora le lavorazioni sono un po' cambiate e in collaborazione con l'Università di Basilicata sono stati trovati dei fermenti che permettono di mantenerne le caratteristiche tecnico/sensoriali, anche se non si usa più latte crudo. La tradizione vuole che il Canestrato di Moliterno sia definito, a seconda della stagionatura, *primitivo*, se l'invecchiamento non supera i 6 mesi, *stagionato*, se non supera i 12 mesi, *extra*, se supera i dodici mesi. «Non arriviamo mai a un anno - ci raccontano all'Azienda Agricola Santoro - perché finiscono prima e questo è l'unico rammarico: la richiesta è tanta, la produzione è scarsa». Dopo un boom iniziale, infatti, le aziende produttrici certificate sono solo 4 e il formaggio rischia ancora una volta di sparire.

... gli altri

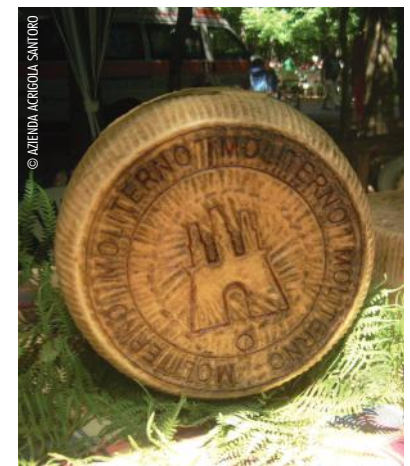
Oltre al Canestrato di Moliterno, la Regione Basilicata produce altri cibi di pregio. I più noti sono il Fagiolo di Sarconi IGP, la Melanzana Rossa di Rotonda DOP, il Peperone di Senise IGP, l'Oliva Majatica di Ferrandina (presidio Slow Food) con l'Olio di Stigliano e poi ancora l'Olio Extra Vergine d'Oliva di Montemurro: prodotti antichi e ancora realizzati con tecniche artigianali. ■

Bianca Senatore



L'Azienda Agricola Santoro ha cercato di far rivivere uno dei formaggi più antichi della Basilicata: il

canestrato di Moliterno. Grazie al loro lavoro è possibile trovarlo nelle gastronomie più fornite.



Carta d'identità

Consorzio Canestrato di Moliterno
Via Roma
85047 Moliterno (PZ)
Tel. (+39) 975 668061



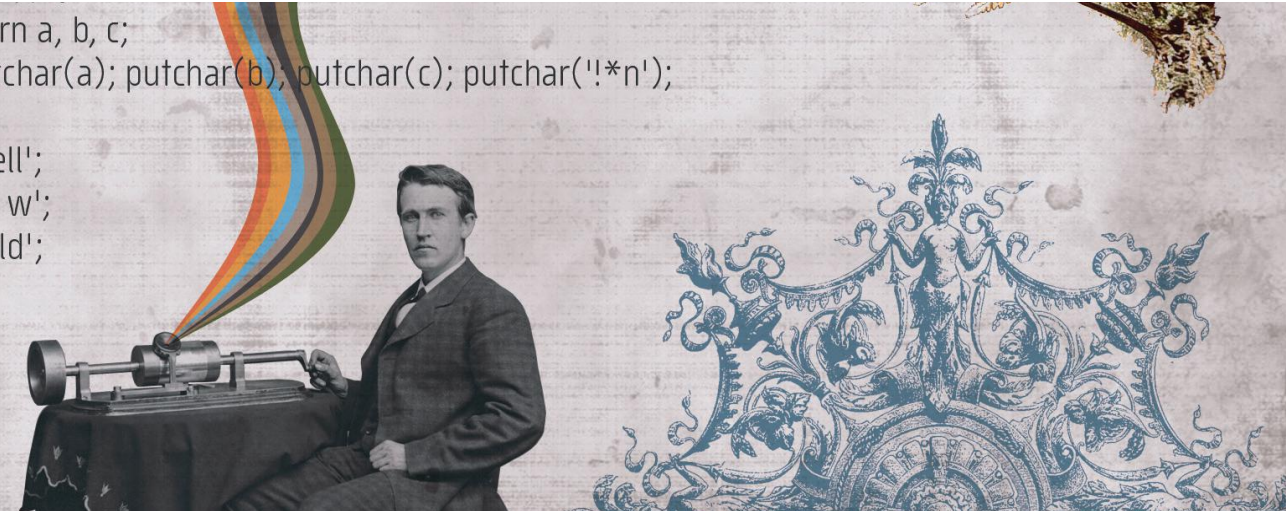
Software
Architecture
Laboratory

@UniMiB



SCOPRI DI PIÙ AL SITO
www.streetfoodsquare.org

```
extrn a, b, c;
putchar(a); putchar(b); putchar(c); putchar('!*n');
}
a 'hell';
b 'o, w';
c 'orld';
```



I LIBRICINI SULLA SOSTENIBILITÀ PER EXPO

Coordinamento scientifico di Ettore Capri, Università Cattolica del Sacro Cuore

MATTIOLI 1885

www.mattioli1885.com/books



HO FAME: IL CIBO COSMICO
DI MARIA MONTESSORI
a cura di Maria Francesca Venturo

TUTTO L'ECO (DEL) VINO
a cura di Chiara Corbo e Lucrezia Lamastra

A TAVOLA CON GLI INSETTI
a cura di Giovanni Sogari e Paul Vantomme

QUANDO IL CIBO È NANO.
LA TECNOLOGIA SERVITA A TAVOLA
a cura di Luca Leone

L'INSALATA ERA NELL'ORTO...
CIBO PER IL CORPO, CIBO PER L'ANIMA
a cura di Silvana Chiesa e Matteo Bosi

GRANDI UOMINI CON GRANDI IDEE:
I CRESPI DI CRESPI D'ADDA
a cura di Sandro Danesi



C'erano una volta i Caffè Letterari, antichi luoghi in cui ci si sedeva a bere una tazza di caffè e si discuteva di temi culturali, ci si scambiava idee e opinioni, racconti di viaggio, libri e manoscritti. Come ieri, oggi, grazie al dibattito culturale stimolato da EXPO2015, i Caffè Letterari diventano un importante strumento di promozione culturale e scientifica. Questa collana raccoglie alcune conversazioni, dialoghi e riflessioni sul concetto di "sviluppo sostenibile" così come compreso dai giovani e meno giovani cittadini.

PER INFORMAZIONI E ACQUISTI

MATTIOLI 1885 EDITORE • STRADA DELLA LODESANA 649/SX • 43036 FIDENZA (PR) •

TEL. 0524-530383 FAX 052482537 • E-MAIL: DISTRIBUZIONE@MATTIOLI1885.COM

EXPO

Consumo sostenibile nell'era dell'abbondanza

A Lodi, al Parco Tecnologico Padano, è stata allestita una postazione dimostrativa per conoscere "in campo" alcune possibili risposte alla sfida della sostenibilità alimentare

Il progetto, nato dalla collaborazione tra settore privato, mondo della ricerca e istituzioni del territorio lodigiano, non trascura il tema degli sprechi alimentari. In settembre, grazie alla provocazione di Davide Ederle del Parco Tecnologico Padano e di Forrest Innovations, questo problema è stato affrontato in modo originale.

Dal gioco di ruolo...

