

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. 8
21 ottobre 2015
www.cibiexpo.it



**Al via i Mondiali
di Pasticceria**



**Faravelli:
la carne bovina**

**Gualtiero Marchesi,
padre della cucina
italiana**

**Tempo
di limoncello
e altri agrumati**



Caseus

Il grande libro dei formaggi italiani

Tutti i formaggi italiani DOP e IGT

Storia, legislazione, informazioni tecniche, descrizione approfondita, classificazioni, conservazione, modalità di servizio, criteri per la scelta, abbinamenti e ricette della tradizione.

Un'opera fondamentale sia per il professionista che per l'appassionato che desidera acquisire la capacità di valutare in modo autonomo il profilo qualitativo dei prodotti proposti dal mercato.



Sfogliare un estratto su www.edizioniplan.it/caseus

Eroi del nostro tempo

Personaggi popolarissimi, vere stelle, nuovi eroi: cuochi e chef hanno soppiantato nel fanatismo del pubblico calciatori e modelle, che a loro volta erano saliti sul podio scalzandone gli ultimi divi del cinema. L'eroe è un uomo, o una donna, eccezionale, capace di compiere imprese straordinarie (le eroine in realtà sono in netta minoranza). Ingegnosi, abili, coraggiosi, capaci d'influenzare il costume e le credenze dei contemporanei, gli eroi abitano ogni tempo e ogni luogo. Si va dall'omerico Achille al nostro Garibaldi, da Lawrence d'Arabia, colonnello inglese a capo della rivolta araba del 1916 a Giovanna d'Arco, santa e guerriera francese, dal sudafricano Mandela alla birmana Aung San Suu Kyi, premi Nobel per la pace dopo i lunghi

anni di persecuzione subiti in patria. Il catalogo è ricchissimo e variegato. Anche se il Galileo di Bertolt Brecht risponde a un giovane discepolo che si dispera per la sua abiura: "Fortunato il paese che non ha bisogno di eroi!", sembra che l'affermazione sia pochissimo condivisa, visto il numero esorbitante di figure memorabili che abitano la cronaca, passata e presente, i miti, le leggende. Forse non è un male però che siano diventati figure "eroiche" nuovi tipi di protagonisti. Ci aiutano a vivere meglio, senza la pretesa di passare alla storia. Come lo straordinario cuoco (chef non gli piace) Gualtiero Marchesi, in copertina: un maestro nel suo campo! ■

Paola Chessa Pietroboni





4

Sommario

I superlativi di Faravelli La carne bovina 5

Scottona, vitellone...e bue di Carrù.
di Roberto Faravelli

Ben fatto Vellutata d'autunno 7

Funghi freschi e patate nuove per dare il benvenuto alla stagione dei colori caldi e delle temperature... freddine.

di Chiara Porati

Filo diretto Quel sapore del Sud che sa di estate 9

di Bianca Senatore



Expo I gustosi contrasti del padiglione spagnolo 10

Le anime contrapposte del padiglione spagnolo che ha messo in mostra il meglio del Paese.

di Bianca Senatore

Lo Yin e lo Yang degli OGM (parte II) 13

di Flavio Merlo

Pane, amore e formazione HACCP e sicurezza alimentare 14

Svolgere la propria attività nel settore alimentare senza mettere a rischio la salute dei consumatori: da dove cominciare?

di Claudia de Luca



Protagonisti Marchesi si nasce, cuochi si diventa 16

È il padre della cucina italiana o, come scherza lui, il nonno. Gualtiero Marchesi è riuscito a valorizzare l'anima più nascosta del cibo italiano.

di Bianca Senatore

I segreti della spesa Distretto agrumi di Sicilia Unità d'intenti 20

di Bianca Senatore

Come scegliere gli agrumi 21

A cura di Chiara Porati

Alimentazione e salute La salute del cervello? Pensiamoci a tavola 23

di Fabio Piccini



Tendenze Mondiali di Pasticceria: i forni sono caldi! 25

di Chiara Porati

A proposito di acqua MM S.p.A: una crescita responsabile 29

Nel Bilancio di Sostenibilità un cambiamento virtuoso: il valore aggiunto viene reinvestito per la città.

Sviluppo Sostenibile 30

ANCI (Associazione Nazionale Comuni Italiani), Gruppo CAP e le aziende di Water Alliance firmano la Carta di Milano con il ministro Martina.

Sagre e mercati 31

a cura di Chiara Porati

Hanno collaborato a questo numero

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.

Massimo Gelati: imprenditore e consulente di direzione nel settore alimentare, è fondatore e presidente del Gruppo Gelati di Sorbolo (PR). Docente di Gestione della qualità presso istituti e imprese nazionali e internazionali, membro della Consulta del Terziario e rappresentante della piccola industria (terziario) presso l'Unione parmense degli industriali, valutatore internazionale Ifs (International Food Standard). È stato delegato e socio fondatore della delegazione di Parma Bassa Parmense dell'Accademia italiana della Cucina, ed è docente di Alma, la Scuola internazionale di cucina italiana di Colorno. Membro dell'Eccellente Arcisodalizio per la ricerca del culatello supremo.

Fabio Piccini: Medico e psicoanalista membro ordinario dell'International Association for Analytical Psychology (IAAP), dopo aver conseguito un dottorato in Scienza della Nutrizione all'Università Politecnica delle Marche ha dedicato la maggior parte della sua carriera allo studio e al trattamento delle patologie del comportamento alimentare.

Elena Rasi: da più di vent'anni nel mondo della ristorazione, ex titolare del ristorante milanese La Brisa, oggi gestisce il negozio-laboratorio di pasticceria Caminadella Dolci, a due passi da piazza Sant'Ambrogio a Milano.

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

La carne bovina

Dopo aver parlato del vitello (il bovino fino all'anno di vita), vediamo cosa succede quando l'animale cresce

La cosiddetta 'carne rossa' è quella del bovino adulto: di *scottona*, femmina giovane che non ha mai partorito; di *vitellone*, maschio castrato piccolo, con fasce muscolari non ancora indurite dalla pubertà; di *bue*, maschio castrato più adulto; di *toro*, maschio non castrato, con fasce muscolari evidenti, carne un po' meno tenera e molto magra. Tra una carne più adulta e una più giovane cambia l'apporto proteico e di grasso. Cambia anche il sapore che è più deciso a mano a mano che aumenta l'età dell'animale e dipende dal tipo di nutrimento somministrato. Quindi, l'alimentazione è importantissima. Ma la tracciabilità imposta dalla normativa europea ci dice dove è nato il capo, dove è stato allevato e l'età, ma non cosa ha mangiato. Questo si sa invece per il manzo della macelleria Faravelli (che vende solo carne piemontese) perché arriva da piccoli allevamenti ben conosciuti. Ciò nonostante facciamo sempre analisi di laboratorio per garantire la sicurezza dei clienti.

Roberto Faravelli

Il bue di Carrù

Il nostro fiore all'occhiello è fin dai tempi di mio padre il *bue di Carrù*. Carrù è la cittadina della bassa cuneese in cui si svolge la fiera-mercato più importante del bue, tornata in auge negli ultimi vent'anni anche grazie a papà che (seguendo la regola contadina che non si riportano nella stalla gli animali che sono stati a contatto con altre bestie, estranee all'allevamento d'origine e potenziali veicoli di contagio) nel giorno di Santa Lucia (13 dicembre) scaricava i buoi a Milano, li faceva arrivare a piedi fino al nostro negozio di corso Italia, bloccando un po' il traffico ma con ottimi risultati in termini di visibilità, e organizzava un banchetto in strada a base di lesso. Il *bue di Carrù* è un animale piccolo, con arti robusti per supportare bene il suo peso. La carne è marezzata, cioè ha piccole infiltrazioni di grasso che rendono i bolliti e i brasati, fatti con i tagli anteriori adatti alle lunghe cotture, vere leccornie. Capire quali sono i pezzi idonei per i diversi tipi di cottura è importante. Ci si può far consigliare dal macellaio di fiducia. Noi, per esempio, diamo al cliente una specie di vademecum che mostra un animale sezionato in tutte le sue parti con una legenda che spiega come utilizzarle. Per apprezzare come si deve un pezzo di carne è fondamentale sapere come cucinarlo e il tempo di cottura. ■

Per conservare la carne il metodo migliore è la surgelazione. Naturalmente

deve avvenire partendo da carne fresca, non già surgelata e scongelata.

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

Tutte le frattaglie devono essere mangiate fresche. I clienti abituali di Faravelli sanno

che si macella il venerdì, così il lunedì in negozio ci sono il fegato, il rognone e la cervella fresca.



5

I principali tagli del manzo piemontese

Un'utile scheda per sapere quali sono i tagli della carne e dove si trovano.

Posteriore

1. Primo taglio o Noce
2. Infuori o Sottofesa
3. Fesa o Noce
4. Scamone
5. Girello o Magatello
6. Fiocco
7. Gallinella
8. Geretto, Stinco, Campanello
30. Coda

