



**Arte e scienza
del cibo**



periodico gratuito
anno 3 - n. 4
5 maggio 2015
www.cibiexpo.it

Con il Patrocinio di



MILANO 2015
NUTRIRE IL PIANETA
ENERGIA PER LA VITA

Con il Patrocinio di

Milano

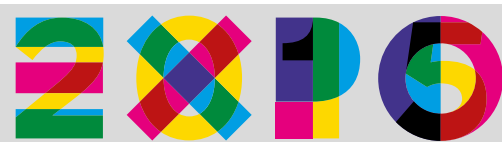


Comune
di Milano

Manuale per cucchiiai in fuga



Simone Tondo, chef e titolare
del bistro Roseval a Parigi



MILANO 2015

NUTRIRE IL PIANETA
ENERGIA PER LA VITA

**500mila
visitatori nei
primi 2 giorni**



**Verso
Dubai 2020**



**I SEGRETI
DELLA SPESA**

**I sapori antichi
dei frutti del Sud**



**A PROPOSITO
DI ACQUA**

**Case dell'Acqua
per Expo**

FATTI DELLA STESSA NATURA.

Una firma può cambiare il nostro futuro.

5X1000 AL WWF
Donare non costa nulla,
non farlo ti costa di più.
C.F. 80078430586

Campagna creativa realizzata dagli studenti
Giulia Martino, Chiara Tedone, Marco Vinci
del corso di Advertising di

RUFA Rome University of Fine Arts

www.wwf.it



**Save Nature,
Save the Humans.**



Trucchi da smascherare

Fausto pensava di far colpo sugli amici presentando una sua cugina tedesca appena arrivata in Italia. La simulatrice, italianissima, aveva gli occhi azzurri e i capelli biondi, sapeva parlare un po' in tedesco ma, a parere di Fausto, per essere credibile come ospite teutonico non era abbastanza alta. Soluzione: dieci foglietti di carta nelle scarpe, cinque di qua, cinque di là. La trovata era parsa a tutti e due astutissima. Fausto e la presunta cugina, neanche lontana parente, avevano 6 anni e gli amici erano i compagni di giardinetto. Impostori tanto ingenui da risultare divertenti. Nel mondo adulto invece certi espedienti non fanno tanto ridere: penso per esempio alle

confezioni di burro che spesso oggi sono di 200 gr. invece che di 250 gr. come al solito. Ci credo che costano meno! Ma quanti si accorgono del dimagrimento? Poi c'è la faccenda dei risi pregiati e degli oli extra vergine tutti italiani che costano troppo poco: come possono essere davvero tutti italiani? Tutta italiana anche la bresaola? E come la mettiamo con le categorie della frutta e della verdura? La prima in realtà è la seconda perché è preceduta dall'extra. E quindi la seconda in realtà è la terza. Basta saperlo però: in fondo un'amica italiana vale come una tedesca, no? ■

Paola Chessa Pietrobboni





Sommario

I superlativi di Faravelli Il pollo

5

Filiera corta, selezione genetica, benessere animale, controllo sanitario: parole d'ordine per un prodotto di qualità.
di Roberto Faravelli

Ben fatto Trenette al pesto, patate e fagiolini

6

Un grande classico della cucina ligure, rivisitato da Elena Rasi: se non si ha tempo di "pestare" a mortaio, basta scegliere ottime materie prime e assecondare i propri gusti.
di Chiara Porati

Expo Verso Dubai 2020

8

L'Expo di Milano è appena iniziato, ma noi di CiBi guardiamo avanti. Molto avanti, verso Expo 2020, che si svolgerà a Dubai, per la prima volta in Medio Oriente, Nord Africa, Asia del Sud.
di Bianca Senatore

Il cibo dei desideri

11

Confindustria è partner istituzionale di Padiglione Italia e ha contribuito alla nascita di una serie d'iniziative volte a promuovere produzioni e tecnologie dell'industria italiana.

di Bianca Senatore

I segreti della spesa Bruschette insolite ai lampascioni caramellati

12

Laura Faienza ci suggerisce come cucinare queste strane cipollette in modo da esaltarne il sapore.

a cura

di Chiara Porati

Legumi originari e sapori recuperati

13

Nell'entroterra siciliano in un habitat speciale si coltivano legumi speciali.

di Angelo Calì

I sapori antichi e quasi dimenticati dei frutti del Sud

15

Da Nord a Sud, da Est a Ovest. I sapori del mondo sono globalizzati e in qualunque mercato ben fornito è possibile trovare prodotti insoliti.

a cura di Bianca Senatore

Protagonisti Simone Tondo, manuale per cucchiari in fuga

16

A 25 anni era già comproprietario del miglior bistrot di Francia, ora ne ha 27 e lo abbiamo incontrato a Identità Golose dove ha tenuto la lezione più divertente del congresso.

di Chiara Porati

CiBi LAB

Condannati a nuova vita

18

C'è chi fa del riciclo creativo la propria arte. Nelle sue mani, tanti "quasi-rifiuti" diventano collane, anelli, tavolini. In fondo, se il bruco si trasforma in farfalla...
*di Claudia de Luca
e Bianca Senatore*

Alimentazione e salute

Voglia di verdura cruda

20

Ricca di vitamine e sali minerali, povera di grassi e zuccheri, la verdura cruda sembra un inno alla salute.

Ma attenzione agli eccessi.

di Rita Leone

Verdure crude?

Non sempre è meglio...

21

Secondo recenti studi, la cottura migliora le caratteristiche nutrizionali di alcune verdure. Quando "cotto" fa la differenza.

di Giorgio Donegani

Storia del cibo

Il fascino antico delle scatole di latta

23

Scatole di biscotti, caffè, tè che si tramutano in porta-bottoni, salvadanai, contenitori per riporre oggetti a noi cari.

di Alfredo Lomi

Tendenze Obiettivogreen. Enjoy Your City!

25

Una nuova bussola per orientarsi nella moltitudine di offerte della città.

di Benedetto Pillon

A di ALICE, leggerezza e naturalità

26

Ti senti a casa di amici al ristorante A di Alice. Luca Mauri, Chef Patron, ha realizzato il sogno della sua infanzia, diventare cuoco.

di Marina Villa

Bella, buona, italiana

27

Nel 2013, a New York ha vinto il Design Award. È la macchina per

fare la pasta di Dominioni Group, un capolavoro italiano di stile.

di Flavio Merlo

A proposito di acqua

Acqua sicura per Expo

29

MM ha messo a punto nuove analisi per monitorare la qualità dell'acqua.

a cura della Redazione

Le Case dell'Acqua per Expo

30

Un piano a basso impatto ambientale per offrire ai visitatori dell'Esposizione l'ottima acqua di rete di Milano.

a cura della Redazione

Sagre e mercati

31

a cura di Chiara Porati

Hanno collaborato a questo numero

Angelo Calì: dottore agronomo e appassionato agricoltore, è titolare di un'azienda agricola nell'entroterra siciliano (presente ad Expo 2015 presso il Cluster biomediterraneo), con indirizzo prevalente nella produzione di cereali (frumento duro) e legumi tipici (fava larga di Leonforte, lenticchia nera di Leonforte, ceci, compreso il cece nero siciliano e la cicerchia, impiegati anche, come sfarinati, nella preparazione di un tipico misto legumi per polenta).

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.

Matteo Cozzi: imprenditore nel settore pubblicitario, soprannominato "Archimede" per la grande capacità inventiva, è l'anima commerciale del progetto Obiettivogreen.

Giorgio Donegani: dottore in Scienze e tecnologie alimentari e presidente della Fondazione italiana per l'Educazione alimentare. Già membro del Comitato "Scuola e Cibo" del MIUR, che ha definito le linee guida per l'educazione alimentare nella scuola italiana, fa ora parte del Comitato Ministeriale EXPOScuola2015, per la messa a punto di attività educative di preparazione ai temi di Expo. Partecipa al tavolo programmatico Verso EXPO della Regione Lombardia.

Laura Faienza: diventata chef per passione superati i trenta, non vuole paragonarsi a chi fa questo mestiere da anni e quindi si definisce "chef di se stessa". Il suo progetto culinario si chiama La Vita Morbida: "cucinare è il veicolo per donare un po' di sé, per amare quello che conosci o per essere amati da chi non sa ancora nulla di te e, se è vero che l'ospitalità è una forma di condivisione da sempre, allora vorrei che la buona cucina fosse alla portata di tutti".

Rita Leone: biologa, specializzata in Ricerche Biologiche, docente, si occupa di didattica della Biologia e Scienze degli Alimenti. Ha coordinato e diretto corsi di formazione, aggiornamento e conferenze tematiche per il Ministero dell'Istruzione, Regione Lombardia, Università degli Studi di Milano e numerose associazioni italiane e internazionali.

Benedetto Pillon: architetto per formazione e visual designer per passione e lavoro, contribuisce al progetto Obiettivogreen con la sua creatività e la conoscenza delle nuove tecnologie.



I SUPERLATIVI DI FARAVELLI

Il pollo

Filiera corta, selezione genetica, benessere animale, controllo sanitario: parole d'ordine per un prodotto di qualità

Trovare prodotti di qualità è impegnativo, ma mi dà grandi soddisfazioni. Per quanto riguarda il pollo, un alimento oggi di largo consumo, consigliato nelle diete per le sue caratteristiche nutrizionali, la macelleria Faravelli ne ha sempre venduti di ottimi, cercando il meglio del mercato nazionale e spingendosi fino in Francia. Dal momento che quanto più è vicino il luogo di produzione, tanto più si garan-

tisce la freschezza del prodotto, ero alla ricerca di un'alternativa. È allora che mi hanno parlato di un'azienda a conduzione familiare alle porte di Milano, fondata una cinquantina d'anni fa dal padre dell'attuale titolare. Partita piccola, è cresciuta nel tempo, puntando tutto sulla qualità. Sono andato a visitarla e ho notato subito, oltre all'estrema pulizia, che non c'era alcun cattivo odore, nonostante il caldo estivo. Ocche e anatre razzolavano libere nei campi di mais.