Invitata a un appuntamento per il pranzo/tavola rotonda, sono stata ricevuta in una sala con un enorme tavolo apparecchiato solo per quattro. All'ingresso mi consegnano

un passaporto che mi permette di diventare Boahinmaa Awo, 24 anni, sposata con un figlio, residente a Tamale City, in Ghana. Il gioco di ruolo comincia adesso per me e per tutti gli altri ospiti a cui è stata data una nuova identità. Rappresentiamo i poveri del mondo. Ovviamente siamo esclusi dalla tavola dei Paesi ricchi che nel frattempo viene riempita da un numero infinito di piatti, tutti

**Il Parco
Tecnologico
Padano ha sede
nel Comune di
Lodi. Ospita**

**dipartimenti
universitari,
dedicati alla
bioeconomia e
alla biomedicina.**



PROMOTING SUSTAINABLE
FOOD CONSUMPTION
IN THE AGE OF PLENTY



A project promoted by

Follvest
Innovations Ltd

PTP
Pavimento
Tecnologico
Padano

LoDI 2015
long expo

In collaboration with

my
FOODY
DE THE ONE TO SAVE

with the patronage of

EXPO
MILANO 2015
EXHIBITION SPACE

SAVE
FOOD
Initiative to
reduce food waste

WWW.DEMOFIELD.IT

condividere, mentre i ricchi cominciano a dare qualche segno di imbarazzo. E poi i ricchi ci invitano alla loro tavola e, cosa c'è di meglio del potere socializzante del cibo per far nascere nuove idee?

... alla realtà

Noi abitanti dei Paesi ricchi che ruolo vogliamo avere? Impariamo le buone pratiche quotidiane, dalla lista della spesa ai metodi di conservazione per evitare gli sprechi, dal cucinare quanto basta al reinventare nuovi piatti con gli avanzi. Usiamo l'approccio *bottom-up*: educiamo i bambini ancora in età prescolare a preferire il cibo sano al "cibo spazzatura" e trasmettiamo il rispetto del cibo e i principi di una sana alimentazione.

La spinta parte dal basso, attraverso la formazione negli asili e nelle scuole perché i piccoli insegnino ai grandi. Solo una nuova più diffusa



rigorosamente vegetariani (un anticipo sulle nuove tendenze di sostenibilità ambientale). Sulla nostra, invece, solo acqua e ciotole di riso. Bravi, avete colpito al cuore. Noi ci sentiamo frustrati per essere spettatori impotenti di quella bella tavolata, dove pochi possono permettersi il lusso di avanzare un cibo che non sono nemmeno in grado di

sensibilità potrà iniziare a cambiare il mondo, a partire anche dal cibo.

E gli avanzi della tavola dei ricchi alla quale siamo stati invitati? Niente è andato sprecato: ogni invitato ha potuto raccogliergli in vaschette di alluminio da portare a casa. Come dire, un *doggy bag* da umani. ■

Marina Villa

Scienza e cultura dell'alimentazione

Enogastronomia
Sala e vendita



Prodotti dolciari



EXPO

Cartoline dall'Expo

*Giudizi al volo di alcuni visitatori
di Expo Milano 2015*

Abbiamo fatto qualche domanda a chi in questi mesi ha visitato l'Esposizione Universale. Ecco alcuni pareri anche da oltreoceano.

Dalle Marche: La famiglia di Ugo

Molto bello, peccato solo per le file. Noi ne abbiamo saltate moltissime, per la verità, perché la carrozzina di Lorenzo, che ha un anno e mezzo, è stato un lasciapassare prezioso. Però in alcuni padiglioni abbiamo dovuto comunque aspettare, come in quello della Colombia, per esempio. I bambini si sono molto divertiti e Cecilia, sei anni, ha voluto sapere tante cose, per raccontarle poi alla maestra. Anche io e Maria siamo stati piacevolmente sorpresi. Peccato sia già finito!

Dalla Sicilia: Adele e Alfonso

Siamo rimasti un po' delusi dalla parte contenutistica. Ci aspettavamo che il tema del cibo nel mondo, anzi, della mancanza di cibo nel mondo, fosse più approfondita. E invece secondo noi è stato dato troppo spazio ai grandi marchi. È stata una fiera, ecco, con qualche spunto in più, ma niente che non sapessimo già. Noi a casa non sprechiamo nemmeno una briciola di pane, recuperiamo l'acqua di cottura... facciamo quel che possiamo nel nostro piccolo. Per il resto, bello. Ci siamo divertiti, anche se è stato un po' stancante. Siamo andati all'inizio della manifestazione, quando ancora non c'erano tanti divanetti e panchine lungo il Decumano...

Dalla Liguria: Matteo

Il padiglione che mi è piaciuto di più è stato quello dell'Olanda, perché allestendo una specie di Luna Park non ha voluto veicolare nessun concetto etico o morale che tanto sarebbe stato semplicemente retorico. Per

il resto, ho visto pochi padiglioni a causa delle code, mi sono concentrato più sui cluster. Diciamo che, in generale, mi è parso un ottimo parco divertimenti, ma assolutamente non un tentativo di aprire la strada a un uso più consapevole e razionale delle risorse alimentari. Lo spreco tipico dell'Occidente era chiaramente individuabile in piccoli, ma diffusi atteggiamenti.

Dagli Stati Uniti: Kara e Patrisha

Ci è piaciuto molto, siamo rimaste colpite dall'architettura dell'Esposizione, anche se c'era talmente tanta gente che appena scese dal tram eravamo già in fila. Che scontentatura... Abbiamo visto pochi padiglioni, perché i tempi d'attesa erano insostenibili, però abbiamo visitato quello americano e quello del Cile. Abbiamo mangiato dei burritos, la cioccolata del Belgio e le patatine olandesi e non ci siamo stancate, perché eravamo così piene di entusiasmo che fermarci ci sembrava uno spreco di tempo. Siamo state solo un giorno e non siamo riuscite a vedere tutto illuminato la sera. In compenso abbiamo scoperto molte cose interessanti e ci siamo rese conto che noi americani, effettivamente, mangiamo un po' male rispetto a voi italiani. ■

Bianca Senatore

Bye Bye Expo.
Cancelli chiusi e area già in via di smantellamento, ma ora restano i ricordi

e i commenti di chi lo ha visitato arrivando da tutta Italia, ma anche da tutto il resto del mondo.



ALMA, voto 10 alla Scuola Internazionale di Cucina Italiana

La conoscono tutti e chiunque voglia imparare a cucinare italiano nel mondo sa che passare da ALMA è un must

Autorevole centro di formazione per l'ospitalità, la Scuola Internazionale di Cucina Italiana negli anni ha formato cuochi, pasticceri, sommelier, operatori di sala e manager della ristorazione, provenienti da ogni Paese, e ne ha fatto dei veri professionisti. Per diventare il migliore, bisogna studiare dai migliori, si sa... ma a noi l'ha confermato il Direttore Generale di ALMA, Andrea Sinigaglia. «In dodici anni, questa scuola è diventata un punto di riferimento nel mondo e questo mi rende molto orgoglioso. Sono fiero di far parte di quest'avventura e di avere come guida il rettore Gualtiero Marchesi. È il nostro trascinatore e con la sua esperienza è riuscito a darci una rotta che punta sempre al massimo della qualità. Perché noi non formiamo solo cuochi, ma esperti del mondo della ristorazione a 360° e non ci accontentiamo mai».