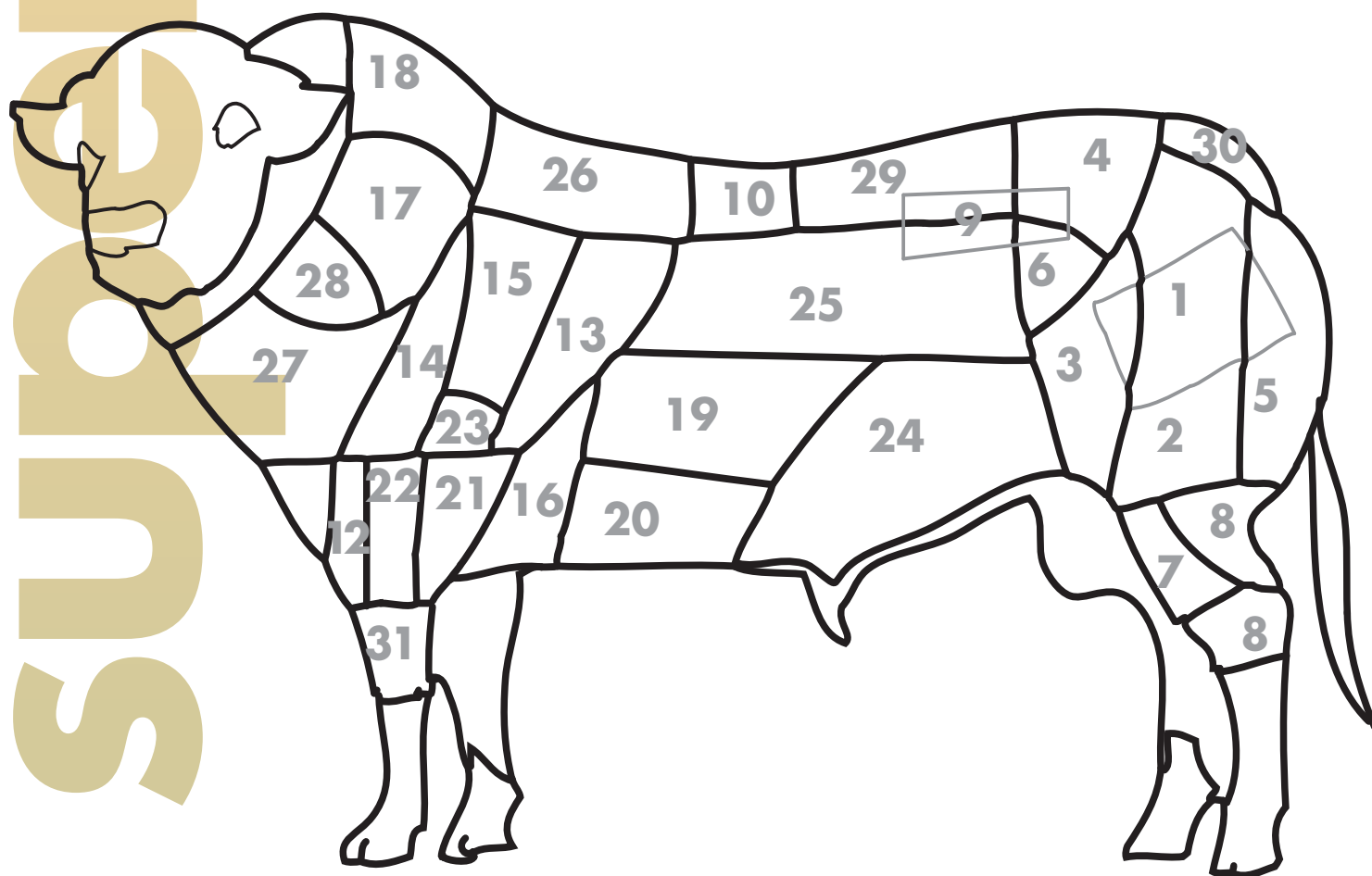
Centrale

9. Filetto
10. Sottofiletto
24. Cima/Polpa
25. Pancia
29. Carrè senza osso

Anteriore

12. Muscolo
13. Fermo di Spalla o Fesone
14. Rotondino di Spalla
15. Arrosto Vena o Sottopaletta
16. Punta di Petto
17. Tenerone o Reale
18. Brutto e buono
19. Scaramella

20. Biancostato o Sottile Spesso
21. Nocetta di spalla
22. Muscolo lungo
23. Foglia
26. Carrè con osso/costate
27. Copertina
28. Polpa magra
31. Muscolo Anteriore



Vellutata d'autunno

Una ricetta molto adatta a questa stagione, fatta rigorosamente con funghi freschi e patate nuove

Scalda il cuore nelle prime giornate di pioggia. La Vellutata di porcini e patate è un piatto facile e delicato, fatto alla maniera di Elena Rasi, la nostra guida ai fornelli.

Ingredienti per 4 persone

- 500 g di porcini
- 250 g di patate
- 1 spicchio di aglio viola
- 1 cipollotto
- ½ bicchiere di panna fresca (opzionale)
- 1 carota
- 1 cipolla
- 1 costa grande di sedano
- 1 l d'acqua
- 1 mazzetto di prezzemolo tritato
- sale q.b.

Come prepararla

In un tegame preparate un brodo vegetale con 1 litro d'acqua, sale grosso, una carota, un grande gambo di sedano



Elena Rasi, ex titolare del ristorante La Brisa, oggi è alla guida del laboratorio Caminadella Dolci insieme a Daniela Bianchi.

Questa ricetta può essere proposta anche con altre verdure. Potete sostituire i funghi con la zucca, i carciofi, il sedano rapa o il cavolfiore. Potete anche aggiungere crostini di pane, erbe aromatiche o pancetta croccante.

Menu completo

Primo piatto: vellutata di funghi

Secondo con contorno: arrosto di maiale con mele, prugne e senape

Dessert: fichi caramellati con gelato alla vaniglia

Abbinamenti

Arneis piemontese (vino bianco corposo e secco)

Umbria Grechetto IGT (vino bianco dalle note floreali, vaniglia e frutta sciropata)



e una cipolla divisa a metà. Lavate, sbucciate e tagliate a fettine le patate e il cipollotto. In una padella fate sciogliere il burro, soffriggetevi uno spicchio d'aglio viola e unite i vegetali. L'aglio viola ha un sapore più delicato e il suo gusto si sposa bene alla dolcezza del cipollotto fresco. Continuate a cuocere finché le patate saranno cotte e dorate al punto giusto. Per pulire i porcini gli intenditori non usano l'acqua. Cominciate tagliando le radici con un coltellino, spolverate la superficie con un pennello asciutto e pulito. Per non rischiare, Elena vi consiglia di strofinarli delicatamente con un panno umido in modo da togliere eventuali residui di terriccio. Tagliate a fettine i porcini puliti e uniteli alle patate. Fate cuocere finché non sarà tutto ben dorato. Salate.

Finitura

Tenete da parte qualche fettina di fungo saltato per la decorazione finale e togliete lo spicchio d'aglio. Aggiungete del brodo, tenendone da parte la metà. Fate sobbollire per qualche minuto. Frullate la zuppa aggiungendo la panna, se vi piace. Se il composto appare troppo denso, unite un po' di brodo fino a raggiungere la consistenza desiderata. Versate la vellutata nelle terrine, guarnite con un po' di prezzemolo tritato e con le fettine di funghi saltati. ■

Chiara Porati



Autumn in a creamy soup

A perfect recipe for this time of the year. It is essential to use fresh mushrooms and young potatoes



Elena Rasi, the previous owner of the restaurant La Brisa, now runs a cake and pastry shop Caminadella Dolci.

This soup can be prepared with different vegetables. Instead of mushrooms you can use pumpkin, artichokes, celeriac or cauliflower. You may also add croutons, aromatic herbs or crunchy bacon.

In the first rainy days, this is a soup for your soul. Creamy porcini and potato soup is a simple and delicate dish, suggested by Elena Rasi, our chef in the kitchen.

Ingredients for 4 people

- 500 g of porcini mushrooms
- 250 g of young potatoes
- 1 purple garlic clove
- 1 spring onion
- ½ glass of liquid cream (optional)
- 1 carrot
- 1 onion
- 1 big celery stalk
- 1 l of water
- 1 bunch of chopped parsley
- salt q.s.

How to make it

Prepare a vegetable broth in a pan by adding 1 l of water, coarse salt, one carrot, one big celery stalk and one onion cut in half.

Wash, peel and cut potatoes and spring onion into pieces. Take a different pan, melt some butter and slowly fry a purple garlic clove. Then add the vegetables. Purple garlic has a very delicate flavor and its taste matches the sweetness of spring onion. Continue cooking until the potatoes are ready and browned to perfection. Experts don't use water to clean the porcini mushrooms. Begin by cutting the roots with a small knife and clean the surface with a dry and clean brush. Elena suggests rubbing the mushrooms delicately with a damp cloth in order to remove the soil residues. Cut the clean porcini into pieces and add them to potatoes. Cook until everything becomes nicely roasted. Add salt.

To finish off

Keep a few slices of sautéed

Suggested pairings	Full menu
Arneis from Piedmont (full-bodied and dry white wine)	First course: creamy porcini soup
Umbria Grechetto IGT (white wine with subtle floral, vanilla and fruit notes).	Second course with side dish: roasted pork with apples, plums and mustard
	Dessert: caramelized figs with vanilla ice-cream





mushrooms on the side for a final decoration. Remove the garlic clove. Add some broth, but keep half of it on the side. Let it simmer for a few minutes. With a mixer mix the soup with the liquid cream if you wish. If the mixture seems too thick, add a little bit

of broth until it reaches the right consistency. Pour the creamy soup into bowls, garnish with a bit of chopped parsley and slices of sautéed mushrooms. ■

Chiara Porati
Translation by Bojana Murisic
Scuola Civica
Interpreti e Traduttori



Quel sapore del Sud che sa di estate

Ha conquistato prima tutto il Sud, poi anche il Nord. Si è fatto conoscere in Europa, è sbarcato oltreoceano e alla fine ha soggiogato pure l'Asia

Non stiamo parlando di un condottiero d'altri tempi, ma del Limoncello, uno dei prodotti più famosi del *Made in Italy*. Lo bevono tutti, anche i più giovani, perché con il suo gusto intenso e il sapore fresco riesce a evocare l'estate anche nel più freddo degli inverni. Non si sa chi lo abbia inventato, ma in uno dei luoghi più famosi per la sua produzione, la Costiera Amalfitana, c'è chi narra la storia della famiglia Farace. Pare che la ricetta sia stata creata agli inizi del '900 da una donna caprese, Maria Antonia, che l'ha poi consegnata ai posteri. Solo molti anni dopo un pronipote ha registrato il marchio "Limoncello" creando così un pezzo di storia. A Vietri sul Mare (Salerno) l'azienda *Tresoli* produce liquori artigianali dal 1998 seguendo le antiche ricette che ogni famiglia campana si tramanda di generazione in generazione. «Produciamo il Limoncello, ma anche il Mandarinetto e il Finocchietto, oltre a tutte le creme con questi frutti – racconta Alfonso Trezza, titolare della ditta – e non abbiamo mai tempi morti, perché ogni frutto ha il suo periodo di maturazione e noi lo lavoriamo appena colto». È questo il segreto di un ottimo limoncello: ave-

re dei limoni di eccelsa qualità e non farli seccare. «Il limoncello si produce tutto l'anno cominciando da dicembre-gennaio con il verdello (il limone non completamente maturo, ndr) – racconta Alfonso Trezza - mentre il liquore al finocchietto selvatico si comincia a lavorare a inizio autunno, quando i semi sono belli aperti e pieni di sapore. Il Mandarinetto, invece, si fa da dicembre in poi». Il gusto di questi liquori è particolare e noto a tutti, anche se c'è una sottile differenza tra quelli industriali e quelli artigianali. La ricetta è un po' lunga, ma molto semplice, e vale la pena provare a farsi un bel liquore in casa.