In questa azienda i polli a dimora allevati sono di più razze e qualità. In questa diversità abbiamo scelto per caratteristiche e per sapore. Sono allevati a terra e nutriti con i cereali coltivati, essiccati e macinati dall'azienda stessa che negli anni ha via via perfezionato le tecniche di alimentazione. I polli sono portati a maturazione per almeno 6 mesi. Solo allora si considerano pronti per arrivare in tavola. Naturalmente il tempo lungo di allevamento ne determina, oltre alla qualità, il costo di produzione e di conseguenza il prezzo di vendita al dettaglio. Un'altra cosa interessante è che si può macellare in sede (ulteriore elemento che gioca a favore

Roberto Faravelli, titolare della storica macelleria milanese, ci ha spiegato che in Italia si allevano circa 500 milioni di polli da carne l'anno. Ricerca i migliori nel territorio nazionale e anche all'estero richiede grande impegno, cui si aggiunge la difficoltà di coordinare i trasporti. Un lavoro ben più gravoso di una semplice telefonata al grossista, ma è questo il segreto di una macelleria che garantisce ai suoi clienti prodotti di eccellenza.

della freschezza), rispettando meticolosamente tutti gli obblighi di legge, compresa la presenza del veterinario. Da parte nostra, ordiniamo quanto soddisfa il fabbisogno settimanale dei clienti: polli, capponi, galline, faraone, ocche. Nel rispetto delle variabili stagionali. Le faraone, per esempio, maturano a novembre/dicembre. La tacchina si mangia a Natale perché raggiunge il massimo nel periodo più freddo. D'estate il pollo non cresce bene: da giugno a settembre la produzione si ferma e anche noi ne sospendiamo la vendita. Anatre e ocche sono pronte per l'inverno perché mangiano di più quando le temperature si abbassano: accumulano il grasso che è la loro riserva di energia, un tempo essenziale per affrontare la migrazione stagionale. ■

Roberto Faravelli

Le galline ovaiole di Faravelli vengono alimentate come il pollame da carne (diversamente dalla grande industria). Al momento della deposizione, le uova passano direttamente in un contenitore che le preserva dalle contaminazioni (il guscio è poroso). Queste uova, dal gusto eccezionale, sono attentamente controllate e vantano una certificazione di indennità da salmonella da ormai sei anni.

© CHIRIA VISCINTI



© CHIRIA VISCINTI

Trenette al pesto, patate e fagiolini

Un grande classico della cucina ligure, rivisitato da Elena Rasi: se non si ha tempo di "pestare" a mortaio, basta scegliere ottime materie prime e assecondare i propri gusti

Pulite i fagiolini togliendo le due estremità e fateli scottare in acqua bollente per 4 minuti in modo che rimangano croccanti. Scolateli e teneteli da parte. Sbucciate le patate e tagliatele a cubetti. Mettete sul fuoco una pentola alta piena d'acqua. Lavate le foglie di basilico poi, senza farle sgocciolare troppo perché il pesto ha bisogno di umidità, mettetele nel bicchiere del frullatore. Unite i pinoli, l'aglio (se avete pensato di utilizzarlo), un po' d'olio e un po' d'acqua fredda. Frullate e controllate la consistenza. Aggiungete il Parmigiano, una presa di sale fino e, se serve, il resto dell'olio e dell'acqua.

Frullate ancora finché il pesto non avrà assunto la consistenza di una crema non del tutto liscia. Quando l'acqua della pentola avrà raggiunto il bollore, unite due pugni di sale grosso, buttate nell'acqua le patate, i fagiolini precedentemente scottati e la pasta. Scolate tutto insieme al termine della cottura indicata sulla confezione delle trenette, tenendo da parte un po' d'acqua di cottura. Condite la pasta con il pesto e qualche cucchiaino d'acqua di cottura se necessario. Servite la pasta e buon appetito! ■

Chiara Porati

Trenette with Pesto, Potatoes and Green Beans

A traditional Ligurian dish, with a recipe revisited by Elena Rasi: if you don't have time to crush and grind the basil in the mortar, choose the high-quality ingredients and satisfy your own tastes

made in the marble or wood mortar. You pound and crush the ingredients using a pestle with a rotary movement until the mixture becomes relatively homogenous. Making pesto the traditional way requires patience. So, if you are short on time, I have a perfect suggestion for you: use a blender. The nitpickers would say that metal blades cause pesto to oxidize, but if you are careful enough, your pesto can be equally good as the one made following the traditional technique.»

Ingredients for 4 people:
- 60 g of fresh basil leaves

Place a big pot full of water on the stove and turn the heat under it to high. Rinse the basil leaves and try not to dry them too much because they need to keep some water. Then put them in the blender. Add the pine nuts, the garlic (if you plan on using it), a little bit of oil, and a little bit of cold water. Blend everything together and then check the consistency of the mixture. Add the cheese, some fine salt, and then, if necessary, the rest of olive oil and water. Blend until you reach the creamy consistency wi-



Versare un po' d'acqua fredda nel frullatore insieme agli altri ingredienti evita che si scaldino eccessivamente le lame del frullatore che, durante il funzionamento, tendono a ossidare più velocemente il basilico.

Con l'aglio o senza? Grana o pecorino? In fatto di pesto le versioni sono molte ed Elena Rasi, grande esperta del mondo della ristorazione, ci propone la sua, fatta rigorosamente con basilico e pinoli liguri, Parmigiano Reggiano e olio Extra Vergine d'Olive. «Innanzitutto, occorre fare bene la spesa, verificando la provenienza e la qualità delle materie prime. Poi bisogna scegliere gli ingredienti anche in base ai gusti dei commensali: nella mia famiglia, per esempio, non usiamo l'aglio e preferiamo il Parmigiano al Pecorino. Tradizionalmente in Liguria questo condimento si prepara usando il mortaio in marmo o in legno. Si pestano gli ingredienti con un movimento rotatorio finché non si ottiene una pasta piuttosto omogenea. Ci vuole un po' di pazienza, quindi se vi manca

il tempo, vi consiglio un ottimo alleato: il frullatore. I puristi direbbero che le lame di metallo ossidano il pesto, ma con le dovute attenzioni la preparazione può riuscire ugualmente molto bene».

Ingredienti per 4 persone:

- 60 g di foglie di basilico (pesatele una volta che avrete tolto tutti i gambi)
- 50 g di pinoli
- 3 cucchiaini di Parmigiano Reggiano grattugiato (o Pecorino Romano stagionato)
- 1 spicchio d'aglio (facoltativo)
- ½ bicchiere d'olio Extra Vergine d'Olive
- ¼ bicchiere d'acqua fredda
- sale fino q.b.
- sale grosso q.b.
- 2 patate di media grandezza
- 100 g di fagiolini
- 280 g di trenette



With or without garlic? With Parmigiano or Pecorino? There are many ways of making pesto, but Elena Rasi, an expert in gastronomy, offered her own recipe using only basil, Ligurian pine nuts, Parmigiano-Reggiano cheese, and Extra-Virgin Olive Oil. «The most important thing is to shop well, to know where your ingredients come from and to know their quality. This is especially the case when you are making pesto. It is also important to choose the ingredients according to the tastes of people who share the dinner table with you. For instance, in my family, we don't use garlic and we prefer Parmigiano to Pecorino. In Liguria, pesto is traditionally

(weigh them once you have removed the stalks)
- 50 g of pine nuts
- 3 tablespoons of grated Parmigiano-Reggiano (or aged Pecorino Romano)
- 1 garlic clove (optional)
- ½ cup of Extra-Virgin Olive Oil
- ¼ cup of cold water
- fine salt, to taste
- coarse salt, to taste
- 2 medium-sized potatoes
- 100 g of green beans
- 280 g of trenette pasta

Trim the green beans by removing both ends and blanch them in boiling water for only 4 minutes – just enough for them not to lose their crunchiness. Then drain them and keep them aside. Peel the potatoes and cut them into small cubes.

Per conservare il pesto: 3-4 giorni in frigorifero in un vasetto di vetro, ricoperto da uno strato d'olio EVO. Oppure nel congelatore nei contenitori per il ghiaccio, perfetti per le monoporzioni.

thout the mixture becoming completely smooth. Once the water in the big pot boils, add 2 handfuls of coarse salt, potatoes, green beans that you previously blanched, and pasta. Cook following the time indicated on the trenette package. Keep some of the cooking water on the side. Toss the pasta with pesto and, if necessary, with some cooking water. The pasta is now ready to be served. Enjoy! ■

Translation by Bojana Murisic

Verso Dubai 2020

L'Expo di Milano è appena iniziato, ma noi di CiBi guardiamo avanti. Molto avanti, verso Expo 2020, che si svolgerà a Dubai, per la prima volta in Medio Oriente, Nord Africa, Asia del Sud

Gli occhi del mondo sono oggi puntati su Milano ed è veramente molto presto per avere le idee chiare su quanto succederà tra cinque anni a Dubai, ma qualche indiscrezione è trapelata. Il titolo dell'evento sarà "Collegare le idee, Creare il futuro" e avrà tre sotto-temi (Mobilità, Sostenibilità e Opportunità) per i quali l'Emirato sta già lavorando alacremente. In particolare, il Governo si sta impegnando (e investendo moltissimo) per diversificare il mix energetico, con l'aumento della quota di tecnologie pulite per la produzione di elettricità e di acqua, per impianti sia esistenti sia nuovi.

Una sfida energetica

La sfida per la città di Dubai, una delle sette capitali degli Emirati Arabi Uniti, sarà gestire la domanda di energia per l'esposizione universale, senza trascurare le esigenze crescenti di una popolazione sempre più affamata di elettricità. L'obiettivo anzi è di ridurre la domanda di energia del 30% entro il 2030 e, soprattutto, l'impatto ambientale. In realtà, Dubai è all'avanguardia rispetto alle altre città del Medio Oriente perché già da anni ha migliorato l'efficienza della produzione e ha ottimizzato la gestione delle centrali elettriche, oltre a quella di produzione e distribuzione dell'acqua. Senza contare, poi, le energie alternative in cui il Governo crede e su cui si sta indirizzando. In particolare, è l'energia solare la vera fonte di ricchezza del territorio che, geograficamente, può contare su un irraggiamento forte e

costante. Proprio per questo, si è stabilito di realizzare la costruzione di una centrale fotovoltaica di potenza pari a 200 MW AC (corrente alternata) con l'obiettivo di un aumento del 7% del contributo solare alla produzione di energia elettrica entro il 2020.