Passione e volontà

Gli studenti sono oltre un migliaio all'anno e hanno un'età media di 23 anni, perché arrivano sia i diciottenni che hanno appena terminato la scuola superiore, sia i trentenni che invece hanno deciso di cambiare vita o vogliono specializzarsi. Ma la differenza d'età non è mai un problema, perché la mancanza di manualità di un allievo che si cimenta per la prima volta in cucina è sempre compensata da passione e buona volontà. «L'approccio tra un giovanissimo appena uscito dall'alberghiero e un ragazzo più grande che ha capito che la ristorazione è la sua vera passione è diverso – spiega

Sinigaglia - perché cambiano la maturità e la motivazione». Alla scuola, che ha sede nel Palazzo Ducale di Colorno (Parma), si imparano sia le tecniche sia le tradizioni culinarie. Si passa dalla pratica alla teoria per orientarsi a tutto tondo nel mondo

Carta d'identità

ALMA
La Scuola Internazionale di Cucina Italiana
Piazza Garibaldi, 26
43052 Colorno (Parma)
Tel. +39 0521.52.52.11
e-mail: infoalma@scuolacucina.it
www.alma.scuolacucina.it

della cucina. La formazione è completa e infatti in base a un sondaggio del 2013 su 730 utenti, il 36,6% ha trovato lavoro subito, il 40,8% entro 3 mesi, l'8,2% entro sei mesi e il 3,7% entro l'anno. Di questi 730, il 72,8% lavora in Italia, il 18,5% in Europa e l'8,7% nel resto del mondo. «Dare la possibilità di incontrare grandi Maestri del mondo della cucina, del vino, della pasticceria, equivale a dare la



ALMA, di cui il Maestro Gualtiero Marchesi è il rettore, si avvale di un corpo docenti formato dai migliori cuochi e pasticceri e dai più accreditati esperti del mondo della ristorazione.



garanzia di una formazione totale ed eccelsa – ha spiegato ancora Sinigaglia – perché si impara a entrare nel mondo dell'accoglienza in ogni sua minima sfaccettatura. Poi, certo, ogni studente ha le sue predisposizioni, le sue materie preferite, anche se chiediamo il massimo in tutte le discipline. Ma è sempre bellissimo vedere questi nostri "semi ALMA" che germogliano portando la firma della qualità italiana della cucina».

Bianca Senatore

Nelle aule attrezzate per la formazione di professionisti, gli studenti imparano il valore e il rispetto del territorio, dell'arte culinaria italiana, della pasticceria, del servizio di sala e del management.



L'eredità di Expo (per il futuro del Pianeta)

Sei mesi di selfie, hashtag, tormentoni, astuzie per superare le file, foto di cibi strani, volontari addormentati in metro

Settimane di folla, di Giapponesi in kimono che mangiano pizza, di amori intercontinentali scoppiati a un padiglione di distanza. Di conferenze, notti insonni e giornate spensierate. Questo e molto altro è stato l'Expo, conferma chi ci ha lavorato.



Claudia Sorlini, professore ordinario di Microbiologia agraria presso l'Università degli Studi di Milano, è Presidente del Comitato Scientifico Expo 2015.

Claudia Sorlini, Presidente del Comitato Scientifico per Expo 2015, tira un sospiro di sollievo.

È finita...

Finita la manifestazione, ma di cose da fare ce ne sono ancora a migliaia. Però il bilancio è decisamente positivo e gli obiettivi sono stati raggiunti. Nessuno s'aspettava tanto.

Qual è il risultato?

Migliaia e migliaia di eventi in tutta Italia, un'ondata che ha portato a discutere di equità, di fame, di diritto al cibo e di sostenibilità. Abbiamo fatto enormi passi avanti su temi che prima avevano poco spazio. È cresciuta la coscienza che il cibo è un diritto per tutta l'umanità e che vanno sviluppate politiche per combattere la fame non solo nei Paesi in via di sviluppo, ma anche qui: in Europa ci sono 79 milioni di poveri, solo in Italia 7 milioni e in America

45 milioni. Sono problemi seri che dobbiamo affrontare in casa nostra, prima di tutto. Quindi, come dice la *Carta di Milano*, il documento che rappresenta l'eredità culturale di Expo Milano 2015, tutti dobbiamo assumerci, collettivamente e individualmente, la responsabilità di garantire il diritto al cibo alle future generazioni, partendo dalla lotta allo spreco.

Quanta gente ha letto e sottoscritto la Carta di Milano?

Più di 1 milione di persone l'ha firmata e si è detta disposta a fare quello che richiede. La *Carta* è stata consegnata il 16 ottobre a Ban Ki-moon, segretario generale delle Nazioni Unite, con tutte le firme e gli allegati di chi ha voluto partecipare. Ora dobbiamo agire perché la vera sfida è concretizzare i progetti.

Quali sono le indicazioni?

Prima di tutto è emersa l'esigenza di rendere il cibo disponibile per tutti. Questo non vuol dire solo produrre di più, ma soprattutto sprecare di meno, a partire da chi va a fare la spesa, e non deve cedere a lusinghe del tipo "prendi 3 paghi 2", fino alle associazioni dei consumatori, che ultimamente fanno educazione alimentare. Sono tante le start-up o le organizzazioni che ritirano il cibo avanzato da ristoranti o supermercati e lo ridistribuiscono, ma va fatto di più, va allargata la rete e per questo è necessario l'aiuto del Governo.

Cioè?

Molte aziende e società che distribuiscono il cibo avanzato chiedono alleggerimenti fiscali. Anche a livello

europeo bisogna intervenire perché le regole, secondo cui per esempio sono vincolanti aspetto estetico, colore, forma, alimentano cattive abitudini. Di questi errori si era parlato già nel gennaio 2012: l'Ue aveva fatto autocritica e aveva ipotizzato di evidenziare più il valore nutrizionale che l'estetica degli alimenti, ma ora metta nero su bianco.

Sono stati presi contatti con Paesi in via di sviluppo?

Alcuni hanno saputo approfittare meglio di altri delle opportunità di Expo. Abbiamo organizzato molti incontri in cui abbiamo messo in contatto il nostro mondo scientifico con il loro e siamo riusciti a creare importanti collaborazioni.

C'è già qualche progetto?

Con la Sierra Leone ne avevamo già avviati, tant'è che nel loro padiglione hanno proiettato filmati che mostrano i primi risultati delle ricerche fatte insieme. Adesso partirà un'altra fase che mira a potenziare la coltivazione del riso. Con l'Oman abbiamo attivato una partnership per parlare di donne, agricoltura, scienza e conservazione della biodiversità. Ma sono state strette molte altre collaborazioni con varie università milanesi: la Bicocca con i Paesi del riso, l'università S. Raffaele con quelli della frutta, lo IULM con le isole del Pacifico.

Quali innovazioni e tecniche l'Italia ha appreso da altri Paesi?

Molti Paesi in via di sviluppo seminano un po' a caso. Studiando insieme a loro questa tecnica, abbiamo deciso di applicarla con qualche modifica,

creando dei piccoli lotti dove la semina di legumi si alterna con quella dei cereali. I legumi, grazie ai batteri che vivono in simbiosi con le loro radici, catturano l'azoto dell'aria fissandolo, con il risultato di fertilizzare il terreno, ridurre il fabbisogno di fertilizzanti chimici e aumentare la produttività. Queste sperimentazioni generate dalla collaborazione hanno dato ottimi risultati.

E poi?

I Paesi del Medio Oriente e del Nord Africa ci hanno fatto conoscere piante che resistono alla siccità, un problema con cui dobbiamo fare i conti anche noi. Per esempio, hanno varietà di piselli e fagioli capaci di resistere al caldo e di accumulare grandi quantità di proteine e ferro. Spesso questi Paesi non riescono a sfruttare al meglio le loro risorse che potrebbero essere una ricchezza per tutto il bacino meridionale dell'Europa.

Ora che Expo è terminato, il Comitato Scientifico si scioglierà?

Abbiamo ancora molte

cose da fare e il Sindaco Pisapia ha deciso di prorogarlo fino alla scadenza del suo mandato. ■

Bianca Senatore

Nato nel 2012, il Comitato Scientifico è costituito dalle

università milanesi. Da sinistra: Fontanesi rettore

della Bicocca; Puglisi rettore dello IULM; Azzone rettore del Politecnico; Decleva allora rettore della Statale; il Sindaco Pisapia; la Presidente Sorlini; Sironi rettore della Bocconi; Baraldi prorettore vicario della Cattolica; Scala rettore del San Raffaele.