Come preparare il limoncello

Ingredienti

- 10 limoni medio-grossi, amalfitani o sorrentini
- 1200 g di zucchero
- 1200 ml d'acqua
- 1 lt di alcol puro a 95°.

Il limoncello passo a passo

Sbucciate i limoni senza intaccare la parte bianca; mettetle le bucce insieme a 750 ml di alcol in un vaso chiuso ermeticamente e conservate per un mese, al buio.

A scadenza del periodo di macerazione, bollite il liquido con le bucce e unite lo zucchero. Una volta freddo, aggiungete la restante parte di alcol e conservate per altri 40 giorni, sempre al buio. A fine periodo, vi basterà filtrare tutto e imbottigliare. Il segreto è servire il limoncello molto freddo, in bicchierini ghiacciati. ■

Bianca Senatore



Attenzione a non grattare anche la parte bianca del limone, che è quella più amaro. Scegliete un alcol di buona qualità e fate riposare il vostro limoncello in un luogo buio e asciutto. Il risultato vi sorprenderà.



I gustosi contrasti del padiglione spagnolo

Vecchio e nuovo, classico e moderno. Sono le anime contrapposte del padiglione spagnolo che ha messo in mostra il meglio del Paese: non solo cultura del cibo, ma anche estro architettonico

Per far emergere questo gioco di contrasti lo studio *B720 Fermín Vázquez Arquitectos* di Barcellona ha realizzato una serra a doppia navata costituita da una parte in legno e da un'altra tutta in acciaio. «Il legno rappresenta la tradizione – raccontano i responsabili del padiglione – e infatti in quest'ala della struttura abbiamo messo in mostra cesti in vimini, botti, tappi di sughero, strumenti antichi per la produzione dell'olio e del vino». Lì il visitatore ha potuto ammirare l'installazione di Antoni Miralda, un artista catalano che ha voluto raccontare «Il viaggio del cibo» attraverso alimenti tradizionali.

«Nell'ala moderna si celebra l'innovazione in tutte le sue forme – spiegano ancora i responsabili della struttura – e nella seconda serra, in acciaio e con pareti intonacate, si possono avere informazioni utili sia sulle nuove tecniche di coltivazione, sia sulle proposte sostenibili in agricoltura». È proprio qui che il tema di Expo, *Nutrire il pianeta, energia per la vita*, trova la sua perfetta interpretazione, perché i progettisti sono riusciti a far emergere la potenza del messaggio: l'acqua è fonte di vita e può tutto, con la sua forza dirompente.

l'acquolina in bocca. Niente è fatto a caso, nel padiglione spagnolo. La visita, infatti, continua con «la mostra "Il Linguaggio del Sapore" – spiegano ancora – pensata come un vero e proprio viaggio nella testa di un cuoco spagnolo che ricorda le sue ricette migliori e mostra procedimenti e passaggi delle pietanze più gustose». Non solo cibo, dicevamo all'inizio, ma anche scienza e design per declinare il tema di Expo al cento per cento, senza tralasciare l'ambiente e la sostenibilità. Architetti e progettisti hanno lavorato a lungo per creare una struttura armoniosa, solida ma leggera, caratterizzata da spazi semi-aperti e da coperture mobili, così da sfruttare l'effetto camino per la ventilazione naturale. «Tutta la struttura – dicono infine – è stata realizzata con legno di abete e di pino, proveniente da foreste certificate e tutte le componenti del padiglione possono essere riutilizzate». ■

Bianca Senatore

The Spanish pavilion and its tasty contrasts

Old and new, classic and modern. The Spanish pavilion has two opposite souls representing the best the country has to offer: not only the food culture but also the architectural creative impulse

To make these contrasts easily visible, studio *B720 Fermín Vázquez Arquitectos* from Barcelona created a double-nave structure where one part is in wood and the other in steel. «For us wood means tradition - explain the experts at the pavilion - so, in this wing of the structure we show wicker baskets, casks, corks, and old instruments used for making oil and wine». Visitors can admire the work of Antoni Miralda, a Catalan artist who tells a story

plastered walls, visitors can get useful information on the new cultivation techniques and agricultural sustainability». This is where the Expo theme, *Feed the planet, energy for life*, finds its perfect interpretation, because the designers have managed to emphasize the importance of the message: water is the source of life and with its huge force it can do everything.

cook who reminisces about his best recipes and shows how to make the most delicious dishes». So, as we said at the beginning, it's not only about food, but also about science and design surrounding the Expo theme, without leaving behind environment and sustainability. Architects and designers have worked together for a long time to create a harmonious structure, solid but light, characterized by semi-open spaces and floating covers so as to implement a chimney ventilation system. «The whole structure, - they add at the end - was made with fir and pine trees, from the certified forests, and all the pavilion components can be reused». ■

Bianca Senatore

Translation by Bojana Murisic
Scuola Civica Interpreti e Traduttori



Immagini e sapori

L'idea del viaggio è rappresentata da una serie di valigie su cui vengono proiettati i nomi delle pietanze, ma fa anche da filo conduttore verso l'evoluzione della cucina spagnola, accompagnando l'ospite alla parte successiva.

Quella che maggiormente ha colpito i visitatori, però, è la stanza dei piatti. Geniale immaginare dei piatti bianchi come uno schermo sul quale proiettare immagini di paesaggi, di cibi e di ricette tradizionali! Quel tanto che basta per far venire

Il Padiglione della Spagna propone un viaggio del sapore che inizia con una valigia di 5x4 m, punto di partenza di un'installazione

audiovisiva dell'artista catalano Antoni Miralda. Il viaggio continua con una proiezione dedicata a 20 alimenti.

Images and tastes

of a "food journey" by using traditional foods. The idea of a journey is represented with a series of suitcases on top of which are projected the names of the dishes. The idea also works as a next step toward the evolution of Spanish cuisine and accompanies the visitors to the next part of the exhibition. «In the modern wing it's time for innovation in all its forms - continue the experts. - In the second nave, all in steel and with

What the visitors find most impressive is the room with plates. What a brilliant idea to make a screen out of white plates on which to project images of landscapes, food and traditional recipes! Enough to make your mouths water. In the Spanish pavilion nothing is done just by chance. «The visit continues with an exhibit "The Language of Flavor" – experts at the pavilion add – conceived as a real journey into the memories of a Spanish

The 2,104 square-meter pavilion, designed by the firm B720 Arquitectos, headed by Fermín Vázquez, is open, friendly and inviting. Interior and exterior spaces

intermingle, with a prevalence of outdoor areas where visitors can relax by a patio of orange trees (the tree being a symbol of Iberian identity), at the beach bar and in the auditorium.

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

WWF
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

www.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

EXPO

Lo Yin e lo Yang degli OGM

*Rischi e
benefici
degli OGM,
dalla ricerca
scientifica le
indicazioni di
policy
(II parte)*

Gli Organismi Geneticamente Modificati non presenti in natura sono ottenuti mediante tecniche che permettono di raggiungere effetti desiderabili, che possono andare da originali soluzioni cromatiche fino alla capacità di alcune specie vegetali di crescere in condizioni climatiche normalmente ostili.

La domanda ricorrente è quanto questi benefici desiderabili determinino rischi reali per la salute e l'ambiente e quanto, invece, l'ignoranza sul tema generi pregiudizi infondati. Stefan Rauschen del Forschungszentrum di Jülich, in Germania, Klaus Ammann (Università di Berna, Svizzera) e Piero Morandini (Università di Milano) ne hanno parlato al CaffExpo dell'Università Cattolica, tenutosi durante Expo 2015, sottolineando che il dibattito circa il rapporto tra rischi e benefici è più che mai aperto, in quanto le potenzialità degli OGM sono pressoché infinite e investono buona parte delle specie viventi con evidenti ricadute anche in termini economici. L'errore peggiore che si possa commettere è la

stigmatizzazione, la guerra tra *organic farmers* (agricoltori biologici, ndr) e *industrial farmers* (agricoltori che si affidano alla ricerca di laboratorio, ndr). Infatti, tra le modificazioni genetiche che accadono in natura e quelle che si verificano in laboratorio non c'è alcuna diversità; la differenza è nel prodotto finale che si ottiene, ma i processi attivati sono identici. Per questo i due mondi si devono parlare e confrontare senza pregiudizi. Pregiudizi che non avrebbero certo permesso la nascita e lo sviluppo dell'agricoltura diecimila anni fa quando l'uomo cominciò a selezionare, "geneticamente", le piante da coltivare privilegiando quelle che non disperdevano i semi su tutte le altre, che oggi definiremmo selvatiche. A priori, la modificazione genetica non è né buona, né cattiva, occorre valutare i prodotti caso per caso, organismo per organismo.

Gli OGM e la Direttiva dell'Unione Europea

Sono ormai decine gli OGM artificiali sviluppati in UE e molti altri saran-

21/10/2015, anno 3, n. 8



13

no presto sviluppati. Chi ne decide la diffusione e la commercializzazione? Dal punto di vista legislativo è la Direttiva a indicare quali sono le tecniche consentite per ottenere modificazioni genetiche artificiali ed è l'EFSA l'organo che ha il compito di verificare l'ammissibilità degli OGM nei Paesi UE.

Tuttavia, la medesima Direttiva introduce il "principio di precauzione" a cui uno Stato membro può appellarsi per vietare sul suo territorio il commercio di un OGM autorizzato dagli organismi dell'UE. A nostro giudizio, se dal punto di vista giuridico il principio di precauzione rappresenta un riverbero di sovranità nazionale, dal punto di vista scientifico ed economico tale opzione è poco comprensibile in un contesto globalizzato come l'attuale, e rischia di prestarsi a un'interpretazione ideologica o addirittura speculativa. ■

Flavio Merlo



CaffExpo è un'iniziativa
dell'Università Cattolica
del Sacro Cuore e dei suoi
studenti. Nato da un'idea
del Centro di Ricerca
sull'agricoltura sostenibile
OPERA.

© ANE - PACO-AGRICOLTOSUDMILANO

HACCP e sicurezza alimentare

Svolgere la propria attività nel settore alimentare senza mettere a rischio la salute dei consumatori: da dove cominciare?