2020 e oltre

I progetti sono appena all'inizio e i tecnici del Governo hanno studiato a fondo l'Expo di Milano, proprio per capire come si costruisce un evento di tale portata dalle fondamenta. Tuttavia va tenuto presente che, mentre i problemi di sostenibilità sono spesso globali, le soluzioni più adatte sono talvolta locali. Il clima a Dubai è diverso da quello di Milano e diverse sono anche le risorse naturali disponibili. Inoltre l'innovazione nei settori dell'energia e della sostenibilità è molto dinamica, quindi da oggi al 2020 ci saranno tecnologie non attualmente disponibili. Intanto a Dubai stanno pianificando per accogliere 25 milioni di visitatori, il 70% dei quali stranieri provenienti da altri continenti. ■

di Bianca Senatore

Da quando è stata ufficializzata la location di Expo2020, gli Emirati Arabi Uniti hanno iniziato a lavorare per creare un evento eccezionale, in grado di dare soluzioni per il futuro del pianeta.

Dubai 2020

Expo 2015 in Milan has just begun, but CiBi has been looking ahead. So far ahead in fact, that we are talking about Expo 2020, which will be held in Dubai. For the first time the World Expo will be in the region comprising Middle East, North Africa and South-West Asia

Obviously, the eyes of the world are on Milan now and it is very early to have already clear ideas of the next event that will see the light only in five years from now, but some rumours have already spread. The theme of the event will be Connecting minds, Creating the Future and it will be articulated in three sub-themes: Sustainability, Mobility, Opportunity - new paths to economic development. On all that, the Emirate is already working hard. In particular, the Government is working towards the diversification of the energy mix through the increase in the usage of clean technologies and

through heavy investments for the production of electricity and water, for both new and existing plants.

The challenge for energy

The challenge for Dubai, which is the capital of one of the seven United Arab Emirates (UAE), will be to manage in a sustainable way the energy demand for the universal exhibition without neglecting the increasing needs of fast growing population and industries, hungry for electricity. All of this with the goal of reducing energy demand by 30 percent by 2030 and, above all, the environmental impact. In fact, Dubai is at

the forefront when compared to other cities in the Middle East. For many years already, it has been improving efficiency in energy production and it has been optimizing the management of power plants and the production and distribution of water, reducing network losses. Renewable energy, in which the Government strongly believes and towards which it is addressing its effort, deserves a specific mention. Solar energy is a true source of wealth for the territory which, geographically, has a strong and constant irradiation. As recently announced, a large photovoltaic project (200MW) will be developed in the coming years, and the targets for contribution of solar energy to the electricity production have been increased to 7% by 2020 and 30% by 2030.

2020 and more

The projects are just at the beginning and the Government is thoroughly analysing how the Milan Expo has been set up and organized in order to understand and replicate the organization of an event of such magnitude. Nevertheless, while sustainability problems are global, solutions

need to be adjusted to the local needs. Climate and available natural resources in Dubai are different from Milan's. For this reason, the Government of Dubai will likely focus the effort on solutions that optimize sustainability based on local requirements and resources. Moreover, since innovation in energy and sustainability makes new technologies and commercial solutions available, certain solutions possibly adopted in 2020 might not be available at the moment. Meanwhile, it is expected that Expo 2020 will attract 25 million visitors, 70 percent of which will be from overseas and this, for Dubai, will already be a record, because it will be the first world fair where most visitors come from beyond national borders. And more, for Dubai the Expo 2020 will be just a restart, fostering a progressive and sustainable vision for the coming decades. ■

*Translation
by Bojana Murisic*



L'energia e la sostenibilità saranno due dei temi principali dell'Expo e proprio per questo Dubai sta portando avanti politiche di incentivo verso tutte le fonti alternative, come l'energia solare.

OLTRE 6.000.000 DI PERSONE
SOFFRONO LA FAME



MA CI SONO GESTI
CHE LA POSSONO
SAZIARE

IL TUO 5XMILLE
A FONDAZIONE BANCO ALIMENTARE ONLUS
Ogni giorno recuperiamo cibo per i poveri in Italia



Guarda le VIDEO
TESTIMONIANZE

CODICE FISCALE:

97075370151

Banco
Alimentare



www.bancoalimentare.it

EXPO

Il cibo dei desideri

Confindustria è partner istituzionale di Padiglione Italia e ha contribuito alla nascita di una serie d'iniziative volte a promuovere produzioni e tecnologie dell'industria italiana

Confindustria non poteva non far parte del grande progetto Expo 2015. E quindi ha allestito una mostra permanente intitolata Il Cibo dei desideri, una delle principali attrazioni del padiglione. «Vogliamo combattere il pregiudizio tutto italiano nei confronti della filiera industriale e far capire che solo grazie a scienza e tecnologia si ottengono prodotti accessibili – ha detto il Presidente di Confindustria, Giorgio Squinzi –. Il modello che vogliamo proporre nasce dalla Storia, rielaborata in base alle realtà industriali più moderne: la qualità e i sapori dei cibi della tradizione vengono trasferiti sui prodotti di largo consumo grazie a una filiera industriale che permette di avere sulle tavole del mondo il gusto di ieri insieme alla sicurezza e alla qualità di oggi».

Un percorso emozionale

È il Museo della Scienza e della Tecnologia (MUST) di Milano a curare la mostra di Confindustria. Marco Balich, direttore artistico di Padiglione Italia, ha dato le linee guida per l'allestimento. Attraverso un percorso emozionale che si snoda su una superficie di 900 mq, il visitatore può seguire tutte le fasi della filiera agroalimentare scoprendo cosa succede, passo dopo passo, dalla piantumazione dei semi, fino alla cottura dei cibi. «Il nostro target sono i giovani e le loro famiglie – spiega Squinzi – per questo abbiamo

fatto un protocollo d'intesa con il Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca (MIUR) per portare il maggior numero di studenti all'Expo e devo dire che i risultati stanno andando ben oltre le aspettative. Poi, tra oltre cinquemila giovani, abbiamo selezionato 50 neolaureati che collaboreranno al progetto in qualità di Account museali (responsabili delle relazioni con i visitatori, ndr) e faranno da guida». Infine è ormai on line il sito dedicato alla mostra, con l'obiettivo di stimolare una partecipazione attiva e condividere le esperienze attraverso un linguaggio semplice.

La fabbrica italiana del gusto

«Questo percorso – ha confermato Squinzi – è stato reso possibile dal Museo che vanta una lunga e riconosciuta esperienza nella divulgazione scientifica, anche se con questa mostra non vogliamo dare soluzioni,

Fab'Food
LA FABBRICA DEL GUSTO ITALIANO

L'obiettivo della mostra è far capire come sia possibile ottenere alimenti

sicuri, di qualità, a prezzi accessibili, nel rispetto dell'ambiente.

ma fare proposte e, soprattutto, mostrare ciò che l'industria italiana può fare. È un viaggio nella fabbrica italiana del gusto». La partnership con il Museo è stata apprezzata anche dalla presidente di Expo Diana Bracco: «Con questa mostra facciamo vedere al mondo un'Italia all'avanguardia, capace di costruire il futuro puntando su ricerca e innovazione e questo grazie alla collaborazione di tutti». Al progetto, infatti, ha lavorato anche un Comitato scientifico di esperti, professori universitari e rappresentanti delle associazioni, tra cui Federilimentare, Federchimica, Assolombarda, Acimit, Anima, Assica e altre ancora. «Expo è il motore che permetterà al Paese di accelerare i consumi interni – ha concluso Giorgio Squinzi –, è il trampolino per la crescita del nostro Pil (prodotto interno lordo, ndr). L'Italia c'è, l'Italia è questa».

di Bianca Senatore



La mostra, curata dal Museo Nazionale della Scienza e della Tecnologia di Milano, si sviluppa lungo 10 sale in cui godere di un'esperienza individuale e collettiva, interattiva, altamente emozionale, perfetta per capire la complessità e le connessioni della filiera agro-alimentare.

Bruschette insolite ai lampascioni caramellati

La nostra esperta Laura Faienza ci suggerisce come cucinare queste strane cipollette in modo da esaltarne il particolare sapore dolceamaro

Il lampascione: un piccolo bulbo globoso simile alla cipolla, tutto coperto di terra e radici. Dolciastro al primo impatto, poi decisamente amaro, non passa inosservato: o lo ami o lo odi. Tipico della cucina pugliese e lucana, in primavera lo si vede sui banchi dei mercati. Occhio, però: i veri lampascioni pugliesi sono molto piccoli! Ecco la ricetta della "Bruschetta di lampascioni caramellati con polvere di radice di prezzemolo": uno spuntino davvero gustoso che non vi lascerà l'amaro in bocca!

Il gusto naturalmente amaro dei lampascioni viene ingentilito grazie alla caramellatura e all'abbinamento con le patate.

Ingredienti per 8/10 bruschette

- 25 lampascioni (2-3 cm di diametro)
- pane pugliese (a fette)
- 8 patate di media grandezza

- 90 g ca. di burro
- ½ bicchiere ca. di zucchero superfino
- 1 bicchiere e mezzo d'acqua
- 1 cucchiaino di polvere di radice di prezzemolo
- olio Extra Vergine d'Oлива
- sale grosso e sale fino q.b.