Caminadella Dolci
Via Caminadella 23
20123, Milano
tel. 0272021136
www.caminadelladolci.it



Crème brulée, quiche di mele, madeleine e cheese cake al cioccolato: Caminadella Dolci è un'oasi di relax per golosi che Elena Rasi e Daniela Bianchi hanno aperto in un cortile della vecchia Milano a due passi da piazza S. Ambrogio (per entrare bisogna citofonare).

Qui si comprano, ordinano e gustano, in una piacevole atmosfera, torte dolci e salate fatte in casa con ingredienti naturali, anche biologici.

La specialità è la torta di pane e cioccolato che Elena prepara seguendo la ricetta della nonna veneta, ma sono da provare anche i cannelés (dolci francesi alla vaniglia), i biscotti, le marmellate dai sapori insoliti, le crostate, lo strudel e la schiacciata di cioccolato.

Si organizzano catering, corsi di biscotti per bambini e di pasticceria per adulti. Il locale si può prenotare per feste private.



I SEGRETI DELLA SPESA

Come scegliere rape e barbabietole

Dall'insulto "testa di rapa", al luogo comune "la barbabietola va bene solo per colorare i risotti": rendiamo giustizia a due ortaggi umili e preziosi, che non hanno nulla da invidiare agli spinaci di Braccio di ferro.

Barbabietola o bieta

(*Beta vulgaris*)

Ortaggio della famiglia delle Chenopodiacee, come appunto gli spinaci, è molto versatile. Si tratta di una radice carnosa con polpa rossa. Esistono anche le *barbabietole a polpa bianca* che si distinguono in *barbabietole da foraggio* e *barbabietole da zucchero*, non utilizzate per cucinare.

Della barbabietola rossa si usano:

- *la polpa*. Si può consumare cruda, a fettine sottili o "a julienne" nelle insalate, condita con olio e sale. È buona anche cotta, come ingrediente di zuppe e vellutate. Provatela anche fritta, tagliata sottile come le *chips* di patate (aggiungete sale ed erbe aromatiche per attenuarne il sapore dolce). Nei supermercati si trova spesso sotto vuoto, già sbollentata e pelata.

- *le foglie*. Si consumano sia cotte sia crude. Sono lunghe e di color verde scuro, con la nervatura centrale rossiccia.

Proprietà: le foglie contengono-

Barbabietole e rape sono una sfida per il palato? Perché non provarle

fritte, tagliate a fette sottili? Salatele e cospargetele con erbe aromatiche.

no ferro, potassio, magnesio, vitamina C e acido folico. La polpa contiene anche calcio, rame, zinco, riboflavina, tiamina,

niacina e vitamine A e B6. **Stagionalità:** autunno e inverno.

Occhio a ...

Le foglie: se acquistate le barbabietole intere e crude devono apparire fresche e giovani.

La radice globosa: deve essere soda e priva di ammaccature.

Rapa (*Brassica rapa*)

La rapa è un ortaggio della famiglia delle Brassicacee o Crucifere, come il cavolo, la senape e il ravanello. È una radice di forma tondeggianti, rivestita da una buccia molto sottile e biancastra, che nella parte superiore forma un colletto rosso intorno al quale si sviluppano le foglie. In cucina ci si può sbizzarrire: utilizzata cruda nelle insalate, o cotta nelle zuppe, i modi per cucinarla sono svariati e interessanti. Di consistenza molto simile alla carota, la rapa si presta a essere fritta, glassata, brasata, gratinata, cotta al vapore e, per la sua forma tozza, è possibile cucinarla persino ripiena. Le foglie possono essere consumate come quelle degli spinaci, crude o cotte.

Proprietà: la rapa è ricca di acido folico, vitamina C e potassio, mentre le foglie sono ricche di magnesio e vitamine A, B, C.

Stagionalità: autunno e inverno.

Occhio a...

La radice globosa: non deve mostrare ammaccature.

Le dimensioni: non comprate rape troppo grosse, perché potrebbero essere amare.

Le foglie: devono essere di un verde tenero. ■

a cura di
Chiara Porati





• B I S T R O T •

*Home is not a place,
it's a feeling.*

*Ampia offerta di vini artigianali biologici e biodinamici.
Ma anche birre, cocktails, long drinks, distillati, succhi di frutta.*

*Per accompagnare i nostri vini, ogni giorno proponiamo abbinamenti
con salumi, formaggi, carne, pesce e zuppe
frutto di una selezione estrema effettuata per potervi offrire le migliori eccellenze italiane.*

Ogni settimana organizziamo degustazioni con la presenza dei produttori .

Via Salasco 21 – Milano - Tel 02 32960708
www.vinodromo.com

I SEGRETI DELLA SPESA

Barbarossa d'autunno con straccetti di calamari

*Un abbinamento impensabile, ma gustoso.
Scopriamo come valorizzare le barbabietole
con una ricetta semplice e molto originale*

Nata a Brazzaville, capitale del Congo, Victoire Gouloubi è arrivata in Italia a 20 anni e dopo tanta gavetta è diventata una delle migliori chef sulla scena milanese. Estroversa, precisa, con un tocco raffinato, Victoire riesce sempre a mettere nel

piatto qualcosa di gustoso e nuovo, pur usando ingredienti semplici e ricette di facile realizzazione. Ecco perché, parlando di barbabietole, abbiamo pensato di chiedere a lei una ricetta insolita. L'abbinamento è davvero sorprendente e siamo certi che vi piacerà.

Ingredienti per 4 persone:

- 100 g di lamponi
- 250 g di barbabietole lesse
- 1 cipolla rossa
- 1 spicchio d'aglio
- 200 g di calamari
- sale e pepe nero q.b.
- 5 cucchiaini di olio Extra Vergine d'Oliva
- 30 g di germogli di crescione
- cialde di pane croccante q.b.

Come prepararla

Tagliate a pezzi grandi le barbabietole e la cipolla rossa. In una pentola scaldate un filo d'olio Extra Vergine d'Oliva e fate appassire a fuoco medio le barbabietole con la cipolla rossa. Aggiungete lo spicchio d'aglio,

il sale e il pepe, unite anche due bicchieri d'acqua. Fate bollire fino a ridurre il liquido a metà. Ritirate dal fuoco, aggiungete i lamponi e, se necessario, correggete di sale. Unite 4 cucchiaini di olio Extra Vergine d'Oliva e frullate per ottenere una crema liscia. Coprite con un coperchio e tenete da parte. Pulite i calamari, tagliateli "a julienne" e conditeli con un poco di sale e olio EVO. Scaldate molto bene una padella antiaderente, quindi buttatevi i calamari: lo shock termico li renderà croccanti fuori e teneri all'interno. Girateli su ogni lato, fino a ottenere una doratura uniforme.

Come impiattarla

Con l'aiuto di un cucchiaino, mettete un po' di crema di barbabietole in un piatto fondo, adagiatevi al centro gli straccetti di calamari scottati, condite con un filo d'olio Extra Vergine d'Oliva e infine decorate con i germogli di crescione e le cialde di pane croccante. Servite subito. ■

a cura della Redazione

Chi avrebbe l'estro di immaginare un piatto con questi quattro ingredienti? Victoire ha bilanciato dolcezza (barbarossa), acidità (lamponi), delicatezza (calamari) e personalità (cipolla di Tropea).