Hazard Analysis and Critical Control Points, in breve HACCP: una sigla che vediamo spesso sulla porta d'ingresso di ristoranti e bar e che sentiamo nominare da cuochi, camerieri, operatori nel settore food. Tradotto e spiegato in breve, significa: "Metodo di autocontrollo che permette di individuare i pericoli derivanti da alimenti, di valutarli e di stabilire le misure preventive per tenerli sotto controllo". Ma di che cosa si tratta esattamente? Ne parliamo con Massimo Gelati, imprenditore, presidente e fondatore del Gruppo Gelati, autore del volume *La sicurezza alimentare. Manuale per l'applicazione dell'HACCP*, edito da Plan.

Partiamo dalle basi: che cos'è l'HACCP?

È un metodo di lavoro nato negli anni Sessanta negli Stati Uniti con uno scopo ben preciso: garantire dei pasti sicuri agli astronauti del-

le missioni Apollo. In condizioni così diverse da quelle abituali è più complesso, ma anche indispensabile, garantire la sicurezza del cibo fornito all'equipaggio, che deve rispettare tutte le norme igieniche e i criteri di conservazione necessari. Sono state quindi sviluppate delle tecniche avanzate di controllo degli alimenti: tecniche di tipo "preventivo" volte a contenere i possibili rischi di contaminazione alimentare entro i limiti critici. Queste tecniche hanno avuto successo, tanto che il sistema si è diffuso anche al di fuori delle missioni spaziali.

Fino a diventare un criterio obbligatorio nel settore alimentare...

Parlando dell'Europa, risalgono agli anni Novanta le direttive che rendono obbligatoria l'adozione del sistema HACCP lungo tutta la filiera, nelle operazioni successive alla produzione primaria. Questo vuol dire che il metodo HACCP deve es-

sere rispettato nell'industria che si occupa delle materie prime o della trasformazione dei prodotti, ma anche da chi si occupa del trasporto di alimenti, del confezionamento ecc. Ancora più importante è l'applicazione delle norme HACCP nel settore della ristorazione, dove non è possibile effettuare controlli finali sul piatto preparato: è fondamentale, dunque, agire a livello preventivo.

Facciamo un esempio pratico per chi vuole gestire un ristorante o un



© EDIZIONI PLAN

È importante verificare sempre il tipo di detergenti e disinfettanti impiegati sulle superfici che saranno a diretto contatto con gli alimenti. L'uso improprio può causare allergie e avvelenamenti.

© EDIZIONI PLAN

bar. Quali sono i passi da seguire per agire nel rispetto del sistema HACCP?

Bisogna prima passare da una fase di progettazione teorica, cioè fare un'analisi dei rischi, che sono in parte comuni a tutte le imprese che operano nel settore alimentare, in parte specifici per ogni esercizio commerciale. Per questa fase è bene affidarsi a un esperto: esistono figure di specialisti che si occupano proprio di questa analisi. Il risultato è che ogni azienda, ogni locale, ogni ristorante arriva ad avere il proprio Manuale HACCP, redatto ad hoc in base alle caratteristiche dell'impresa, degli spazi in cui opera, della tipologia di prodotti trattati e della modalità di somministrazione. L'insieme delle norme contenute nel Manuale rappresenta il cosiddetto "Piano di autocontrollo", che riunisce le buone prassi igieniche, non solo rispetto agli alimenti ma anche per quanto riguarda i locali, le attrezzature, l'abbigliamento di chi lavora...

E per quanto riguarda il personale? Cuochi, aiuto-cuochi e camerieri devono possedere un certificato che attesti la loro conoscenza delle norme HACCP. Ormai esistono corsi di poche ore e corsi online

che permettono di ottenere il certificato in tempi rapidissimi: come orientarsi per ricevere una formazione valida?

Consiglio sempre ai datori di lavoro di organizzare corsi nel locale stesso, tenuti da chi ha redatto il Manuale HACCP dell'azienda: questo garantisce che i dipendenti siano a conoscenza delle problematiche e delle norme specifiche di quell'esercizio, non solo delle norme valide per tutti. È anche importante che ogni dipendente assimili il comportamento più corretto per il ruolo che ricopre. Non ci deve essere scollamento tra teoria e pratica: quando sento dire a qualcuno che lavora seguendo il proprio metodo e in più fa alcune cose per rispettare l'HACCP, capisco che quella persona non sta agendo come si deve. Bisogna lavorare secondo l'HACCP, sentendolo come un metodo imprescindibile in ogni fase del lavoro.

La sharing economy (economia di condivisione) sta portando a nuove forme di ristorazione: prendiamo il caso di quei siti internet che permettono di andare a cena da un perfetto sconosciuto e sperimentare una cucina in tutto e per tutto "casalinga". Che fine fanno in que-

sto caso le buone norme HACCP?

Questo è un caso in cui il metodo HACCP viene in qualche modo "aggirato": le norme non sono considerate obbligatorie perché si riesce a dimostrare che l'attività non ha un fine commerciale. Ma si tratta di un *escamotage*: la possibilità di una contaminazione alimentare esiste; chi aderisce deve esserne consapevole e assumersi il rischio.

Chi controlla che le norme del Manuale HACCP siano effettivamente rispettate? Quali possono essere le sanzioni in caso contrario?

Esistono diversi enti preposti al controllo tra cui le ASL (Aziende Sanitarie Locali) e i NAS (Nuclei Antisofisticazioni e Sanità). I controlli possono essere di tre tipi: pianificati (annuali), non pianificati, controlli effettuati a seguito di denunce. Le sanzioni legali (civili, penali o amministrative) possono essere anche molto pesanti. Nei casi d'intossicazione, per esempio, possono esserci richieste di risarcimento ma anche sospensioni dei permessi. Non sono cose da sottovalutare: ho visto grandi chef impiegare anni per raggiungere il successo e poi riuscire a rovinare tutto in pochi minuti... ■

Claudia de Luca

Massimo Gelati è fondatore e presidente del Gruppo Gelati di Sorbolo (PR), leader nazionale nella consulenza strategica per il settore alimentare.

© GRUPPO GELATI



Gli addetti alle manipolazioni alimentari devono essere adeguatamente formati sui corretti comportamenti e sull'igiene personale al fine di evitare le contaminazioni.



Marchesi si nasce, cuochi si diventa!

È il padre della cucina italiana o, come scherza lui, il nonno. Gualtiero Marchesi è uno dei cuochi più famosi al mondo perché è riuscito valorizzare il gusto delle materie prime e l'anima più nascosta del cibo italiano

Dopo tanti anni è ancora grintoso come un leone, pieno d'energia, pronto a segnare, e insegnare, il cambiamento della cucina. Noi l'abbiamo incontrato a Milano, in via Bonvesin de la Riva 5, dove ha creato la sua Accademia, per formare cuochi e divulgare i principi dell'alimentazione sana.

Maestro, come sta la cucina italiana?
Direi abbastanza bene, anche se io consiglierei più positività e meno artificialità, con una maggiore attenzione alla naturalità della materia prima. Ecco, questo è il mio stile. Rispetto e memoria, perché la cucina è sempre memoria. Quando vado

in un posto io voglio imprimere nella mente gli odori e i sapori originali, la forza della semplicità. E questo spesso viene meno.

Quali sono i suoi ricordi più cari legati al cibo?

I ricordi più cari, a parte quello del minestrone di quando ero bambino, di quando eravamo tutti insieme in campagna, sono legati alle esperienze che ho fatto nella cucina dell'albergo dei miei genitori. Lì lavoravano dei grandi cuochi e io ho visto delle cose straordinarie. Probabilmente loro hanno seminato qualcosa dentro di me che poi è cresciuto e si è raffinato.

Lei fa sempre grande attenzione ai termini e so che non ama la parola "chef"...

"Chef" da solo significa "capo", ma non

qualifica nulla di specifico. Bisognerebbe dire "chef di cucina", ma quello è solo il capo e non tutti sono capi. Ecco perché bisogna usare la parola "cuoco". Bene... dunque in questo momento ci sono tantissimi cuochi in giro... soprattutto in tv, ma sono davvero tutti bravi?

Non guardo la tv, quindi non so dire nello specifico, ma quelle rarissime volte che mi è capitato di buttare un occhio mi sono reso conto che tutte queste trasmissioni non fanno altro che illudere. La vera cucina non è quello che si vede, ma è rispetto e conoscenza.

E secondo lei rispetto e conoscenza non ci sono?

Spesso non ci sono, non c'è amore per la materia prima, ma solo desiderio di mescolare ingredienti e di comporre il piatto. Magari sembro presuntuoso, ma la verità è che col tempo gli strumenti



Sono molti i piatti famosi di Marchesi, alcuni sono diventati delle vere icone come il risotto con la foglia d'oro, tipico del territorio milanese, anche nella produzione della foglia dorata, realizzata da sempre nei battiloro lombardi.

si affinano e ancora di più ora riesco a cogliere delle sfumature e mi rendo conto anche dei miei errori. Così come riconosco un piatto capolavoro o ricordo una ricetta di cui non avevo capito il vero valore.

Per esempio?

Lo spaghetti freddo con il caviale. È la valorizzazione reciproca di due elementi. Non perché c'è il caviale, è perché ci sono gli spaghetti che sono neutri e che hanno una consistenza perfetta per esaltare il sapore del caviale, libero così di esprimersi. È il mio piatto preferito.

Ma ricorda tutti, tutti, i piatti che ha preparato?

No, tante cose non me le ricordo più, anzi, ogni tanto cerco di sforzarmi di recuperare nella memoria qualche procedimento e mi chiedo: "ma come facevo a fare quella cosa lì, era così buona...". Mi aiutano i filmati e allora magari rispolvero qualcosa, ma spesso lascio andare, perché la cucina è come la musica. È estro, è evoluzione. Tornare indietro a volte non ha senso.

Segue delle ricette?

No, ho sempre cercato di fare di testa mia, sempre seguendo la semplicità. Se cerchi questo non hai bisogno di assecondare procedimenti di altri. Poi col tempo gli strumenti si affinano e se hai lavorato bene, ti perfezioni piano piano. Se fai le cose

con l'anima, hai tutto ciò che serve.

Arrivato a questo punto della carriera, quindi, che cosa pensa delle tecniche e delle preparazioni?