Preparazione dei lampascioni

Riempite d'acqua il lavello della cucina e immergetevi i lampascioni. Sfregateli con le mani per liberarli dal terriccio. Sciacquateli sotto l'acqua corrente finché non saranno puliti. Scartate il primo strato. Portate a ebollizione 2 litri d'acqua e salatela. Praticate un'incisione a croce sul fondo dei bulbi e calateli nell'acqua bollente. Fateli cuocere per non più di 10 minuti, non dovranno sfaldarsi. Quindi scolateli e poneteli in una bacinella con acqua fredda. Lasciateli in ammollo per circa 5 ore, cambiando l'acqua ogni 30 minuti. Questa operazione serve per togliere l'eccesso di amaro. Poi scolateli e

asciugateli. Oliate leggermente una teglia e disponetevi i bulbi. Scaldare il forno a 200 °C e infornate per 20-25 minuti. Sono pronti quando, schiacciando la "capocchia", tendono ad aprirsi. Fate raffreddare i lampascioni e tagliateli in 4 spicchi, riprendendo la prima incisione. Scaldate il burro in padella e rosolate gli spicchi per qualche secondo. Versate lo zucchero a pioggia e fate saltare i bulbi per circa 10 minuti. Nel caso tendessero ad attaccarsi, versate un po' d'acqua. Salate. A cottura terminata dovranno essere teneri ma non molli. Aggiungete poi un cucchiaino di radice di prezzemolo; il suo gusto dolciastro, erboso e pungente donerà equilibrio al piatto.

Preparazione delle patate

Pelate le patate e tagliatele a rondelle dello spessore di 2 mm, escludendo le estremità. Adagiatele senza accavallarle in una teglia, precedentemente oliata e cosparsa di

Dopo essere stati mondati e bolliti, i lampascioni richiedono un lungo ammollo in acqua per eliminare l'amaro in eccesso.

sale grosso. Infornatele per 15 minuti a 200 °C, utilizzando il grill negli ultimi minuti.

Preparazione delle bruschette

Prendete il pane pugliese e tagliate delle fette non eccessivamente grosse. Fatele abbrustolire in padella con un filo d'olio per un paio di minuti per lato, oppure mettetele in forno mentre cuociono le patate. Conditele con olio crudo e sale, quindi copriteli con uno strato di patate e poi di lampascioni caramellati tiepidi. I più golosi potranno arricchire ulteriormente la ricetta, aggiungendo un cucchiaino di stracciatella. ■

a cura di Chiara Porati

Per un impiattamento diverso, provate a schiacciare il lampascione come si fa con i carciofi.



Legumi originari e sapori recuperati

Nell'entroterra siciliano in un habitat speciale si coltivano legumi altrettanto speciali

Nelle colline che circondano l'abitato di Leonforte, provincia di Enna, le condizioni climatiche e fisiche del terreno hanno permesso la coltivazione di particolari ecotipi di leguminose (l'ecotipo è l'aspetto che una specie assume per influenza del suo ambiente, ndr), che per molti secoli hanno rappresentato, assieme ai cereali, il fondamento dell'alimentazione delle popolazioni locali (erano la cosiddetta "carne dei poveri").

L'abbandono delle campagne

Dalla fine degli anni '50 del secolo scorso, il lento e progressivo spopolamento delle campagne ha determinato un inesorabile declino di queste colture che necessitano di una costante cura manuale e mal si adattano ai canoni dell'agricoltura moderna. Alla fine degli anni '90, solo pochi ettari di terreno erano ancora destinati alla coltivazione, per esempio, della fava larga e della lenticchia nera di Leonforte, del cece nero e della cicerchia. Dati i modesti quantitativi, il prodotto ottenuto era assorbito dal solo mercato locale, al massimo da quello regionale, raggiungendo le tavole di pochi estimatori e di alcune osterie e ristoranti ancora legati alle tradizioni popolari e ai sapori del passato.

Il declino e il recupero

Tra le cause del declino va anche considerata la lunga preparazione che richiedono questi prodotti per l'impiego in cucina (ammollo

preventivo, asportazione di parte del tegumento esterno per la preparazione del "macco di fave" ...), che scoraggia consumatori sempre più presi da ritmi di vita frenetici. La caparbia di alcuni produttori, riuniti in associazione, ha però sottratto queste colture al totale abbandono, almeno per il momento. Negli ultimi anni, infatti, si sta assistendo a un'inversione di tendenza con un lieve ma sensibile aumento delle superfici coltivate, delle produzioni ottenute e della platea dei consumatori.

Legumi antichi

L'inserimento della **fava larga di Leonforte** nella lista dei prodotti agroalimentari tradizionali italiani (Ministero delle Politiche Agricole) e il recente riconoscimento della fondazione Slow Food, hanno aiutato il prodotto a varcare i confini regionali e ad affermarsi anche all'estero.

Anche la **lenticchia nera di Leonforte** è apprezzata per le sue caratteristiche organolettiche (elevata sapidità) e il retrogusto dolciastro, che derivano dall'elevatissimo contenuto in ferro, mediamente oltre il 30% in più delle comuni lenticchie. Si racconta che nel passato, data la rarità del prodotto, lo si destinava solo alle donne in gravidanza o in allattamento.

Di pari passo, si sta cercando di rivalutare altri piatti della tradizione contadina, tra questi la cosiddetta *frascatura*, ottenuta dal-



L'impegno per la promozione ha permesso a questi prodotti di essere oggetto di attenzione

da parte del padiglione Regione Sicilia all'interno del cluster biomediterraneo in Expo 2015.

la molitura a pietra di diversi tipi di legumi (cicerchia, fava larga, cece e, in piccolissima percentuale, pisello). La "frascatura", piatto veloce e soprattutto economico, veniva consumato dalle popolazioni rurali nel periodo invernale, quando era facile trovare alcune erbe spontanee con le quali arricchire la preparazione. ■

Angelo Calì





LA TRADIZIONE TOSCANA NEL PIATTO

Un'esperienza esclusiva per scoprire la cucina tipica e genuina delle terre toscane. Un viaggio culinario a tutto tondo: visiteremo i rivenditori della zona, cucineremo insieme le ricette tipiche della tradizione toscana e ne assaggeremo i sapori durante le cene insieme!

30 MAGGIO - 1 GIUGNO
esclusivo per 4/6 partecipanti

INFORMAZIONI

info@lavitamorbida.it
Laura +39 347 1674370

iscrizioni entro
il 20 maggio

Pernottamento
Colazione con prodotti locali
Pranzi in ristoranti tipici
Visite alle botteghe locali
Cene con le ricette delle lezioni
Lezioni di cucina e showcooking

Con la Chef
LAURA FAIENZA
www.lavitamorbida.it



UNA LOCATION D'ECCEZIONE
APPARTAMENTO PRIVATO INSERITO IN UNA TENUTA STORICA

I SEGRETI DELLA SPESA

I sapori antichi dei frutti del Sud

Da Nord a Sud, da Est a Ovest. I sapori del mondo sono globalizzati e in qualunque mercato ben fornito è possibile trovare prodotti insoliti

Eppure, ci sono gusti che sono stati quasi dimenticati e che riportano alla memoria le antiche colture dei frutti del Sud, quelli che nell'arco degli ultimi 50 anni sono stati soppiantati dalla frutticoltura industriale. Sono difficili da trovare, tanto che veramente in pochi li conoscono.

Dimenticati, ma non estinti

Avete mai sentito parlare delle **Sorbe pelose**? Originarie della Campania, le sorbe sono note fin dall'antichità, tanto che Virgilio, nelle *Georgiche*, parla della "Cerevesia", una bevanda simile al sidro fatta proprio con questi frutti, piccoli pomi rossi, ricoperti da una fine peluria, di sapore asprigno. Campana è anche la **Mela Annurca**. La "regina delle mele" è una IGP (Indicazio-

ne Geografica Protetta) di piccole dimensioni. È croccante, con profumo finissimo. C'è poi la **Giuggiola**, già nota agli antichi Romani, che assomiglia a una grossa oliva di colore rosso scuro quando matura. Può avere forma allungata o tondeggiante e sapore gradevolmente acidulo. Di regione in regione, sono veramente tante le varietà di frutta scomparse dalle nostre tavole, anche se molti contadini tornano a coltivarle per preservarne non solo la memoria, ma anche la biodiversità. Le **Mele limoncelle**, per esempio, sono una varietà che ha caratterizzato soprattutto il Molise. La polpa, di colore bianco-crema, è soda e di sapore zuccherino, leggermente acidula. Hanno forma cilindrica e buccia giallo paglierino.

Agrumi di un tempo

Le arance sono presenti in tutte le cucine d'Europa, ma ci sono varietà che hanno assaggiato in pochi. Il **Melangolo** l'avete mai trovato al mercato? Più noto come **Arancia amara**, è un ibrido molto antico. Arrivato dalla Palestina o dall'Egitto, oggi si può trovare in Sicilia e nella Puglia garganica.



Oltre a quelli citati, ci sono molti altri frutti antichi che varrebbe la pena ricordare, come il **Fico rigato**, il **Corbezzolo** o il **Carrubo**, usato durante la guerra per fare una specie di caffè, l'uva di **Corinto**, la **pera Trentatré**, la **pera Festara**. Di regione in regione c'è un mondo da riscoprire.

In Basilicata, invece, si può mangiare l'**Arancia Staccia** di Tursi, in provincia di Matera. Un po' schiacciata alle due estremità, la sua forma ricorda le pietre utilizzate in un antico gioco e chiamate "stracce", dalle quali pare derivi il nome. Può pesare dai 300 grammi a oltre un chilo. Ha caratteristiche uniche, ma nonostante gli sforzi di ampliar-

ne la diffusione, la produzione non supera i 350 quintali l'anno. L'**Arancia "Bionda tardiva di Trebisacce"**, dell'omonimo comune calabro in provincia di Cosenza, è oggi ufficialmente riconosciuta tra le eccellenze agroalimentari italiane. Ha una caratteristica forma a uovo. Anche il **Bergamotto** è un prodotto tipico della Calabria e nel 2001 ha addirittura ottenuto il riconoscimento DOP. Sembra un'arancia, ma ha le sfumature giallo-verdi del limone e un sapore che lo ricorda, asprigno e nello stesso tempo zuccherino. Il profumo è intenso, tanto che dalla buccia si ricavano pregevoli oli essenziali, variamente utilizzati nell'industria. ■

a cura di Bianca Senatore

Simone Tondo manuale per cucchiai in fuga

A 25 anni era già comproprietario del miglior bistrot di Francia, ora ne ha 27 e lo abbiamo incontrato a Identità Golose dove ha tenuto la lezione più divertente del congresso

Come si fa a tenere prezzi contenuti se si vogliono offrire ottime materie prime e una certa ricerca in cucina?