© ANDREW MALONE
© A. PUODANI



© IAN DUMAT
© NOVEGUA



Dal seme al risotto

Un'esperienza all'Azienda Agricola Fornaroli, in un'antica cascina dell'800 alle porte di Pavia

Poiché amiamo tanto il riso, io e Claudia abbiamo deciso di andare a vedere dove si produce. Volevamo quasi vestirci da mondine e arrivare nei campi immedesimate nella parte, ma poi abbiamo pensato che ci avrebbero prese per matte e allora... niente. L'esperienza all'Azienda Agricola Fornaroli però è stata ugualmente incredibile. Nonostante una giornata un po' nuvolosa, siamo riuscite a vedere dove nascono le piantine e a conoscere tutto il processo di crescita, fino a quando il bel chicco bianco viene raccolto nel sacchetto di tela. I campi dell'Azienda si estendono su 90 ettari a Sud-Ovest di Pavia, tra il Po e il Ticino, una posizione geografica molto favorevole per la coltura. Le acque dei due fiumi, che per secoli hanno bagnato quell'area, prima di ritirarsi hanno depositato milioni di microrganismi che rendono ancora quasi superfluo l'uso di concimi chimici. Le risaie vengono inondate dalle acque del fiume Ticino, le cui proprietà



Carta d'identità

Azienda Agricola
Fornaroli Alberto
Cascina Paradiso Vecchio
San Martino Siccomario (PV)
Tel e fax 0382 498491
fornoalbe@libero.it

La nascita dell' Azienda Paradiso Vecchio risale probabilmente alla notte dei tempi. Da una ricerca fatta si pensa che la cascina sia stata ristrutturata, prendendo le attuali sembianze intorno alla fine dell' 800.

organolettiche rendono il riso naturalmente ricco di caratteristiche fisico-chimiche speciali. Insomma, è un prodotto buono, genuino e sano, tanto che tutta l'azienda ha ottenuto il Certificato del Manuale di Autocontrollo Alimentare.



Nella Cascina Paradiso Vecchio abbiamo visto tutto il procedimento e sono rimasta particolarmente colpita dai macchinari che separano e selezionano uno dopo l'altro i diversi chicchi, escludendo quelli rotti o baciati. In una stanza tutti gli ingranaggi procedono all'unisono e seguendo il percorso di un chicco durante ogni fase ci si può rendere davvero conto di tutto il processo di produzione. Alla fine, messi su un vassoio scuro, si può osservare la differenza di colore dei vari chicchi fino al bianco perlato tipico.

A conclusione della nostra visita io e Claudia l'abbiamo anche assaggiato questo magnifico riso e per farvi deliziare, ecco gli ingredienti della ricetta del:

Risotto al Barbera

Ingredienti per 4 persone

- 360 g di riso
- 30 g di burro
- 1,5 lt di brodo vegetale
- 1 bicchiere abbondante di vino Barbera
- 1 cipolla
- 2 cucchiaini di salsa di pomodoro
- 4 foglie di salvia
- 1 foglia di alloro
- noce moscata q.b.
- sale e sepe q.b.
- 20 g di Parmigiano reggiano grattugiato. ■

Bianca Senatore

TENDENZE

Dire, fare, brasare? Solo con la padella giusta

Il detto dice: "Chi ha fatto la pentola, ha saputo fare anche il manico", ma se la bistecca è diventata una suola di scarpa, probabilmente non è colpa del diavolo

Ingredienti di qualità sono alla base di un buon piatto, ma la pentola sbagliata può rovinare una ricetta tanto quanto un condimento errato. Abbiamo chiesto a Casalinghi Fornaro di Milano, esperti del settore, un *vademecum* per orientarci tra i vari materiali utilizzati nella fabbricazione delle pentole.

Antiaderente

È il materiale più pratico, ma deve essere certificato. Che si tratti di padelle o casseruole, è fondamentale che ci sia una dettagliata scheda prodotto. L'antiaderente deve essere *nikel free* (senza nikel) e soprattutto senza *PFOA* (Acido perfluorooctanoico), altamente nocivo. Le pentole migliori hanno un fondo di alluminio, che viene rivestito a secco da tre strati di materiale antiaderente, ottenendo così uno spessore antigraffio e una perfetta antiaderenza, utile per cucinare senza condimenti. Il prodotto di

qualità è garantito per 10 anni. Per la cottura a induzione esiste l'antiaderente con fondo ferroso.

Acciaio

Materiale eterno, non lascia nessun tipo di residuo nel cibo, ma solo se si tratta di acciaio inox 18/10. Per una buona resa in cucina il fondo della pentola deve essere triplo.

Smalto

Non si utilizza quasi più perché è molto delicato. Se si ama lo stile, è sempre meglio accertarsi della provenienza del materiale, controllando la scheda tecnica del prodotto.

Vetro-ceramica

Adatto alle cotture in forno e in microonde, è molto igienico e può essere collocato anche in freezer. Non è antiaderente, ma è molto funzionale perché i contenitori in vetro-ceramica dal forno possono passare direttamente alla tavola.

Terracotta

Poche aziende producono pentole di terracotta utilizzabili sulla fiamma diretta. Essendo un materiale poroso, il coccio deve essere trattato per l'utilizzo in forno e in lavastoviglie. Attenzione alle certificazioni del prodotto.

Ghisa

Se di buona qualità, le pentole di ghisa sono garantite a vita, soprattutto se vetrificate all'interno. Essendo un materiale ferroso, la ghisa è adatta all'induzione. La conduzione del calore è uniforme e veloce. Perfetta quindi per i fritti.

Rame

È un ottimo conduttore di calore e cuoce in modo uniforme. Richiede però manutenzione: per l'esterno con prodotti appositi, per l'interno ogni tanto occorre rinnovare la stagnatura con stagno purissimo al 100%.

Silicone

Perfetto per il forno, è leggero e malleabile. Pratico per sformare dolci e soufflé senza fatica. ■

Chiara Porati

Carta d'identità

Casalinghi Fornaro S.n.c.
Corso Porta Romana di fronte al n.54
20122 Milano
tel./fax. 0258307127 / 0258302755
email: stefano.fornaro@fastwebnet.it
www.casalinghifornaro.it

Fornaro consiglia di dotarsi inizialmente di una batteria di padelle antiaderenti di buona qualità e di pentole in acciaio, leggere e pratiche. Se poi vorrete fare le cose sul serio, ghisa, rame e terracotta sono insuperabili.



Per cena, cavallette o grilli fritti?

Friabili, leggermente salati, con un sapore simile a quello delle noccioline tostate: così hanno descritto i grilli i temerari che li hanno assaggiati durante la prima degustazione di insetti in Italia

«Abbiamo infranto tutti i tabù e chiunque li abbia assaggiati, li ha trovati buonissimi». Parola di Andrea Mascaretti, responsabile per la Società Umanitaria di Milano del progetto *Edible Insects* che, dopo più di un anno di lavoro, può decisamente esultare. Perché lui e i suoi collaboratori ci hanno visto lungo, anche se, quando è stato presentato il progetto nell'ottobre 2014, hanno incontrato molte titubanze.

«Ma no, impossibile! Figuriamoci se si cominceranno davvero a mangiare gli insetti!» si diceva. E invece il 27 ottobre, a cento ore dalla chiusura di Expo, il gruppo è riuscito a organizzare la prima degustazione ufficiale di grilli e cavallette. «C'è voluto molto impegno, ma ce l'abbiamo fatta - racconta Mascaretti - È stato un successo, e parlo dell'intero progetto, non solo della degustazione». Dall'apertura di Expo

2015, infatti, *Edible Insects*, sempre con il supporto della Società Umanitaria e di Coop Italia, ha realizzato una mostra interattiva sul consumo d'insetti visitata da circa 700mila persone. «Tutti quelli che guardavano i video, realizzati dal centro audiovisivo dell'Umanitaria e dalla società Delta Frame, sono rimasti stupiti ed entusiasti - ha spiegato Mascaretti - Inoltre, il 44% degli Italiani ha dichiarato di essere disposto a mangiare insetti».