Vedo molta volgarità, banalità, poco pensiero. Manca uno stile vero e proprio. Io, invece, penso che alla base di tutto ci debba essere un'idea sulla quale costruire tutta la propria carriera. Insegno questo a chi lavora con me e chi mi segue è un discepolo, chi no... solo allievo o ex-allievo.

Quindi... ha più discepoli o allievi?

Di solito il discepolo è uno, gli altri

sono ex-allievi, perché ognuno ha seguito la sua strada, legittimamente.

Quali sono le regole che un cuoco, per essere tale, deve assolutamente seguire?

Deve avere tecnica, è la prima cosa, perché quando l'hai imparata poi non sbagli più, qualsiasi cosa tu faccia. Poi deve conoscere le culture alimentari di altri Paesi. Deve avere la divisa sempre perfetta e pulita, deve essere onesto con gli altri e prima di tutto con se stesso e non deve copiare.

Ha dovuto assaggiare molti piatti nella sua carriera, c'è stato qualcosa che non ha affatto gradito?

Beh sì, ho provato anche delle cose fatte proprio male, ma di solito quelle proprio sgradevoli le riconosco prima ancora di metterle in bocca, perché si vede già dalla presentazione. Una volta un mio allievo mi chiese di provare un piatto e io gli dissi subito che non andava bene. "Ma provi", insistette, e io lo feci, ma avevo ragione e lo ammise.

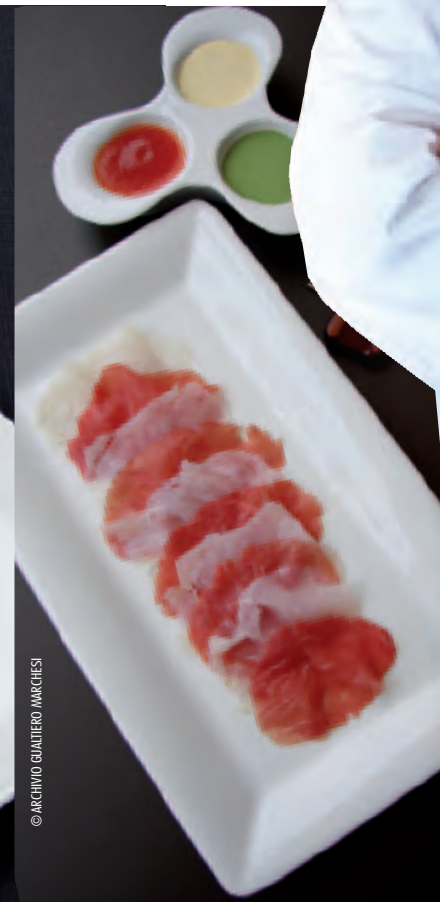
Ma davvero i critici culinari ne sanno poi così tanto?

Molti non capiscono niente e solo per lo sfizio di criticare dicono cose a caso. Poi è anche vero che, come si dice, la scienza è oggettiva e il gusto è soggettivo.

Però ne ho sentite di stupidaggini! ■

Bianca Senatore

In via Bonvesin de la Riva numero 5 è nata la nuova Accademia, che svolge un ruolo complementare rispetto ad ALMA, la Scuola internazionale di cucina italiana, in un percorso di approfondimento e di affinamento delle proprie capacità personali.



Marchesi, you can only be born!

He is the founding father of the Italian cooking or, as he likes to say, the grandpa. Gualtiero Marchesi is one of the most famous cooks in the world because he has emphasized the taste of the ingredients and the hidden soul of the Italian food

Even after many years he is full of energy and ready to notice and teach the changes in the cuisine. We spoke to him in Milan, in via Bonvesin de la Riva 5, where he opened an academy for future cooks to whom he talks about the principles of proper nutrition.

Maestro, how is Italian cuisine doing?

Relatively well, even though I would insist on more positivity and less artificiality. Ingredients should be natural so I would put more attention to that. That is how I cook. Also, respect and memories are very important. Memories are always very tied to food. When I cook for someone I like to leave them with original smells and flavors which are what simplicity is all about. Unfortunately, often it fails.

What are your dearest memories when it comes to food?

One of them is a "minestrone" (a vegetable soup) I used to eat when I was a child. Then, memories of when we were all together in the countryside and the experiences I had in the kitchen of my parents' hotel. Great cooks worked there and I saw them do some amazing things. They gave me something that later grew on me and got more refined.

You always pay attention to words and I know you are not so fond of the word "chef".

"Chef" means a boss, but it is not specific enough. One should say "chef of the kitchen", but even that term refers only to the boss in the kitchen and not everyone can be a boss in the kitchen. This is why

I think we should use the word "cuoco" ("cook").

Right... so, at the moment there are many cooks out there... mostly on TV, but are they all really that good?

I don't watch TV, so I can't answer that question very well. When I do watch it, which happens rarely, I see that almost everything on TV is an illusion. The real cuisine is not what you see; it is about respect and knowledge.

Do you think there is no respect and knowledge?

Very often not. Also, there is no love for the ingredients, but only the goal to mix them and prepare a dish. It might sound presumptuous, but to tell you the truth, as the time passes, you accumulate skills and become more refined. Now more than ever I notice the small details and even my errors. This is how I recognize a real masterpiece in the kitchen and how I remember a recipe that I didn't appreciate in the past.

Can you give us an example?

Cold spaghetti with caviar. It is all about what both elements give to the meal. It's not because of caviar, but because spaghetti are neutral and their consistency perfectly exalts the taste of the caviar. Caviar is free to express itself. It is my favorite dish.

Do you remember absolutely all the dishes that you prepared so far?

No, there are so many things I don't remember any more. Every now and then I try to force myself

to remember how I made certain dishes and I ask: "how on earth did I manage to make that thing, it was so good...". I have tapes that help me once in a while, but often I just let go, because the cuisine is just like music. It is a gift, an evolution. To go back often makes no sense.

Do you follow recipes?

No, I have always tried to follow my own logic, to stay simple. If this is what you are after, you won't need to adopt methods from other people. Then, with time, you will improve your skills, and if you work well, you will make progress little by little. If you do things with your heart, you don't need to worry about the rest.

At this point in your career what do you think about cooking techniques and preparations?

What I see is a lot of vulgarities, banality, and very little thought. We miss a real style. Instead, I think that at the base there should be an idea around which one can make his/her own career. This is what I teach those who work with me, and who follows me is my disciple and who doesn't only my student or former student.

So, do you have more disciples or students?

Usually, there is only one disciple. The rest are former students because they each follow their own path (rightly so).

What are the rules that a cook has to follow?

First, he/she should have a technique.

With it, he/she will make no mistakes, no matter what he/she is preparing. Then, he/she has to be familiar with the food culture in other countries. His/her uniform should always be immaculate. Honesty with others and with themselves is very important. He/she should also not copy from others.

You tried many dishes in your career. Do you remember something you really didn't like?

Well, yes, I have also tried things prepared really poorly, but usually I can spot those even before trying them. You can already see from the way they are presented. Once a student asked me to try a dish and I told him immediately that it wasn't good. "Please, try it", he insisted and I did. I was right and he admitted it at the end.

Is it true that food critics really know so much about food?

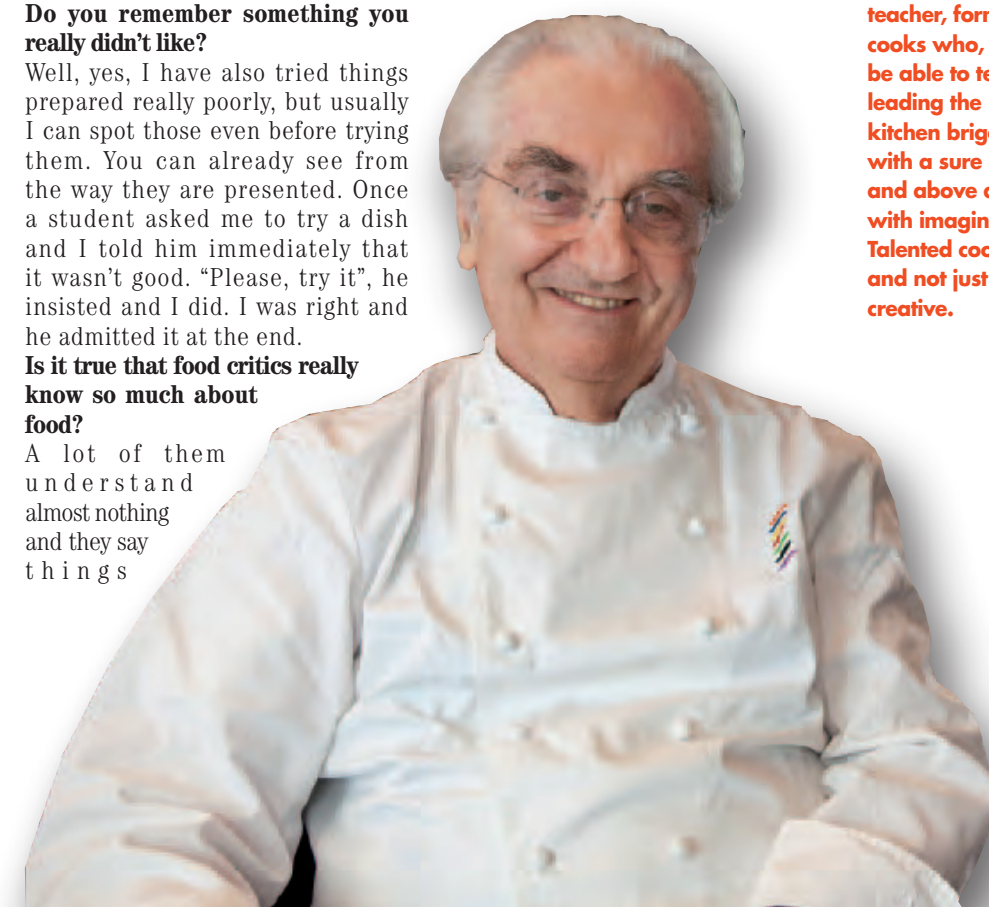
A lot of them understand almost nothing and they say things

without much sense only because criticizing others gives them satisfaction. Then, it is to be said that science is objective and tastes are subjective. But, some of these critics really say stupidities! ■

Bianca Senatore

Translation by Bojana Murisic
Scuola Civica Interpreti e Traduttori

The Academy will play a complementary role to ALMA, the International School of Italian cuisine. It will be an opportunity for Marchesi, to interpret even more the role of teacher, forming cooks who, will be able to teach, leading the kitchen brigade with a sure hand and above all with imagination. Talented cooks and not just creative.