Roseval è nel 20 arrondissement, praticamente una "No-Zone" a 10 minuti dalla Bastiglia; il bistrot è piccolo, la cucina pure e i frigoriferi sono solo due, quindi non possiamo stoccare molto e facciamo la spesa praticamente giorno per giorno. Ci rifornisce un gruppo di ragazzi che ricercano i migliori fornitori dell'Île-de-France e andiamo al mercato generale solo per il pesce, perché così scelgo di volta in volta i prodotti della regione che mi interessa. Questo mi ha dato molti stimoli per lavorare meglio, componendo il menu con intelligenza.

Molto ho imparato da Petter Nilsson del ristorante La Gazetta di Parigi. Svedese trapiantato nella capitale francese, ha portato con sé la cultura gastronomica nordica. In Svezia si cerca di rendere interessanti i prodotti locali. Lo si fa utilizzando molte erbe, condimenti e cotture particolari; da qui nasce anche la mia passione per le affumicature. In cucina

Domanda scontata. Quale prodotto ti portaresti dalla Sardegna?

Il carattere! Scherzo, se dovessi scegliere un prodotto porterei il Carasau, un pane così non lo fanno altrove.

Di cosa si compone il menu al Roseval? Sembra ci sia una grande ricerca dietro ogni piatto.

Abbiamo un menu fisso, o lo segui o... ti attacchi (e la cosa funziona). Proponiamo sette portate, iniziando con una crema o una zuppa e poi proseguiamo con il resto dei piatti, rigorosamente "mare e monti" (tranne i dessert). So che sette portate sembrano molte, ma noi cerchiamo di dare valore allo scontrino finale. Ammetto che i nostri piatti possono apparire complicati, ma con un minimo sforzo sarebbero replicabili a casa, anche perché la taglia della mia cucina è simile a quella casalinga. Poi voi mi direte che non avete il tempo per fare le cose come me, ma effettivamente io non faccio altro, mi dedico a

pensare le ricette, provarle e correggerle. È normale realizzare cose più accattivanti. Se vi metteste a cucinare tutto il giorno arrivereste al medesimo risultato.

Dubitandone fortemente passiamo alla prossima domanda. "Hai solo 27 anni" direbbero in Italia, però in Francia hai già ottenuto un premio importante. Ti aspettavi di arrivare a tanto?

Così sembra che sono "stellato"! In realtà è solo un premio, che però mi ha fatto bene per tutti questi anni. Il rapporto con la cucina è nato più come pretesto per scappare da casa, vedere altre cose e andare a scuola in un'altra città, poi è nata una passione. Mia madre ha sostenuto questa scelta e da lì è iniziato tutto, ma piano piano. È come quando conosci qual-

cuno: prima ti presenti e poi magari ti piace e diventa amicizia o amore. Ho cercato di "nutrire" un po' quello che facevo, sforzandomi di capire ciò che m'interessava della cucina... Parecchie cose, devo dire!

... e pensare che doveva diventare geometra come suo nonno! ■

Chiara Porati

Il ristorante Roseval si trova in Rue D'Eupatoria 1 a Parigi. Per informazioni visitate il sito www.roseval.fr.



Classe 1988, Simone Tondo, originario di Macomer, si è formato come cuoco ad Alghero e ha cominciato la sua carriera nelle cucine dei migliori ristoranti sardi. Ora è titolare del bistrot Roseval (è il nome di una varietà di patate) a Parigi e porta avanti la sua attività con grandi consensi di critica e pubblico. Della serie: i sogni possono diventare realtà.

Come è riuscito nell'impresa? Con umiltà e impegno. Roseval ha 20 coperti, una cucina di 4 metri quadri circa in cui lavorano in 3. Lo chef, oltre a cucinare, spiega i suoi piatti in sala. Così Tondo è diventato uno dei membri di spicco della "bistronomy" francese (un neologismo da bistrot-economy, alta ristorazione a basso prezzo, che spoglia i piatti di tutto ciò che può elevare il costo, ma usa materie prime eccellenti sfruttando tecniche e abbinamenti imprevedibili) e non ha nessuna intenzione di cambiare formula.

In Italia il concetto di bistrot non è molto chiaro. Fa pensare a un'osteria ma in realtà non è così. Ancora più difficile è definire la "bistronomy". Ci pensi tu?

È una sorta di evoluzione di quello che è l'osteria in Italia. La nostra cultura gastronomica a volte non ci permette di fare nuovi adattamenti. In Italia si può fare quella che è definita "alta cucina" solo in un ristorante di alto livello, pseudo-stellato, o stellato. In un'attività più modesta il cliente dà per scontato che si rispetti un certo codice. Sarebbe un po' come entrare in chiesa e chiedere al prete di mettersi un paio di scarpe New Balance. Invece a Parigi c'è un'apertura diversa e tra i migliori indirizzi ci sono sia ristoranti stellati "stile Ducasse" (con menu a 400 euro), sia bistrot più economici alla portata anche di studenti o turisti. Roseval funziona così.

mi piace bruciare un sacco di cose, volutamente s'intende!

Quali altre caratteristiche ha la cucina del Roseval?

Mi piacciono molto le associazioni tra mare e monti. Io sono originario della Sardegna, un luogo di pastori più che di pescatori. C'è una tradizione di cucina di terra che solo negli ultimi decenni ha avuto una contaminazione gastronomica con il mare. In più il "mare-monti" ti dà modo di bilanciare i gusti in modo interessante. Anche le erbe mi sono utili in questo senso. Le verdure mi piacciono croccanti. Devo aver subito un trauma con le verdure di mia madre, che stracuoveva le carote. Qui invece vengono cotte poco e in una quantità d'acqua ridotta per non disperdere i sali minerali.

Facciamo poca pasta, sia per questioni logistiche, sia per scelta: non volevo vivere la sindrome dell'italiano all'estero. Non volevo sentirmi obbligato a fare pasta per tutta la vita a Parigi!

Simone Tondo è ormai membro di spicco della Bistronomy Francese. La sua cucina è fatta di materie prime semplici che elabora ricercando abbinamenti interessanti tra cucina di terra e di mare.

Condannati a nuova vita

C'è chi fa del riciclo creativo la propria arte. Nelle sue mani, tanti "quasi-rifiuti" diventano collane, tavolini, panche da giardino. In fin dei conti, se il bruco si trasforma in farfalla...

Dove trovarlo

Teddy è un giramondo, lo trovate spesso a Milano a esporre in qualche mercatino artigianale, ma il suo territorio è tutta l'Italia, e per quest'estate ha in programma di girare la penisola in lungo e in largo: per sapere dove, basta controllare la sua pagina Facebook. E se proprio non passa dalle vostre parti, potete sempre farvi spedire le sue creazioni.

www.teddyproduzioni.com
Facebook: Teddy Produzioni

C'era una volta un cucchiaino. Una volta, appunto. Perché ora, al posto del cucchiaino, c'è un paio di orecchini: da una parte il manico, dall'altra la paletta. Sempre quella volta, c'erano anche un mestolo (ora bracciale), una forchetta (ormai anello) e una serratura (oggi ciondolo). Tutti passati dalle abili mani e dalla fantasia di Teddy. Un "orsetto urbano", come si definisce lui, pronto a recuperare oggetti scartati e destinati a diventare rifiuti: «Uso il più possibile materiale di riciclo destinato a diventare spazzatura. Casette della frutta, latte di tonno, vecchie posate, sette della frutta, filo di ferro, cinghie di tapparelle. Carta, cartone, filo di ferro, cinghie di tapparelle. Materiali poveri che recupero quasi a costo zero: ecco perché le TeddyProduzioni costano poco. Utilizzo inoltre vernici all'acqua e spray senza CFC (componenti chimici a base di Clorofluorocarburi, ndr). Cerco di riciclare il più possibile nel rispetto dell'ambiente che mi circonda». L'idea di trasformare le posate in gioielli – ci ha raccontato Teddy – non è assolutamente nuova: risale al XVII secolo, quando i servi che volevano regalare un anello alla fidanzata, non potendosi permettere un acquisto costoso, rubavano al padrone un cucchiaino d'argento e lo modellavano fino a trasformarlo nel gioiello desiderato. Più nuova è invece l'idea di recuperare vecchie serrature, alcune decorate, altre molto grezze: «In questo caso – ci ha spiegato Teddy – il mio compito è soprattutto quello di "scegliere" i materiali migliori. Una volta trovati, il gioco è quasi fatto: bisogna solo montarli nel modo che più li valorizza». Come a dire che spesso buttiamo via le cose solo per pigrizia e per scarsa fantasia. Cose che, invece, avrebbero sette vite come i gatti... ■

Claudia de Luca

Non ho mai avuto una grande manualità, ma il riciclo creativo mi ha sempre appassionato e così, di tanto in tanto, provo a realizzare qualcosa di carino utilizzando materiali di scarto. Ci sono oggetti che hanno un valore, eppure non vengono considerati, anzi... vengono buttati via senza sapere che possono diventare pezzi di arredamento. I pallet, o bancali, sono quelle pedane di legno che nei supermercati sorreggono le confezioni di acqua e in generale sono utilizzati per trasportare materiali. Avete mai pensato di farveli regalare e di dar loro una nuova vita? Sistemati in orizzontale o in verticale, i pallet possono diventare veramente di tutto, con poco sforzo. A volte, infatti, basta solo levarli un po', senza ulteriori modifiche, ma ovviamente dipendendo dal progetto che avete in testa. Sistemati uno sull'altro, possono diventare un tavolino per il giardino, ma si possono anche lucidare o coprire con un tessuto o dei cuscini per farli diventare un comodo pouf da tenere ai piedi del letto o nel salotto. Se invece si ha voglia di lavorarci su con gli attrezzi giusti, si può trasformare un pallet anche in un vero e proprio mobile. Adirittura, due architetti, Alessandra Sansone e Paco Sertani, hanno costruito un'intera cucina con i bancali, mentre in Olanda un'agenzia pubblica ha ridisegnato i propri spazi utilizzando i pallet come scrivanie, tavoli computer e mensole. Le idee sono veramente tantissime e non resta che sbizzarrirsi con la fantasia. In giardino, per esempio, possono essere messi in verticale o appoggiati ai muri, e diventare dei simpatici porta-piante, completamente a impatto zero. Io ci ho provato a trasformare qualcosa in qualcos'altro, dico davvero, ma con martelli, chiodi e colla non sono proprio a mio agio. Lo sa bene mio fratello che più di una volta è dovuto intervenire per risolvere un pasticcio, come quando ha dipinto di bianco e appeso al muro come mensola porta-oggetti una cassetta della frutta, di quelle di legno. Veramente bella! ■

Bianca Senatore

Voglia di verdura cruda

Ricca di vitamine e di sali minerali, povera di grassi e di zuccheri, la verdura cruda sembra un inno alla salute. E di fatto l'aiuta, ma attenzione agli eccessi e alle caratteristiche di ogni varietà

Silvester Graham (1794-1851), il religioso americano, promotore di nuovi concetti dietetici e cofondatore della Società Vegetariana Americana, diceva: «Se l'uomo si sostenesse con cibo crudo, la sua accurata masticazione e il lento inghiottire e i suoi pasti semplici servirebbero grandemente a impedire l'iperalimentazione...».