Gli insetti secondo l'Unione europea

Il clamore della degustazione è stato accompagnato, giusto il giorno dopo, dalla notizia che anche l'Unione europea si sta lasciando conquistare dalla possibilità di inserire queste nuove proteine nell'alimentazione quotidiana. Dopo poco più di 24 ore, infatti, con 359 voti a favore, 202

www.cibiexpo.it - Facebook: Cibi Magazine



contrari e 127 astenuti, il Parlamento ha dato il primo via libera al consumo di insetti, pur mantenendo ancora alcuni paletti. A dare il suo parere ora dovrà essere l'EFSA (*European Food Safety Authority*), l'autorità europea per la sicurezza alimentare, che sta analizzando i possibili rischi. «Non è che da domani si mangeranno solo cavallette e larve - ha precisato Andrea Mascaretti. - Le metteremo in tavola alternandole agli altri prodotti di origine animale di cui

nutriamo abitualmente». L'impiego degli insetti però ancora non convince tutti, nonostante i recenti allarmi dell'OMS sui consumi delle carni rosse. Eppure in Europa c'è chi è già molto avanti. In Belgio, per esempio, nei supermercati è possibile trovare prodotti realizzati con derivati da insetti, come farine o semilavorati, e l'idea di mangiare direttamente un grillo non sconvolge più di tanto. Forse è solo una questione di abitudine, forse basta rompere qualche schema mentale, perché in fondo... molluschi,

rane e cicale di mare già li mangiamo abitualmente.

Una fonte alimentare sostenibile

Se anche l'OMS dirà, come confermano le analisi chimiche e biologiche fatte fin qui, che non ci sono rischi, cambierà poco nell'alimentazione quotidiana, solo qualche insolita proteina animale in più. «È una scelta utile per garantire il cibo alla popolazione del futuro - ha precisato Mascaretti. - Adesso sul Pianeta siamo oltre 7 miliardi e nel 2050 saremo oltre 9 miliardi.

Diventerà molto difficile produrre cibo a sufficienza per tutti, soprattutto tenendo conto dei danni prodotti dall'inquinamento e della frequenza delle situazioni di sfruttamento feroce». Per sfamare il mondo bisognerà pensare a fonti alimentari sostenibili e gli insetti possono essere la risposta: sono ricchi di proteine e richiedono poco spazio e poca acqua. Certamente in Italia se ne continuerà a discutere, soprattutto grazie al lavoro di università e centri di ricerca che hanno affrontato questo tema in un testo di 56 pagine, *Il libro bianco degli insetti commestibili*, che vuole contribuire alla produzione di norme di riferimento per un settore strategico per la sicurezza alimentare del prossimo futuro. «Abbiamo realizzato questo lavoro a luglio - ha concluso Mascaretti - e lo consegneremo alla FAO. Poi staremo a vedere cosa succede».

Bianca Senatore

f www.edibleinsects.it

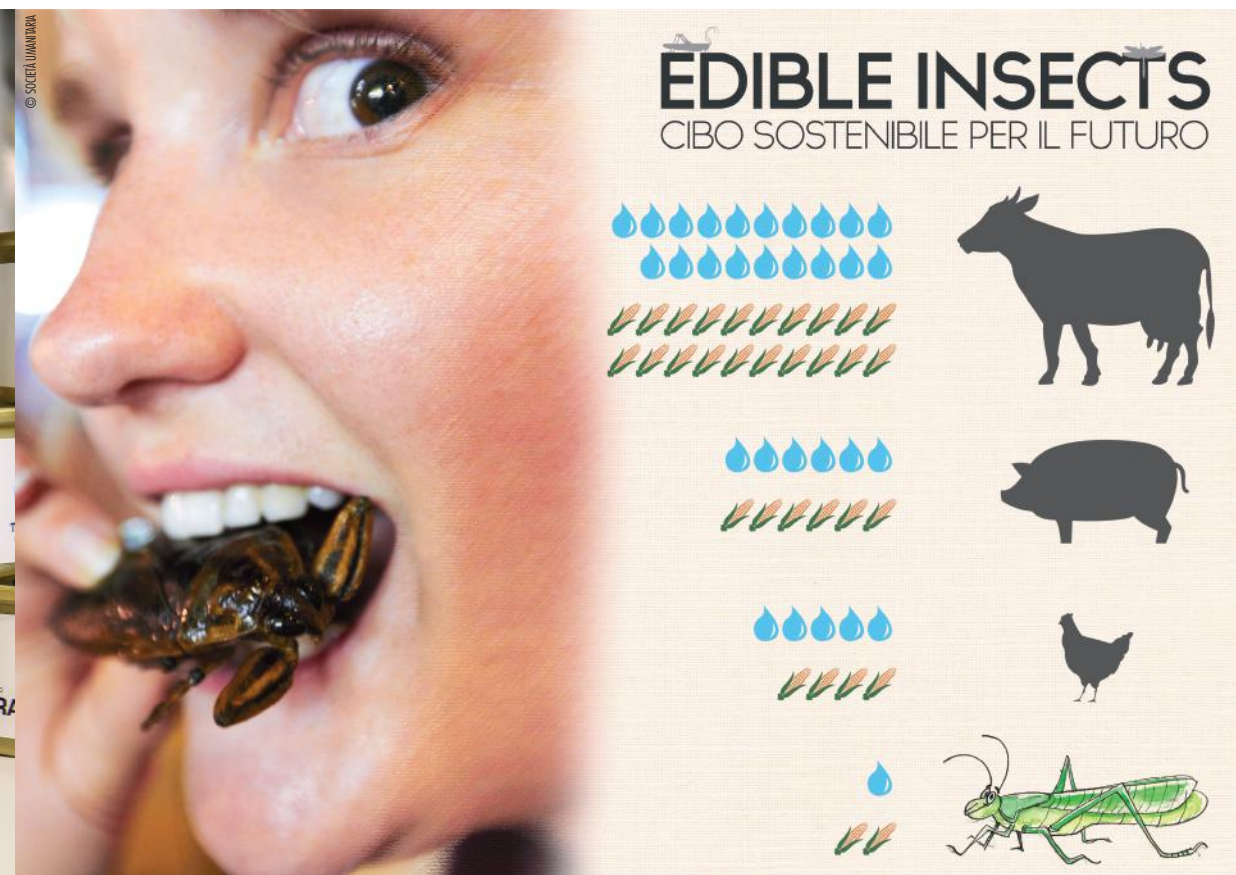
t [@insectsedible](https://twitter.com/insectsedible)



Alla presentazione sono intervenuti: **Maria Helena Polidoro**, direttore generale Società Umanitaria (nella foto, in piedi), **Andrea Mascaretti**, promotore di "Edible Insects", **Chiara Faenza**, responsabile sostenibilità di Coop Italia (nella foto a dx), **Cecile Flagotier**, rappresentante del padiglione belga.



Prodotti a base di insetti commestibili esposti alla mostra del "Future Food District" di Coop Italia, realizzata dalla Società Umanitaria con Agicon. La mostra ha superato i 700mila visitatori.