© LUISA VALIERI



There are many famous dishes signed by Marchesi. Some have become true icons such as the opened Raviolo, created after hearing the speech of a friend.



Distretto agrumi di Sicilia Unità d'intenti

Obiettivo: creare e condividere strategie comuni a sostegno del comparto agrumicolo siciliano, in termini di produzione, commercializzazione e distribuzione in Italia e all'estero

Il *Distretto Produttivo Agrumi di Sicilia* è nato nel 2011 proprio per valorizzare, riuniti sotto il brand "Sicilia", imprese ed enti della filiera agrumicola e i Consorzi di tutela delle sue eccellenze: arance, limoni e mandarini DOP, IGP e Bio.

«La Sicilia – spiega la presidente del Distretto, Federica Argentati, agronomo ed esperto in coesione territoriale – è la maggior produttrice di agrumi in Italia, eppure sul mercato è una forza che non si avverte, anzi spesso i compratori non riconoscono il prodotto di qualità *"Made in Italy"* e scelgono prodotti importati solo perché costano meno. Anche per questo, in collaborazione con il Ministero delle politiche agricole alimentari e forestali, promuoviamo nei mercati ortofrutticoli nazionali

le nostre produzioni d'eccellenza, convinti che sono i grossisti quelli che fanno la prima scelta di valore di un prodotto davvero italiano».

Un Patto per produzioni d'eccellenza

Il *Distretto Produttivo agrumi di Sicilia* dunque non è una società commerciale, ma uno strumento a supporto anche delle politiche regionali, per creare sinergie, progettualità condivise, in definitiva un "sistema" sugli agrumi. «Il Patto di Sviluppo sottoscritto dai soci ha numerosi obiettivi. Per esempio, riutilizzare il *pastazzo*, il sottoprodotto della trasformazione degli agrumi, che rappresenta un costo di gestione per lo smaltimento. Il Distretto è riuscito a farsi finanziare da Coca-

Cola Foundation un progetto pilota per il riutilizzo del *pastazzo* in chiave energetica. E per realizzarlo ha avuto al fianco l'Università di Catania, che ospita l'impianto nella sua azienda agraria. Con il supporto dell'ICE (Istituto Commercio Estero) abbiamo lavorato sul turismo relazionale e sulla conoscenza diretta dei territori di produzione delle sue eccellenze: l'area dell'Etna per l'*Arancia rossa di Sicilia IGP*, quella di Agrigento per l'*Arancia di Ribera DOP*, e poi Messina e Siracusa, patria di due varietà di limoni IGP, infine Palermo per il suo *Mandarino di Ciaculli*, attuale presidio Slow Food e in attesa di riconoscimento. È un lavoro immenso e non sempre gratificante.

I Siciliani non hanno nel DNA il gene dell'aggregazione. Ma c'è una nuova generazione d'imprenditori che ha compreso il valore del fare rete, del lavorare in squadra per presentarsi compatti sui mercati esteri». La produzione agrumicola siciliana deve fare i conti anche con la marginalità geografica e i conseguenti alti costi di logistica che la penalizzano. Per questo è particolarmente importante puntare su qualità e certezza della provenienza. ■

Bianca Senatore

Il Distretto Produttivo Agrumi di Sicilia è costantemente impegnato in numerose attività coerenti con la propria funzione e con gli obiettivi del Patto di sviluppo che si propone di attuare.



Come scegliere gli agrumi

Colori dalle calde sfumature a difesa della salute. Conosciamo i succosi frutti ricchi di vitamina C

Arancia (Citrus x sinensis)

L'arancia contiene antiossidanti e vitamine (A, B1, C, P) in quantità. Di solito si mangia la polpa, ma dell'arancia non si butta via niente.

Spremuta: bevetela senza filtrarla, in modo da non eliminare i flavonoidi, potenti antiossidanti contenuti nella polpa.

Buccia (scorza): è molto ricca di fibre e ha mille usi in cucina. È ottima candita, se utilizzate arance non trattate con conservanti, ed è anche molto adatta per i decotti digestivi (solo con arance Bio).

Stagionalità: da novembre a maggio a seconda della varietà.

Occhio a ...

La buccia: deve essere poco rugosa, non secca, senza macchie, ammaccature o zone molli.

Il picciolo e le foglie: devono essere verdi per garantirne la freschezza e la buona conservazione.

Lime (Citrus x aurantifolia)

Forse non sapevate che questo agrume verde dalla buccia ricca di oli essenziali è utilizzato in profumi e detergenti. Però il suo impiego più conosciuto è nella preparazione di pestati alcolici (come il Mojito). È ottimo anche come ingrediente in piatti della cucina asiatica e sudamericana. Gli abbinamenti migliori sono con curry, pesce, legumi e avocado.

Stagionalità: la pianta predilige i climi tropicali, dove cresce per tutto l'anno.

Occhio a...

Il frutto: deve essere sodo e profumato.

Limone

(Citrus x limon o Citrus limonum)

Buccia gialla, forma oblunga e bitorzoluta alle estremità, buccia rugosa e spessa a seconda della varietà, ciò che accomuna ogni limone è la presenza di una grande quantità di acido citrico, vitamina C, acido folico e potassio.

Questi elementi lo rendono a buon diritto il protagonista dei "rimedi della nonna", come l'acqua calda con limone e miele, panacea naturale per cistiti, gastriti, raffreddori e altri fastidi.

Stagionalità: tutto l'anno.

Occhio a ...

La buccia: deve essere priva di macchie, ammaccature o parti molli. I limoni verdi sono il frutto della fioritura estiva, spesso raccolti anticipatamente perché meglio conservabili a magazzino.

Mandarino (Citrus reticulata o Citrus nobilis)

Che siano clementini, tangerini, tangor, ugli o mapo-tangelo, i mandarini sono agrumi ricchi di vitamina C, acido folico, vitamina A e potassio.

La ridotta acidità li rende ottimi per l'utilizzo in pasticceria e nelle ricette agrodolci.

Stagionalità: inverno.

Occhio a...

La consistenza: deve essere solida al tatto. I mandarini non devono risultare "vuoti", cioè con una specie di intercapedine tra buccia e polpa, perché significa che sono stati colti da troppo tempo e risultano meno succosi. ■

a cura di
Chiara Porati

Gli agrumi sono adatti a ricette dolci e salate. Gli oli essenziali contenuti nella loro buccia si usano per medicamenti naturali, profumi e con le loro fibre si possono persino produrre indumenti. Una spremuta rimane il miglior modo di apprezzarli.

Arancia



Lime



Limone



Mandarino



Marwan Sabbagh - Beau MacMillan - A cura di Fabio Piccini

La dieta anti-Alzheimer

Ricette per la salute del cervello



100 ricette facili e alla portata di tutti studiate da un neurologo e da uno chef per la prevenzione dell'Alzheimer a tavola



Edizioni PLAN
www.edizioniplan.it

Acquista su



Versione digitale



La salute del cervello? Pensiamoci a tavola

Una corretta alimentazione e un adeguato stile di vita sembrano influire sulla prevenzione di alcune malattie, anche dell'Alzheimer

L'incidenza della malattia di Alzheimer, una demenza di tipo degenerativo la cui frequenza aumenta con l'aumentare dell'età, in Italia è cresciuta in modo esponenziale dal 1960 a oggi. Lo sviluppo di questa malattia dipende da una serie di fattori non modificabili, quali l'età, il sesso, la presenza di determinati geni, ma anche da una serie di altri fattori, per esempio da malattie come il diabete dell'adulto, la sindrome metabolica, l'obesità, l'ipertensione arteriosa.

Sebbene poco si sappia sui fattori effettivamente modificabili per prevenire la malattia, oggi molti studi scientifici collegano lo stile di vita e il tipo di alimentazione seguita con l'insorgenza della malattia.

La strategia preventiva

Numerosi e assolutamente rigorosi sono gli studi che dimostrano l'importanza del consumo di alimenti ricchi di sostanze antiossidanti, antinfiammatorie, acidi grassi Omega-3 e vitamine del gruppo B, C ed E. Viceversa, si è visto che un

elevato consumo di alimenti contenenti zucchero e carboidrati a rapida assimilazione, grassi vegetali modificati, così come mangiare troppo e troppo spesso, sarebbero tutti fattori associati allo sviluppo di alterazioni degenerative del cervello, tanto più gravi negli individui già con predisposizione (o familiarità) all'Alzheimer.

Ciò significa che tutto quello che possiamo fare in termini di igiene di vita per prevenire lo sviluppo di obesità, diabete di tipo 2, sindrome metabolica e ipertensione arteriosa, servirà anche a proteggere il cervello dalle demenze degenerative, quali la malattia di Alzheimer.

Non è un caso se il più famoso neuroscienziato esistente, il professor Mark P. Mattson, sostiene che i tre metodi più sicuri per prevenire la malattia consistano nel digiuno intermittente, associato all'assunzione di elevate dosi di Omega-3, acido folico e a una moderata ma costante attività fisica. Dunque parlare di una dieta anti-Alzheimer non solo non è una assurdità, ma

è la strategia preventiva attualmente accreditata da diversi scienziati per cercare di limitare l'espandersi di questa gravissima malattia del cervello che affligge attualmente il 5,3 % degli uomini e il 7,8% delle donne italiane al di sopra dei 65 anni.

Dunque, se un adeguato approccio alimentare è in grado da solo di prevenire una malattia per cui la medicina del XXI secolo non ha ancora trovato alcun rimedio terapeutico, forse è il caso di cercare di seguirne le indicazioni, non credete? ■

Fabio Piccini



Fabio Piccini è ricercatore in Scienza della Nutrizione e Disturbi del Comportamento Alimentare UNIVPM (Università Politecnica delle Marche), Ancona.



Un Derby (Grill) di stile

Un grande cappello da cuoco e un grande sorriso: è Fabio Silva, ovvero la forza del buonumore in cucina

L'Hotel de la Ville di Monza ospita uno dei ristoranti più apprezzati dalle guide gastronomiche e turistiche d'Italia, il *Derby Grill*. È lì che abbiamo incontrato Fabio Silva, executive chef da più di 4 anni. Inizia giovanissimo in alcuni ristoranti di Napoli, poi segue l'alta cucina con Sadler, Budel, Canavacciolo... ma non dimentica mai le origini partenopee.