Che cosa contiene

La composizione chimica della verdura varia a seconda della parte edibile: le foglie sono in genere più ricche di beta-carotene, ferro e vitamine del gruppo B e C; nei tuberi troviamo amido, ferro e vitamine del gruppo B. La componente maggiore è l'acqua, circa il 90/95% (fino al 96,6% nei cetrioli). Il contenuto di proteine, grassi e zuccheri è equivalente, 1-2%. Mentre la fibra è presente al 2-4%,

Con questa composizione, le verdure hanno un apporto calorico di circa 10-25 Kcal per 100 grammi di prodotto. Il valore nutrizionale, invece, è legato al contenuto di sali minerali (soprattutto calcio, ferro, fosforo, magnesio, potassio), concentrati al 2-3%, e di vitamine (beta-carotene e vitamina C), presenti all'1-2%, oltre che di una vasta gamma di phytochemicals (composti, come flavonoidi, carotenoidi e antocianine, prodotti naturalmente dalle piante per difendersi dagli attacchi parassitari), che agiscono come antiossidanti per l'uomo. Gli antiossidanti combattono lo "stress ossidativo" (un meccanismo di danno cellulare), che favorisce stati infiammatori e di conseguenza malattie cardiovascolari, degenerative, diabete e tumori. I flavonoidi, in particolare, migliorano la funzione endoteliale (cioè del tessuto di rivestimento) nei vasi sanguigni, contribuendo a ridurre la pressione. Importanti anche per un'azione anticancerogena.

Le verdure verdi (asparagi, agretti, basilico, carciofi, cetrioli, cicoria, lattuga, rucola, prezzemolo, zucchine), grazie alla clorofilla,

facilitano la produzione di globuli rossi; sono ricchi di carotenoidi, magnesio, vitamina C, acido folico e luteina, utile alla salute degli occhi.

Consigli pratici

Chi soffre di colite dovrà evitare le lattughe con foglie larghe e ricche di linfa lattiginosa (che irrita l'intestino) e le insalatine da taglio, ma non dovrà eliminare completamente le verdure crude per paura che diano gonfiore, perché in realtà fermentano meno nell'intestino rispetto a quelle cotte. Il consumo di verdura cruda prima dei pasti non solo rallenta l'assorbimento dei carboidrati mantenendo equilibrato l'indice glicemico,

Le verdure bianche (aglio, cipolla, porri, finocchi, funghi) sono ricche di polifenoli, flavonoidi, selenio, potassio, vitamina C e allicina, utili

per rinforzare le difese del sistema immunitario. L'allicina permette di abbassare il colesterolo e la pressione arteriosa.

ma aiuta anche la digestione e il corretto metabolismo degli alimenti, grazie al ruolo determinante di minerali e vitamine. È bene rispettare sempre la stagionalità dei prodotti, per gustarli quando la maturazione è completa ed evitare di consumare quelli "trattati" con sostanze potenzialmente tossiche per l'uomo (i composti per combattere parassiti e malattie delle piante). Quindi, occhio a genuinità (coltivazione naturale), selezione delle varietà e stagionalità. ■

Rita Leone



Le verdure blu-viola (come per esempio il radicchio) contengono

antocianine, vitamina C, carotenoidi, potassio e magnesio.

Le verdure giallo-arancio (carote, peperoni gialli) sono ricche di flavonoidi, carotenoidi e vitamina C, importanti antiossidanti, fondamentali per la salute di ossa e articolazioni.

Cruda? Non sempre è meglio...

la presenza di alcuni componenti nocivi, come la solanina, addirittura tossici se assunti in grande quantità. A proposito di sostanze nocive, meritano poi un discorso a parte i cosiddetti "fattori antinutrizionali" presenti nei legumi. Fagioli, piselli, ceci, fave e lenticchie contengono tutti delle sostanze che agiscono sull'organismo umano compromettendo la digestione delle proteine e alterando la com-



Secondo recenti studi, la cottura migliora le caratteristiche nutrizionali di alcune verdure. Quando "cotta" fa la differenza

Danno pochissime calorie, non apportano praticamente zuccheri e sono ricche di vitamine, sali minerali, fibre e fattori antiossidanti. Con un identikit nutrizionale di questo genere si capisce bene come un consumo abbondante di verdure possa considerarsi una vera e propria assicurazione sulla salute. Ma come prepararle? Crude! Verrebbe da dire immediatamente, peraltro in accordo con quanto da sempre consiglia la scienza della nutrizione... Ma la scienza si evolve e nuove scoperte inducono a pensare che non sempre il crudo sia meglio del cotto.

La disponibilità del licopene

Un recente studio tedesco, pubblicato sul *British Journal of Nutrition*, ha valutato la presenza di vitamina

A e di licopene (un potente antiossidante presente in diversi ortaggi) nell'organismo di un ampio campione di individui dopo un periodo di dieta a base di cibi crudi (il 95% della quantità di cibo giornaliera). Ebbene, si è osservato che mentre il livello di vitamina A si è mantenuto normale, con valori relativamente alti di beta-carotene (il precursore di origine vegetale della vitamina A), quasi l'80% degli individui coinvolti nello studio ha mostrato bassi livelli di licopene, inferiori alla media della popolazione. In effetti questo studio concorda con quanto osservato dai tecnici rispetto alle conserve di pomodoro: il licopene contenuto abbondantemente in questo ortaggio (è il pigmento rosso che gli dà il colore) è più disponibile per il nostro organismo dopo la cottura.

Meglio cotto che... antinutrizionale

I pomodori non sono i soli vegetali che ci guadagnano a essere cotti. Le patate sono l'esempio più evidente: la cottura non soltanto ammorbidisce le fibre migliorando la digestione e facilitando la masticazione, ma riduce drasticamente

Le verdure rosse (pomodori, peperoni rossi, rape, barbabietole) sono ricche di licopene (un nutriente anticancerogeno) e antocianine (utili per la salute del cuore).

posizione sanguigna: la cottura prolungata vale a eliminarle. Anche tra le Brassicacee, la "famiglia dei cavoli", ci sono ortaggi che danno il meglio a cotto: broccoli, verze, cavolfiori e cavolini di Bruxelles, eccellenti come fonti di antiossidanti e di sostanze antitumorali, risultano praticamente indigeribili a crudo per l'alto contenuto di composti a base di zolfo. Altro ortaggio da menzionare, le melanzane: crude sono cattive, d'accordo, ma il loro sapore sgradevole è dato da sostanze amare (alcaloidi), poco salutari, che se ne vanno proprio con la cottura. Per chiudere l'elenco del "meglio cotto", due parole sui peperoni: cuocendoli si perde in buona parte la vitamina C dei quali sono ricchi, ma l'abitudine di scottarli sulla piastra, per poterne eliminare la buccia, li rende decisamente più digeribili... ■

Giorgio Donegani

LE ZIE

GASTRONOMIA ♦ DOLCI ♦ MERENDE
CATERING E CONSEGNE A DOMICILIO

Tutte le nostre specialità sono preparate ogni giorno dalla nostra cuoca e si possono consumare al tavolo o portare a casa. Ogni giorno prepariamo anche piatti vegani e vegetariani.



Via Ripamonti, 9 - 20136 Milano
telefono 02 32961903
Facebook: Le Zie
Tripadvisor: Le Zie
www.leziemilano.it
prenotazioni@leziemilano.it

A PORTA APERTA

Il fascino antico delle scatole di latta

Scatole di biscotti, caffè, tè che si tramutano in porta-bottoni, salvadanai, contenitori per riporre oggetti a noi cari. CiBi ha visitato una collezione privata in un antico palazzo del centro di Milano

Le scatole di latta iniziarono a diffondersi nella seconda metà dell'Ottocento. Si usavano per commercializzare tè, caffè e, visto che le principali case produttrici erano in Inghilterra, le spezie dei possedimenti "d'oltremare". Avevano colori, ornamenti e figure che trasportavano il consumatore in un mondo sospeso tra realtà e fantasia. Oggi le scatole di latta non rappresentano solo oggetti di vita domestica, ma testimoniano anche l'esistenza di un tessuto industriale minore. Molte grandi aziende di biscotti, caramelle e di altri prodotti alimentari (Saiwa, Venchi, Lazzaroni, per citarne alcune), così come qualsiasi altra società che desiderasse far conoscere il proprio prodotto, si rivolgevano a produttori specializzati sia nella fabbricazione della scatola, sia nella creatività del disegno a decoro. Osservando le scatole di latta litografate si è attratti dalla fantasia, dalla varietà delle forme e dei colori: dal tronco di cono rovesciato per la mostarda di frutta, ai grandi

I disegni delle scatole di latta sono in genere di autori ignoti. Nel periodo del Liberty, invece, alcuni artisti decisero di donare alle scatole il loro "marchio di fabbrica".



parallelepipedi del surrogato di caffè "Elefante" della Luigi Rossa di Vercelli, non si può che rimanerne affascinati.