La Tordera
PROSECCO VALDOBBIADENE

*Christmas
is coming!*



 **NATURAL
BALANCE**

info@latordera.it
www.latordera.it

Superiore di Cartizze Docg
Valdobbiadene Limited Edition 2015

A CURA DELL'INSERZIONISTA

21/11/2015, anno 3, n. 9

27

Accordo sul clima: il Pianeta non può attendere

All'inizio di dicembre si terrà a Parigi la ventunesima Conferenza delle Parti (COP21) per cercare di raggiungere un accordo internazionale sulla riduzione delle emissioni di Co2

Si tratta di un'occasione storica per raggiungere un obiettivo inseguito da anni e non più rinviabile. Per questo l'Europa deve essere all'altezza del suo ruolo di guida e di esempio globale sull'ambiente, come ha sempre dimostrato in questi anni con politiche ambiziose in campo climatico e ambientale, e per questo al Parlamento europeo abbiamo votato una risoluzione che mette nero su bianco le nostre ambizioni.

Il 7 e 8 dicembre a Parigi si riuniranno i governi di tutto il mondo, le ONG e i rappresentanti delle imprese. Si tratta di un evento a cui lavoriamo dal dicembre 2009, quando la COP15 di Copenaghen, che doveva portare ad un accordo vincolante sul clima, si è risolta in un clamoroso fallimento. Sei anni fa hanno prevalso gli egoismi nazionali, le preoccupazioni per l'incombente crisi economica e le accuse reciproche tra Stati Uniti e Cina. Oggi non ci possiamo più permettere un

altro fallimento se vogliamo prendere seriamente l'impegno a limitare a due gradi centigradi l'aumento della temperatura globale causata dalle emissioni di Co2. In cinque anni di alluvioni, uragani e siccità il mondo ha preso coscienza dell'urgenza di limitare il cambiamento climatico e oggi l'obiettivo di un vero accordo vincolante che includa anche i Paesi emergenti è a portata di mano.

Lo scorso 15 ottobre al Parlamento europeo abbiamo quindi approvato una risoluzione con 434 voti favorevoli, 96 contrari e 52 astenuti per chiedere all'Ue e ai suoi Stati membri di puntare ad un accordo internazionale per la riduzione del 40% delle emissioni di gas serra entro il 2030, un obiettivo di efficienza energetica del 40% e un obiettivo del 30% per le energie rinnovabili. Insieme ai colleghi del Gruppo dei Socialisti e Democratici abbiamo soprattutto insistito sul fatto che l'accordo dovrà essere giuridicamente

vincolante. Inoltre nella risoluzione si chiedono finanziamenti adeguati, cioè 100 miliardi di dollari l'anno entro il 2020, e l'inclusione negli sforzi di riduzione delle emissioni anche del settore dei trasporti. Gli interessi in gioco sono enormi, ma noi eurodeputati non accetteremo niente di meno e continueremo a batterci per questi obiettivi. ■

Patrizia Toia

Patrizia Toia è parlamentare europea del Partito Democratico. Vicepresidente della Commissione Industria, Ricerca ed Energia e membro della

Commissione Sviluppo, è anche vicepresidente del neonato Gruppo dell'Alleanza Progressista dei Socialisti & Democratici.

S&D

Gruppo dell'Alleanza Progressista dei
Socialisti & Democratici
al Parlamento europeo

Panzerà

MILANO

Il vero Panettone è il Panettone di Milano

“Quello fatto solo con farina, uova, zucchero, burro, lievito madre, uvetta e canditi come la ricetta usata dal mio bisnonno Ampelio, sempre la stessa dal 1910.

Quello preparato con le uova "vere", con la farina forte che rende l'impasto più elastico e resistente per la lunga lievitazione naturale di 30 ore.

Quello che sa di panettone, perché il Panettone di Milano ha un sapore unico e inconfondibile. E non è veramente Natale senza il vero Panettone.”

Lorenzo Panzerà



Panzerà Milano Porta Nuova
Viale Monte Santo 10
20124 Milano

Panzerà Milano Stazione Centrale
Piazza Luigi di Savoia 1/9
20124 Milano

www.panzeramilano.com

A PROPOSITO DI ACQUA

Saperi di tutto il mondo unitevi

*A Milano, il gotha degli esperti dei
servizi idrici di tutta Europa*

Lo scorso ottobre si è svolto a Milano, organizzato da MM SpA e ATO (Ufficio d'Ambito Territoriale Ottimale ndr) Città di Milano, il convegno internazionale "Smart Water. Nella città del futuro" aperto dall'Assessore Pierfrancesco Maran: «Penso che se riuscissimo a porre al centro dell'attenzione internazionale il tema dell'accesso all'acqua - ha esordito - Milano potrebbe essere un punto di riferimento dove discutere e trovare soluzioni condivise». Il Presidente di MM SpA Davide Corritore ha rimarcato l'importanza

della circolazione dei saperi permanenti, visto che l'acqua è un tema strategico e la circolazione dell'innovazione e delle nuove tecnologie può aiutare chi ne è privo ad avere l'accesso all'acqua. «Ricordiamoci che l'acqua - ha sottolineato Corritore - è un settore economico che può contribuire al PIL di Milano e dell'area metropolitana». Andrea Zelioli, Direttore ATO Città di Milano, si è soffermato sul compito di avviare le attività di regolazione dell'ATO Metropolitano anche sul territorio di Milano: «Si dovrà mediare tra le parziali differenze degli elementi tecnici e gestionali. Le strategie economico finanziarie da utilizzare in

Chi è MM SpA

Controllata dal Comune di Milano, MM SpA dal luglio 2003 gestisce il servizio idrico integrato di Milano: cura la captazione, la potabilizzazione e la distribuzione dell'acqua, raccoglie le acque dagli scarichi fognari e ne coordina la depurazione prima del rilascio all'ambiente. È una società d'ingegneria creata nel 1955 per progettare e realizzare linee di metropolitana nel capoluogo lombardo, divenuta leader in Italia nel settore delle opere civili e degli impianti di linee ferroviarie urbane ed extraurbane. Dal 1° dicembre 2014 gestisce anche le case popolari del Comune di Milano.

sede di Pianificazione degli interventi dovranno essere molteplici e differenziate». Stefano Cetti, Direttore Generale di MM SpA, ha evidenziato l'importanza di «momenti di crescita, per aprirsi al confronto tra gestori e regolatori. Da sempre MM si confronta con i propri stakeholders, portatori d'interessi diversificati. È a loro che dovremo rendere conto di un piano di

investimenti che dal 2014 al 2037 prevede la spesa di 890 milioni di euro». Infine, Marco Fantozzi, referente per l'Europa dell'IWA Water Loss Specialist Group, e coordinatore del convegno, ha così riassunto la giornata: «MM e ATO Città di Milano hanno favorito il primo confronto internazionale tra le varie realtà europee. Il ruolo delle tecnologie innovative in ambito idrico è fondamentale per rendere più sostenibile ed economico il servizio. È necessario un dialogo tra regolatori e operatori per portare l'efficienza della rete a un livello più elevato. MM sta costruendo relazioni importanti a livello internazionale». ■



L'Assessore P. Maran ha dichiarato che a Milano, grazie alle risorse oggi disponibili, si può finalmente dare risposta al problema storico delle esondazioni del Seveso.



21/11/2015, anno 3, n. 9

29

La Carta per l'Acqua ha compiuto un anno

Operazione trasparenza: la Carta per l'Acqua del Gruppo CAP e la sua applicazione si estende a tutto il territorio della Città Metropolitana

Il progetto, sottoscritto dalla Conferenza dei Sindaci della Città Metropolitana di Milano, da Legambiente, dal Comitato italiano per un contratto mondiale per l'acqua e da alcuni comitati locali e lanciato in via sperimentale nel 2014, punta a diffondere le informazioni sulla qualità dell'acqua



I sindaci della Città Metropolitana hanno sottoscritto la Carta per l'Acqua insieme al Gruppo CAP.