Come coniughi la tua napoletanità con una cucina innovativa?

Nel menu tipicamente lombardo ho introdotto qualche novità. Dalla mia terra arrivano il pomodorino del Piennolo e le albicocche del Vesuvio, poi le olive di Gaeta, l'origano di Aurano, i limoni di Sorrento. Una

Fabio Silva, utilizza spesso ingredienti privi di lattosio, glutine e nichel,

suggerendo ai clienti con intolleranze il menù corretto per le loro necessità.

pasta con pomodoro del Piennolo e acciughe di Cetara è un trionfo di sapori. È semplice, ma come dicono i grandi chef stellati "Il difficile è fare piatti semplici". Mi piace amalgamare sapori e colori. Il fattore cromatico è importante per un piatto, si mangia anche con gli occhi!

Come definiresti la tua cucina?

Istintiva, passionale, ma attenta alla tecnica. Anche etica. Utilizzo al 100% tutto quello che acquisto. È una sfida. Essico le bucce dei pomodori e le foglie dei carciofi per ottenere una polvere che uso per dare gusto a un risotto, impanare un pesce, aromatizzare una pasta. Serve fantasia per non sprecare.

Come stai affrontando il problema delle intolleranze a tavola?

Mi sto impegnando. Ho trovato un valido contributo nell'associazione *Il mondo delle intolleranze* che mi ha sensibilizzato sui temi delle intolleranze a glutine, lattosio, nichel. La persona intollerante ha bisogno di sicurezza quando è al tavolo di un ristorante, per questo preferisco parlare personalmente al cliente e suggerirgli il piatto giusto, scegliendo con lui ogni ingrediente. Per gli intolleranti al glutine e al lattosio propongo il filetto di pesce persico in crosta di mandorle, cavolo rosso

all'agro e maionese vegetale con barbabietola e, per dessert, gallette di riso con sorbetto di limone amalfitano e composta di frutti rossi.

Che futuro prevedi per la ristorazione?

Alla base di una buona ristorazione ci deve essere un grande team. Tecnica, passione, creatività non bastano. Uno chef deve anche saper gestire gli uomini. La cosa più difficile in cucina è insegnare ai ragazzi come ripetere un piatto sempre con le stesse caratteristiche.

Programmi futuri?

Continuo su questa strada perché mi sta dando grandi soddisfazioni. La cucina per me è un laboratorio sempre aperto a nuove sperimentazioni. Voglio continuare a elaborare nuove ricette tutte condite con il mio ingrediente segreto: la passione. ■

Marina Villa

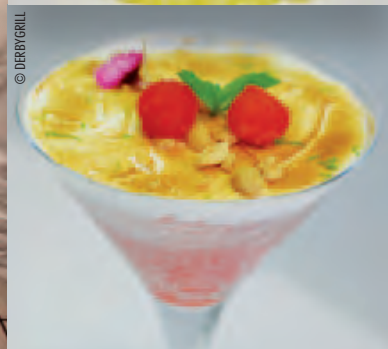
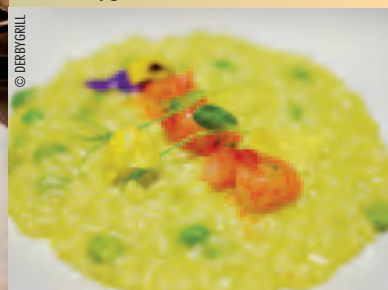
Ricetta per intolleranti ... a tutto

Riso "nichel free" mantecato all'olio EVO con salicornia (asparago di mare, ndr), capperi di Salina, triglie scottate e lime.

Un dettaglio: il riso è senza soffritto e senza vino, basta una leggera tostatura a secco in pentola, poi l'aggiunta del brodo e, a fine cottura, degli altri ingredienti.

Carta d'identità

Derby Grill
V.le Regina Margherita di Savoia, 15
20900 Monza (MB)
Tel. 039 39421
info@hoteldelaville.com
www.derbygrill.it



Mondiali di Pasticceria: i forni sono caldi!

Intervista alla Nazionale Italiana di Pasticceria che sfiderà squadre provenienti dalle nazioni di tutto il mondo ad Host Fiera Milano il 24 e 25 ottobre 2015

Paul Occhipinti, classe 1992, è nato a Marsiglia da genitori italiani. Antonino Bondi, siciliano, a soli 21 anni ha già una grandissima esperienza maturata tra Palermo e New York. Diego Mascia, 31 anni, piemontese, vanta preziose collaborazioni in Europa e in India, ed è parte integrante dello Staff della Cioccolateria e Gelateria di Cristian Beduschi al Mercato Centrale di Firenze. Ecco l'agguerrita squadra che sfiderà le nazioni di tutto il mondo ai *Campionati Mondiali di Pasticceria, Gelateria e Cioccolateria* promossi da FIP.

Come avete scelto la vostra strada tra impastatrice, temperatrice, sac-à-poche e gelatiera? Questione di gusto?

Paul: Per me è abbastanza facile da spiegare: all'inizio volevo fare belle arti, perché il disegno e la scultura erano le mie grandi passioni, ma il tempo passato in cucina in Sardegna, con mia nonna Salvatore, mi ha fatto prendere una strada diversa, capace di coniugare arte e golosità... la pasticceria! Mi piace creare e sperimentare come se stessi realizzando una scultura, solo che lo faccio con materie prime decisamente più piacevoli del marmo o del bronzo!



Talento, dedizione e genialità accomunano tanti pasticceri. Cosa vi rende unici e vi ha permesso di arrivare in Nazionale? Dai, non fate i modesti, svelate il vostro segreto ai giovani aspiranti pasticceri.

la carta vincente. Non ci sono trucchi o segreti: se credi davvero in quello che fai, lo farai nel migliore dei modi.

Parlando di qualità, estro, tradizione e gusto, come si



differenzia la pasticceria italiana da quella del resto del Mondo? Secondo voi siamo un punto di riferimento per gli altri Paesi? Cosa siamo già riusciti ad esportare e cosa dobbiamo ancora importare in termini di conoscenza?

Diego: La pasticceria italiana si differenzia da quella del resto del mondo per tre semplici cose: la qualità, la professionalità e la continua voglia di rinnovarsi. Con la qualità delle materie prime e la sapienza dei maestri pasticceri nell'assemblarle, la nostra pasticceria racconta l'eccellenza italiana ovunque. Così i nostri dolci sono esportati in tutto il mondo e insieme a loro la conoscenza di come sono stati prodotti. Il nostro modo di fare pasticceria è perfetto nel suo insieme, ma possiamo sempre migliorare, magari guardando alla sperimentazione delle materie prime o ad alcuni abbinamenti molto originali fatti in altri Paesi. ■

Chiara Porati

Ai Mondiali di Pasticceria un piccolo errore può essere fatale. Ci vogliono bravura, calma, precisione e un allenamento che dura per mesi.

I ladri di terra o il land grabbing

L'accaparramento delle terre (*land grabbing*) si sta rivelando uno dei fenomeni più negativi per la sicurezza alimentare, sia intesa come disponibilità di cibo da parte delle popolazioni, che come conseguenze sui prezzi del cibo stesso. Grandi appezzamenti di terreni nei Paesi più poveri vengono acquistati o affittati da parte di multinazionali straniere o autorità nazionali (Cina, Paesi del Golfo), con la complicità dei governi locali, che agiscono per ignoranza e, a volte, con poca trasparenza. Alcuni di questi contratti, analizzati dalle associazioni, sono risultati composti da

pochissime pagine, hanno firme a volte poco identificabili e non hanno requisiti che garantiscano la correttezza della transazione. Il fenomeno è di grandi dimensioni: si stima, per esempio, che nell'ultimo decennio sia stata venduta o data in concessione quasi sette volte la superficie dell'Italia. A essere colpita maggiormente dal *land grabbing* è soprattutto l'Africa: dal 2000 a oggi oltre il 42% delle terre acquistate si trovano in quel continente. Lo studio "Secure Land

Rights for All", realizzato dal programma delle Nazioni Unite per gli insediamenti umani, stima che 5 milioni di persone ogni

anno subiscono espropri di terra e sono costrette a migrare, abbandonando la propria casa, il proprio villaggio, la propria terra. È questo un altro dei tanti diritti minacciati dal *land grabbing*.

Al Parlamento europeo ci siamo occupati più volte della questione su cui l'aula di Strasburgo si è espressa con varie risoluzioni.

Sul tema lavora anche la Commissione europea e ora ci stiamo impegnando per allargare la lotta a livello internazionale.

Per questo motivo ho insistito per inserire il problema del *land grabbing* nella *Carta di Milano* che rappresenta l'eredità culturale dell'Expo.

Per "nutrire il pianeta" non bisogna occuparsi solo di sicurezza alimentare intesa come *Safety* (a sostegno degli individui, ndr) e come *Security* (sicurezza nell'ambiente, ndr), ma anche dell'accesso alla terra, cioè dell'importanza che il cibo sia disponibile per tutti.

Ci sarebbe una terza S oltre a *Security* e *Safety*, e cioè *Sovereignty* (sovranità alimentare), ma il tema purtroppo è ancora ben lontano dall'essere sancito come diritto acquisito, soprattutto per le popolazioni del Sud del mondo. ■

Patrizia Toia

Università degli Studi di Milano
28 aprile 2015

Carta
di Milano

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

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



SMART WATER

Nella città del futuro

22 ottobre

dalle 9 alle 15.30

Palazzo Giureconsulti, Sala Terrazzo
Via Mercanti 2, Milano

3 CFP
Ordine ING

Le città intelligenti stanno diventando una realtà diffusa in tutto il mondo, dal momento che gestori e regolatori leader si affidano alla tecnologia e all'innovazione per soddisfare le crescenti esigenze infrastrutturali delle loro città anche in un'ottica di sostenibilità. Che ruolo riveste l'acqua, il più importante servizio che una città possa offrire, nel contesto della città del futuro?

Questo evento, che riunisce esperti da tutta Europa in rappresentanza di innovatori e gestori idrici avanzati, rappresenta una grande opportunità di confronto per i gestori ed i regolatori Italiani impegnati nella pianificazione della gestione sostenibile dell'acqua nelle nostre città.