Di difficile datazione

È difficile stabilire cronologie precise delle scatole "storiche", perché non sempre le immagini riprodotte o impresse corrispondono esattamente al periodo raffigurato, dato che era molto in uso utilizzare modelli di vari anni prima o comunque ispirarvi.

Le più antiche rappresentano spesso scorci paesaggistici riferiti agli stabilimenti della ditta o al luogo dove essa risiedeva. Spesso con contorno decorativo di putti con volti sereni e paffuti.

L'ingresso del Liberty servirà ad alleggerire le immagini e a imprimere loro eleganza di forme, grazie a simboli grafici e a motivi floreali. Con eccezione di casi specifici portati a compimento da famosi pubblicitari e pittori del periodo Liberty, la maggior parte delle litografie su latta ha ideatori anonimi.

La vittoria della plastica

Se in un lasso di tempo relativamente breve, circa una

Perché la latta

Fin dal XIV secolo la latta (o tolla), un lamierino di ferro ricoperto da un sottilissimo strato di stagno che lo protegge dall'ossidazione e dalla corrosione, è stata utilizzata per realizzare contenitori per il cibo perché aveva il pregio di conservarne la freschezza e di non alterarne il sapore. Adottate poi in campo militare, le scatole in latta furono fabbricate su larga scala per realizzare le "razioni K" in dotazione all'esercito americano. In Italia fu la Liguria la prima a specializzarsi in questo tipo di produzione, raggiunta poco dopo da Milano. Oggi la latta è spesso soppiantata dalla plastica.

sessantina d'anni, vennero prodotte meravigliose scatole di latta, la Seconda guerra mondiale frenò lo sviluppo di questa industria che fu quasi completamente mobilitata per partecipare allo sforzo bellico. Se si eccettuano le scatole destinate alle conserve e ai prodotti sott'olio, l'imballaggio degli alimenti ha fatto sempre più ricorso alla plastica.

Oggi però alcune aziende tornano a produrre le scatole di un tempo; c'è chi ha capito che quella bellezza può ancora affascinare, anche se i tempi odierni non sembrano adatti a un futuro collezionismo: adesso le scatole le buttiamo via, come quelle del tonno e dei pomodori, vere avanguardie del consumismo di massa; e d'altra parte è lo stesso meccanismo di apertura che le distrugge! ■

Alfredo Lomi

Le scatole di latta cominciarono a diffondersi nella seconda metà dell'800. Si racconta che nel 1914 la principessa Maria d'Inghilterra regalò ai soldati della Prima guerra mondiale una scatola di latta contenente sigari per gli uomini e cioccolatini per le donne.



ACQUA



AQUA

ACQUA
NEW ALBUM



TENDENZE

Obiettivogreen Enjoy Your City!

L'ago di questa
punti cardinali
locali e le attivi
pi etici e di sost
più qualità e me
te. Un *green loca*
con sé grazie a
per iOS e Andro
modamente da

L'ago di questa
punti cardinali
locali e le attivi
pi etici e di sost
più qualità e me
te. Un *green loca*
con sé grazie a
per iOS e Andro
modamente da

Network di
Lidea nasce dall'incontro tra Matteo Cozzi e i suoi soci, che avevano già dominato il mondo della mobilità loro prima app italiana. Ma le è possibile mettere tutti gli impianti per i veicoli elettrici. Insieme a Eni, il nuovo geografo della mappa i negozi e i servizi della città, offrono

Network di
Lidea nasce dall'incontro tra Matteo Cozzi e i suoi soci, che avevano già dominato il mondo della mobilità loro prima app italiana. Ma le è possibile mettere tutti gli impianti per i veicoli elettrici. Insieme a Eni, il nuovo geografo della mappa i negozi e i servizi della città, offrono

la bussola non indicherà i
bensì i più interessanti
tà che seguono princìpi
enibilità, promuovendo
no impatto sull'ambien-
tor da portare sempre
alle nuove app mobile
oid, o da consultare co-
casa attraverso il sito

sostenibilità
l'intuizione dei *founders* Benedetto Pillon, che ha dato un volto social al business della mobilità elettrica con la Phev, attraverso la quale si può apparire in *open source* e diffondere i dati di rifornimento per tutti.
Oggi, con Obiettivogreen, Pillon ha creato un social network che ha messo insieme le strutture più "verdi" del Paese, e ha dato un volto nuovo strumento

sostenibilità
l'intuizione dei *founders* Benedetto Pillon, che ha dato un volto social al business della mobilità elettrica con la Phev, attraverso la quale si può apparire in *open source* e diffondere i dati di rifornimento per tutti.
Oggi, con Obiettivogreen, Pillon ha creato un social network che ha messo insieme le strutture più "verdi" del Paese, e ha dato un volto nuovo strumento

sostenibilità
l'intuizione dei *founders* Benedetto Pillon, che ha dato un volto social al business della mobilità elettrica con la Phev, attraverso la quale si può apparire in *open source* e diffondere i dati di rifornimento per tutti.
Oggi, con Obiettivogreen, Pillon ha creato un social network che ha messo insieme le strutture più "verdi" del Paese, e ha dato un volto nuovo strumento

sostenibilità
l'intuizione dei *founders* Benedetto Pillon, che ha dato un volto social al business della mobilità elettrica con la Phev, attraverso la quale si può apparire in *open source* e diffondere i dati di rifornimento per tutti.
Oggi, con Obiettivogreen, Pillon ha creato un social network che ha messo insieme le strutture più "verdi" del Paese, e ha dato un volto nuovo strumento

A tutti i lettori di Cibi Obiettivogreen.it
dà la possibilità di acquistare la Green Card
a 9,90 euro anziché 29,90 euro semplicemente
digitando CIBIEXPO in fase di acquisto
nel campo "Hai un coupon sconto?".



Download gratuito

 Download on the
App Store

ANDROID APP ON
 **Google play**

Download gratuito



ANDROID APP ON
Google play

Per accedere ai vantaggi e alle opportunità di Obiettivogreen basta acquistare la Green Card sul sito ufficiale www.obiettivogreen.it

Per accedere ai vantaggi e alle opportunità di Obiettivogreen basta acquistare la Green Card sul sito ufficiale www.obiettivogreen.it

Benedetto Pillon

Benedetto Pillon



A di ALICE, leggerezza e naturalità

Ti senti a casa di amici al ristorante A di Alice. Luca Mauri, Chef Patron, ha realizzato il sogno della sua infanzia, diventare cuoco

Affascinato dall'abilità gastronomica della nonna e della mamma, Luca Mauri si è presto iscritto alla scuola alberghiera. Tante esperienze e nel 2007, mentre collaborava al ristorante Lear di Briosco, è arrivata la prima stella Michelin. Nel 2011 è iniziata la storia da imprenditore con A di ALICE a Monza. A un anno dall'apertura è arrivato il riconoscimento Due Forchette del Gambero Rosso.

Perché il nome A di ALICE?

A come amore per la cucina e per mia figlia Alice. Una scelta di vita in cui lavoro e affetti diventano una sola cosa, perché ho coinvolto anche mia moglie, interior designer, che ha curato la ristrutturazione e l'arredo del ristorante.

Qual è la tua filosofia di cucina?

Profonda conoscenza della materia prima, utilizzo di pochi ingredienti (non più di 5) per esaltare i singoli sapori, cotture brevi e a basse temperature, poche salse. In breve, slow cooking e natura nel piatto.

Che cosa fai degli avanzi? Come e dove fai la spesa?

Riduco il più possibile gli scarti, in particolare con le verdure. Uso molto la tecnica del sottovuoto. Acquisto gamberi e scampi "abbattuti" in barca appena pescati (cioè raffreddati a -20 °C e messi sottovuoto). Comprò il pesce al



Pochi ingredienti, materie prime eccellenti, cibi cotti a basse temperature e condimenti leggeri: è la formula dello chef.

Quali sono gli ingredienti base che non dovrebbero mancare mai? E l'errore da evitare assolutamente?

Lolio Extra Vergine d'Olive, meglio se leggero come quello del Garda, oppure oli liguri e siciliani. Un altro ingrediente è il sale di Maldon, ne basta poco perché sala molto e i suoi cristalli a piramide cava si sciolgono lentamente dando croccantezza al piatto. Un

errore da evitare: mettere in forno o in padella il cibo ancora freddo da frigorifero. E poi, mai cuocere a temperature alte per non alterare le proprietà degli ingredienti. Anche la chimica in cucina è sovrana. **Come funziona la tua scuola di cucina?**

Accolgo una sola persona alla volta. Le metto a disposizione giacca, cappello, block-notes e la invito a lavorare subito con il mio gruppo, dall'antipasto al dolce. Però preferisco essere chef che maestro. I miei allievi, aspiranti gourmet, semplicemente imparano facendo.

Come affronti la questione delle intolleranze a tavola?

La mia carta propone piatti con ingredienti facili da sostituire in caso d'intolleranze. Per esempio il baccalà mantecato prevede anche la versione senza lattosio, la crema pasticcera è assolutamente senza glutine perché fatta con amido di mais... Grande rispetto anche per i vegetariani.

A quale delle tue ricette sei più affezionato?

I grissini, preparati con farina, olio Extra Vergine d'Olive, lievito di birra e sale di Maldon. Ogni volta hanno una fragranza diversa, dipende dalla lavorazione manuale e dal clima. Sono una vera sorpresa.

Che futuro prevedi per la ristorazione?

La differenza sarà giocata sulla capacità di scegliere materie prime di qualità e di essere chef a 360 gradi, dall'antipasto al dessert, senza dimenticare che anche il pane va fatto in casa. ■

Marina Villa

Carta d'identità

A di Alice
(presso Helios Hotel)
Viale Elvezia 4, Monza
Tel. 039 9162219
prenotazioni@adialice.it
www.adialice.it



Lo chef Luca Mauri spiega la sua filosofia di cucina: "La tradizione è alla base di tutte le mie creazioni, senza il rispetto della tradizione la cucina perde il suo vero significato".