Le Case dell'Acqua in EXPO hanno erogato oltre 9 mln di litri d'acqua, equivalenti a un risparmio di 18 mln di bottigliette di plastica che, messe in fila, coprirebbero 4 volte la distanza tra Milano e Parigi, dove si svolgerà la Conferenza sul clima.

del rubinetto. In concreto, si tratta di un impegno che ha per obiettivo la trasparenza dei dati sulla qualità dell'acqua e che ha avuto un riconoscimento internazionale anche da parte dell'OCSE, l'Organizzazione per la Cooperazione e lo Sviluppo Economico. La Città Metropolitana ha auspicato l'allargamento della Carta per l'acqua invitando tutti i Comuni del territorio milanese a diffonderne la conoscenza; l'ATO (Ufficio d'Ambito Territoriale Ottimale ndr) ha aderito al progetto, condividendo l'obiettivo di accrescere la fiducia nell'acqua del rubinetto.

Ma in che cosa consiste esattamente il progetto?

Innanzitutto in un importante bagaglio di informazioni a cui è possibile accedere on line. Nella

www.cibiexpo.it - Facebook: Cibi Magazine

sezione *Qualità dell'Acqua* del sito web www.gruppocap.it si possono consultare i dati analitici relativi alla qualità dell'acqua del proprio Comune, aggiornati al 31 dicembre dell'anno precedente, con un dettaglio che arriva al singolo pozzo. Non solo, ma per ogni Comune sono disponibili dati e rapporti, per esempio sulle Case dell'Acqua, sui consumi pro capite, sulle interconnessioni idriche, sulla composizione della falda del proprio territorio, e via dicendo. Tra i documenti più preziosi è scaricabile anche la relazione annuale dell'ASL sugli acquedotti dei singoli comuni. Oggi, la conoscenza di tutti questi dati si sta diffondendo in modo capillare: «La Carta d'intenti per l'acqua per noi è un investimento in chiave di trasparenza, responsabilità e partecipazione – spiega Alessandro Russo, presidente del Gruppo CAP – a conferma del nostro impegno per contribuire a generare valore condiviso sul territorio». ■



Chi è il Gruppo CAP

Il Gruppo CAP è una realtà industriale che gestisce il servizio idrico integrato in provincia di Milano, Monza e Brianza, Pavia, Varese, Como secondo il modello in house providing, cioè garantendo il controllo pubblico degli enti soci nel rispetto dei principi di trasparenza, responsabilità e partecipazione. Attraverso un know how ultradecennale e le competenze del proprio personale coniuga la natura pubblica della risorsa idrica e della sua gestione con un'organizzazione manageriale del servizio idrico in grado di realizzare investimenti sul territorio e di accrescere la conoscenza attraverso strumenti informatici. Gestore unico dell'area metropolitana di Milano, per dimensione e patrimonio il Gruppo CAP si pone tra le più importanti monouility nel panorama nazionale.

Sagre e mercati

29 novembre
Bimbi chef al Castello di Grumello
Grumello del Monte (BG)

Nelle cucine del Castello i bambini che partecipano a "BimbiChef" preparano un menù di Natale. Collaborano anche alla decorazione della tavola, ognuno realizzando un fantasioso alberello di Natale, utilizzato come segnaposto.

Prenotazione obbligatoria
Tel. +39 348 3036243

Ingresso: 25 euro (corso, pranzo e degustazione vini per i genitori)
Orari: dalle 10 alle 17.30

Via Fosse 11
www.castellodigrumello.it

Dal 4 all'8 dicembre
446ª Fiera Fredda della Lumaca
Borgo San Dalmazzo (CN)

La festa dedicata al santo Patrono – appuntamento che si rinnova ogni anno dal 1569 – ha sempre rappresentato un momento di incontro per gli abitanti delle valli che si approvvigionavano al Borgo in vista dell'inverno e gustavano nelle sue osterie le lumache lessate, estratte dal guscio con il caratteristico chiodo per ferrare i cavalli usato anche ai giorni nostri. Oggi si sono create numerose nuove ricette per l'*Helix Pomatia Alpina*, la lumaca dalla carne bianca delle Alpi Marittime.

Struttura polifunzionale ex Palazzo Bertello
Tel. +39 0171266080
www.fierafredda.it

Dal 5 all'8 dicembre
ChocoModica 2015
Modica (RG)

Organizzata dal Comune nel centro storico e firmata da Eurochocolate, la kermesse è promossa dal Consorzio di Tutela del Cioccolato di Modica, con il contributo della Regione Sicilia e la partecipazione delle principali Associazioni del territorio. Da non perdere il Chocolate Show, l'emporio del cioccolato. Poi incontri e tavole rotonde, degustazioni, iniziative culturali e didattiche. Nei ristoranti e nei locali, speciali piatti a base di cacao e cioccolato per chi ama sperimentare.

www.chocomodica.eu
www.facebook.com/pages/Chocomodica/

CiBi I contatti della redazione

CiBi

Arte e scienza del cibo

Periodico gratuito

Anno 3 - n. 9

Milano

21 novembre 2015

Direttore responsabile:

Paola Chessa Pietroboni

Art director:

Marco Matricardi - matricardi@fastwebnet.it

Caporedattore:

Carmen Rando - carmen.rando@cibiexpo.it

Redazione:

Marta Pietroboni - marta.pietroboni@cibiexpo.it

Chiara Porati - chiara.porati@cibiexpo.it

Bianca Senatore - bianca.senatore@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

g.donegani@foodedu.it

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

flavio.merlo@cibiexpo.it

Fotografa: Chiara Visconti

Immagini di copertina: foto di Claudia Sorlini

a cura del Comitato Scientifico Expo 2015 del

Comune di Milano; minimali, dall'alto in basso:

Chiara Visconti.

Realizzazione

editoriale: Cibi srl

Con il Patrocinio di



MILANO 2015

NUTRIRE IL PIANETA

ENERGIA PER LA VITA

Con il Patrocinio di

Milano



Comune di Milano

Redazione e segreteria:

via Ausonio 9, 20123 Milano

Telefono: 02 91437802

Email: redazione@cibiexpo.it

Editore: Cibi srl

Presidente del consiglio d'amministrazione:

Paola Chessa Pietroboni

Sede legale: viale Montenero 7, 20135 Milano

P.IVA: 08210050962

Prestampa: Matricardi.com

Stampa: Tecnostampa - Pignoli Group Printing

Division; Loreto – Trevi

Stampato su carta patinata opaca 90 gr BURGO

UNO PRIME MATT.

Registrazione: n. 104 del 3/04/2013

presso il Tribunale di Milano

© 2015 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:

cell. 348 9630572

pubblicita@cibiexpo.it

Ufficio stampa e comunicazione:

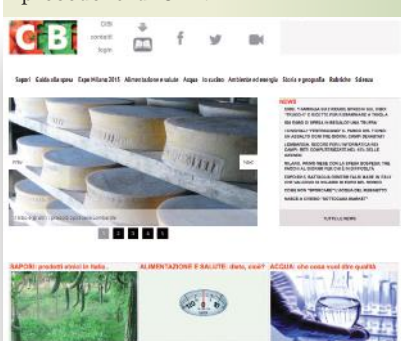
Alfredo Lomi - alfredo.lomi@cibiexpo.it

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:
Iginio Massari
il maestro del dolce



I REGALI PIÙ BELLI SONO QUELLI FATTI COL CUORE.



**Sabato 19 e domenica 20 dicembre torna in piazza
il Cuore di cioccolato Telethon, fondente e al latte.**

Ormai un classico per tutti gli affezionati alla Fondazione Telethon e per tutti coloro che vogliono essere vicini a chi lotta contro una malattia genetica rara, il Cuore di cioccolato è ottimo anche come dono natalizio con la nuova, raffinata busta regalo. Scopri di più su www.telethon.it