Evento gratuito - si accede solo su iscrizione inviando una mail a: prenotazioni@mmspa.eu

Per info: 02.7747311 oppure: www.mmspa.eu
La partecipazione dà diritto a 3 crediti formativi per gli iscritti all'Ordine degli Ingegneri di Milano

A PROPOSITO DI ACQUA

MM S.p.A. una crescita responsabile

Nel Bilancio di Sostenibilità un cambiamento virtuoso: il valore aggiunto viene reinvestito per la città

Per la prima volta nei suoi 60 anni di attività, MM ha redatto il *Bilancio di Sostenibilità* di Gruppo, utilizzando le nuove linee guida internazionali GRI-CG4 approvate dal Global Reporting Initiative, a dimostrazione della volontà dell'Azienda di garantire trasparenza verso gli *stakeholder* (dipendenti, cittadini, fornitori, azionisti, concorrenti ecc). «Il 2014 è stato un anno di grandi cambiamenti per MM, abbiamo ampliato il perimetro di attività confermando il nostro impegno al servizio dei beni comuni della città di Milano - ha dichiarato Davide Corritore, Presidente di MM S.p.A. - il Bilancio consolidato, chiuso al 31 dicembre 2014, presenta un risultato netto positivo di 8,8 milioni di euro con un aumento di 2,9 milioni di euro rispetto al 2013. Il valore della produzione è aumentato del 15,5%, con un incremento dell'EBITDA del 35%. Il valore totale degli investimenti realizzati è stato di 35,7 milioni di euro».

Il Bilancio di Sostenibilità è uno strumento di gestione e rendicontazione. Ha determinato un'analisi importante per definire MM come sistema aperto, sociale, economico, ambientale.

All'inizio del 2014 MM ha approvato e condiviso con tutti gli *stakeholder* il Piano Industriale 2014-2018 definendo le prospettive di sviluppo future e le azioni strategiche da intraprendere affinché la Società cresca affermandosi come un'azienda multiservizio capace di conciliare interesse pubblico e competitività. «Il profondo impegno e la passione di tutte le persone che lavorano in MM ha permesso la concretizzazione di un progetto così ambizioso - ha dichiarato Stefano Cetti, Direttore Generale di MM S.p.A. - e già nel suo primo anno di attuazione ha raggiunto importanti obiettivi come un risparmio di 2 milioni di euro nella gestione del depuratore di San Rocco, fondi che ritornano alla comunità come ulteriori fondi di investimento che migliorano sempre più i servizi che la società fornisce».



21/10/2015, anno 3, n. 8

29

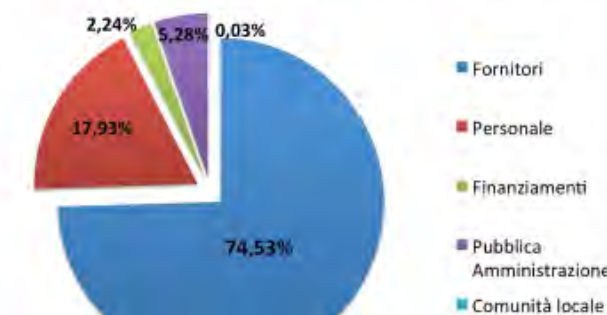
Chi è MM SpA

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.

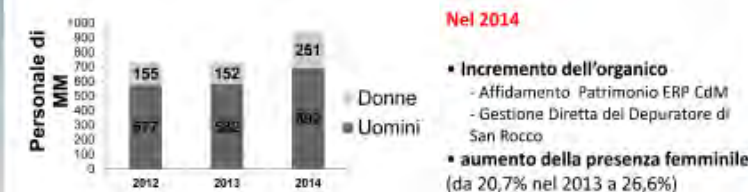
I principali risultati: Performance Economica

Il valore economico generato da MM e distribuito ai suoi stakeholders



I principali risultati: Performance Sociale

MM cresce e crea lavoro



Governare il cambiamento

È intenzione di questo Bilancio di Sostenibilità raccontare come MM ha saputo governare il cambiamento, configurandosi come un'Impresa Pubblica sempre più strategica per tutti gli *stakeholder*. Il Bilancio di Sostenibilità è lo strumento attraverso il quale l'Azienda vuole mostrare che non solo le *performance* ma anche le modalità con cui le si ottiene, sono il vero valore aggiunto. Un bilancio dun-

que che, al di là dei numeri, intende garantire certezze.

«La qualità produce valore - ha dichiarato Giovanni Valotti, Presidente di Utilitalia - e le partecipate pubbliche possono essere più efficienti di quelle private perché la loro comunità di *stakeholder* è più vasta e il valore aggiunto delle attività industriali è enorme. I dati di un bilancio di sostenibilità, molto spesso, sono più importanti di quelli finanziari». ■

Sviluppo sostenibile

ANCI (Associazione Nazionale Comuni Italiani), Gruppo CAP e le aziende di Water Alliance firmano la Carta di Milano con il ministro Martina

Stop agli sprechi di cibo e acqua: sabato 3 ottobre in Expo, alla presenza del ministro Martina, ANCI Lombardia con il Gruppo CAP e le aziende idriche pubbliche di *Water Alliance* hanno firmato *La Carta di Milano*, il manifesto-eredità di Expo. Il convegno, con la presenza

del Ministro delle Politiche Agricole, Alimentari e Forestali Maurizio Martina, è stato l'occasione di approfondimento di tematiche legate alla costruzione di un futuro sostenibile, facendo della Città Metropolitana, dopo la chiusura dell'Esposizione Universale, la sede

di un laboratorio permanente sulla sostenibilità. ANCI Lombardia, con la sottoscrizione de *La Carta di Milano*, ha voluto dare il buon esempio e invitare tutti i Comuni lombardi a firmare per diventare promotori del cambiamento e contribuire al raggiungimento degli ambiziosi obiettivi del millennio, legati molto spesso alla sopravvivenza.

«La firma de *La Carta di Milano* è la conferma dell'impegno nell'affrontare concretamente le sfide del futuro da parte delle aziende di *Water Alliance*: tutte aziende *in house* (interne ndr), interamente pubbliche e partecipate dai Comuni dei rispettivi territori, che si stanno impegnando per costruire sinergie aziendali, mettendo al centro la tutela dell'acqua e dell'ambiente e incidendo al contempo sul tessuto economico, sia a livello locale con nuovi posti di lavoro, sia

www.cibiexpo.it - Facebook: Cibi Magazine

GRUPPO **CAP**



Water Alliance – Acque di Lombardia è la prima joint venture contrattuale tra aziende idriche “in house” della Lombardia. Uno dei prossimi sforzi sarà quello di mettere a norma depuratori e fognature. Sotto, l'incontro del 3 ottobre sorso in Expo per la firma della Carta di Milano.

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 della provincia di Milano per dimensione e patrimonio, il Gruppo CAP si pone tra le più importanti monoutilità nel panorama nazionale.

Sagre e mercati

Dal 30 ottobre al 2 novembre
Mostra Mercato dello Zafferano Purissimo di Cascia Cascia (PG)

Nel centro storico della città di Cascia, in Umbria, il primo weekend di novembre si tiene la Mostra Mercato dello zafferano, prodotto tipico della zona, che proprio in questa stagione viene raccolto, essiccato e venduto. Oltre alle bancarelle nelle vie e nelle piazze, vengono proposti percorsi enogastronomici guidati, per provare i migliori abbinamenti a tavola. Se amate l'aria aperta, potete partecipare anche a interessanti visite guidate presso le aziende che coltivano la preziosa spezia e scoprire i metodi di raccolta e lavorazione.

Tel. (+39) 0743 751368

www.zafferanodicascia.it



© ZAFFERANODICASCIA.IT

I contatti della redazione

CiBi

Arte e scienza del cibo

Periodico gratuito

Anno 3 - n. 8

Milano

20 ottobre 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 Gualtiero Marchesi:

Archivio Gualtiero Marchesi; minimali, dall'alto in

basso: FIPGC, Chiara Visconti, Erik il Rosso.

Traduzioni in lingua inglese: a cura della Civica

Scuola Interpreti e Traduttori

Con il Patrocinio di



MILANO 2015

NUTRIRE IL PIANETA

ENERGIA PER LA VITA

Con il Patrocinio di

Milano

Comune di Milano

Civica Scuola

Interpreti e Traduttori

CI

Civica Scuola

Interpreti e Traduttori



Dal 14 al 15 novembre

Mostra Regionale della Capra Orobica

Casargo (LC)

Se pensavate di trovare la Capra Orobica solo in Valtellina e in Val Gerola, scoprirete che il latte famoso per la produzione del Bitto viene munto anche in Valsassina. Alcune greggi abitano proprio quelle montagne affacciate sul Lario. La Mostra Regionale non è solo un momento importante per i pastori, ma è divertente e interessante anche per le famiglie. Si possono degustare i prodotti derivati dall'allevamento di questo maestoso ovino e osservarne il portamento.

Tel. (+39) 347 2196973

prolococasargo@gmail.com

www.proloco-casargo.org

Dal 14 al 17 novembre

Gluten free Expo 2015 Rimini

Il salone Internazionale dedicato ai prodotti e all'alimentazione senza glutine cresce d'importanza di anno in anno, radunando non solo tutte le realtà del settore, ma anche ospiti provenienti dal mondo dell'alta cucina e della pasticceria.

Tante dimostrazioni e showcooking per conoscere tutti i prodotti gluten free, per una cucina interamente libera dal glutine dall'antipasto al dolce.

Rimini Fiera

Via Emilia 155, Rimini

Segreteria organizzativa

Tel. (+39) 030 6862302

Tel. (+39) 030 7776209

Tel. (+39) 345 39376780

**Visita il nostro sito
www.cibiexpo.it**

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



**Nella prossima uscita:
Claudia Sorlini
e l'eredità di Expo**





Martedì 27 ottobre
ore 17.30 – Urban Center Milano
Galleria Vittorio Emanuele II

“Bella, buona, italiana: la pasta”

Bella e italiana grazie alla macchina Italia Mini
della Dominioni Group
Buona con acqua e farina di qualità.
Ne parlano MM, Gruppo Cap, Lida e Molino Pagani.



**DOMINIONI
GROUP**
Innovation that Exceeds
Italian Food Machinery Experts
Since 1968

**MOLINO
PAGANI**
dal 1905

MM
60
1955
2015
sessant'anni di MM

GRUPPO **CAP**

LIDA
Laboratori Pasticceria Italiana