Bella, buona, italiana

Nel 2013 a New York ha vinto il Design Award. CiBi racconta i segreti della macchina per fare la pasta di Dominioni Group, un capolavoro italiano di innovazione e stile

La bellezza e la funzionalità tipiche del design italiano e il sapore del nostro piatto per eccellenza, la pasta, trovano in Italia Mini un fantastico punto di sintesi. Prodotto dalla Dominioni Group di Lurate Caccivio, azienda specializzata in tecnologia alimentare, progettato dall'architetto Paolo Albano, questo piccolo gioiello d'innovazione e design, rosso come le Ferrari di Maranello, sforna 12 chili all'ora di pasta lunga e corta e fino a 20 chili di ravioli.

La Dominioni Group nasce nel 1966 per iniziativa di Pietro e attualmente è guidata dal figlio Fabrizio che ha ampliato la produzione grazie a progettisti qualificati e tecnologie sempre più sofisticate. Oggi la società ha numerosi stabilimenti all'estero, clienti in quattro continenti e costruisce oltre cento modelli di macchine per la produzione di pasta fresca pastorizzata e confezionata, secca, lunga e corta, linee per lasagne, cannelloni e piatti pronti, prodotti tipici regionali e della cucina internazionale.

A Fabrizio Dominioni abbiamo chiesto di raccontarci la storia di questo gioiello.

«Italia Mini nasce nel 2013 per permettere al settore



HO.RE.CA. (Hotellerie, Restaurant e Caffè) di produrre in casa gli ingredienti di base che spesso si acquistano da fornitori esterni con costi più alti e qualità inferiore. In realtà abbiamo solo reso semplice quello che già esisteva, una sorta di mix tra il casalingo e l'industriale, aggiungendoci un elemento tipicamente italiano: la bellezza. Italia Mini è una macchina che non deve stare dietro le quinte, ma viene messa in vetrina per la gioia di chi vuole vedere il prodotto mentre viene fatto».

Italia Mini è studiata per ingombrare poco e produrre rapidamente. Ma il suo design la rende a tutti gli effetti

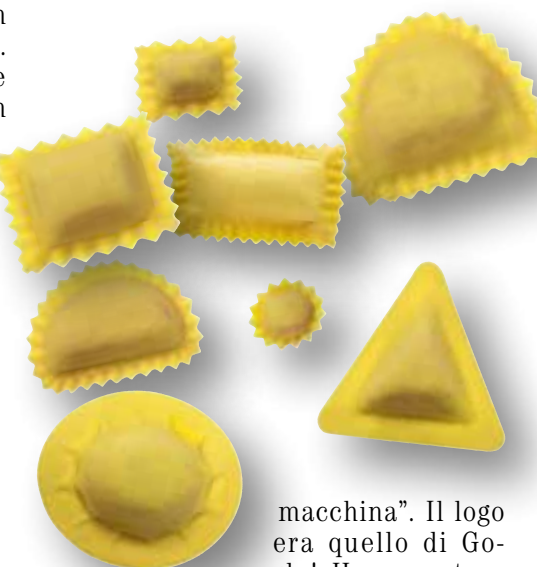
anche un oggetto "da guardare". Per tutti quelli che subiscono il fascino di veder nascere un prodotto.

macchina". Il logo era quello di Google! Ho pensato a un errore... "No, no, nessun errore; siamo proprio noi!". Da non credere! Anche Autogrill, Red Bull e Eataly hanno una macchina per la pasta personalizzata».

Paolo Albano, il designer di Italia Mini, ha curato anche il monumento dedicato alla Rivarossi a Como e il centro sportivo edificato nella Repubblica Democratica del Congo da una collaborazione tra Inter FC, Unicef e Alba Onlus. Un architetto o un designer?

«Sono due modi diversi di dare forma alle idee. Medesimo concetto, ma approccio e sviluppo differenti. Il design di Italia Mini, per esempio, è molto elegante con un contrasto tra la parte di sostegno morbida e la parte operativa meccanica. Un lavoro di sintesi molto intenso. La sua linea contribuisce a renderla familiare, elegantemente funzionale». ■

Flavio Merlo



EXPO WOMEN GLOBAL FORUM

Genti, generazioni, generi

EWGF rappresenta l'evoluzione di **Women&Technologies 2008-2015®**, il progetto che con cadenza annuale dal 2008 ha dato rilevanza a temi di portata mondiale in ambito ICT, biotecnologie, nutrizione, innovazione, sostenibilità e salute. Un punto di arrivo a Expo 2015 ma anche un punto di partenza per continuare a guardare ad uno sviluppo sostenibile per le future generazioni. Le cifre: **226 membri** coinvolti nel **Comitato Strategico** e nel **Comitato di programma**, **215 relatori**, provenienti da **16 nazioni** diverse, **170 operatori della stampa**, **2.500 utenti** collegati in **diretta streaming**, **97.000 accessi**, **65.000 visitatori**, **330.000 pagine** visualizzate sul portale dedicato www.womentech.eu, **150.000 contatti** sul **canale Web TV** (lanciato nel 2012).

IL PROGETTO

Expo Women Global Forum, un *palinsesto di dibattiti, conferenze, laboratori, mostre ed eventi di edutainment caratterizzati da assoluta affidabilità scientifica associata a un forte carattere educativo/divulgativo*

Avrà **carattere diffuso** sia nel suo aspetto **fisico** che in quello **virtuale**; la **durata temporale** non sarà limitata al semestre di Expo 2015, ma coinvolgerà anche i mesi precedenti e successivi, in **un'ottica di costruzione, sedimentazione, continuità**.

OBIETTIVI

Favorire un dibattito sui temi di Expo che lasci alle generazioni future **indirizzi strategici**, sia in senso generale, sia nello specifico aspetto valoriale della **'gender equity'** come **prerequisito essenziale per uno sviluppo sostenibile**.

Mettere in evidenza e valorizzare il **contributo economico delle donne** in tutti gli ambiti produttivi: **industria, ricerca, commercio, salute, trasporti, energia, agricoltura, etc.**

Individuare **linee di azione** per uno sviluppo economico e sociale in grado di **soddisfare i bisogni delle future generazioni**

EVENTI, CONVERSAZIONI, DIALOGHI

Incontri con donne e uomini imprenditori, professionisti, ricercatori, accademici e opinion leader che si sono distinti nell'ambito della scienza, della tecnologia e del mondo imprenditoriale per discutere di **nutrizione, alimentazione e salute, sostenibilità, futuro, nuove generazioni, multiculturalità, donne**.

Primo appuntamento il 6 maggio 2015, per la cena di gala e consegna dei **Premi "LE TECNOVISIONARIE" 2015** a donne che nella loro attività professionale hanno testimoniato visione, di privilegiare l'impatto sociale, la trasparenza e l'etica (www.womentech.eu)

Con il Patronato di:



Con il patrocinio di:



Acqua sicura per Expo

MM ha messo a punto nuove analisi per monitorare la qualità dell'acqua che sarà bevuta dai visitatori dell'esposizione

Saranno milioni i litri d'acqua gratuita consumati nell'area Expo nel corso dei sei mesi dell'esposizione milanese. Per far sì che l'acqua erogata sia assolutamente sicura e controllata, i tecnici del laboratorio di MM SpA hanno sviluppato nuovi metodi per monitorare, 24 ore su 24, la qualità dell'acqua che servirà l'area dell'Expo e quella microbiologica delle 32 Case dell'acqua che verranno installate all'interno dei padiglioni dell'Esposizione.

In collaborazione con alcuni enti universitari, MM ha testato strumentazioni innovative che permetteranno di misurare nei campioni d'acqua la tossicità acuta (ovve-

ro l'esposizione a un agente tossico in un breve lasso di tempo) per mezzo di batteri bioluminescenti: molto sensibili ai metalli pesanti, se entrano in contatto con una o più sostanze tossiche questi microrganismi muoiono e perdono la loro luminosità. In futuro verrà utilizzato un ulteriore indicatore biologico in aggiunta ai batteri: le alghe, molto sensibili ai pesticidi.

Per il controllo in continuo della qualità dell'acqua nell'area Expo verranno installati tre pannelli di monitoraggio multiparametrici, i cui dati verranno inviati in tempo reale direttamente al laboratorio, in modo da avere costantemente sotto controllo i parametri più significativi.

I punti di forza di questi pannelli multiparametrici sono la ridotta necessità di manu-

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.



Strumenti innovativi per monitorare la qualità dell'acqua che sarà a disposizione dei visitatori di Expo.

tenzione, la stabilità del segnale nel tempo, la rapidità di risposta e la possibilità di inviare dati a lunga distanza: tutte caratteristiche che por-

tano a elevati livelli di automatismo e rapidità d'azione.

MM spa ha investito più di 1 milione di euro in pochi anni per rendere il proprio laboratorio di analisi sempre più all'avanguardia, raggiungendo i massimi livelli di eccellenza in Italia. ■

Un laboratorio di analisi tra i più efficienti d'Italia: è il traguardo raggiunto da MM SpA grazie a importanti investimenti.



Le Case dell'Acqua per Expo

Un piano a basso impatto ambientale per offrire ai visitatori dell'Esposizione l'ottima acqua di rete di Milano

I numeri

Sono 32 le Case dell'Acqua realizzate dal Gruppo CAP nell'area Expo per dissetare i visitatori durante i sei mesi dell'evento. Potranno erogare fino a 230mila litri complessivi al giorno di acqua gasata o naturale per i 30 milioni di visitatori annunciati, garantendo un totale di 40 milioni di litri d'acqua per i sei mesi di Expo. Al giorno saranno risparmiate 460 mila bottigliette di plastica da mezzo litro. Nei sei mesi di Expo saranno risparmiati fino a 82 milioni e 800mila bottigliette da mezzo litro.

Il servizio

Lo scopo è offrire ai visitatori la possibilità di dissetarsi gratuitamente con l'ottima acqua di rete del territorio milanese, installando 32 Case dell'Acqua secondo la dislocazione concordata con Expo. Gli impianti erogheranno acqua refrigerata, liscia o frizzante, con la possibilità di rifornirsi anche senza conte-

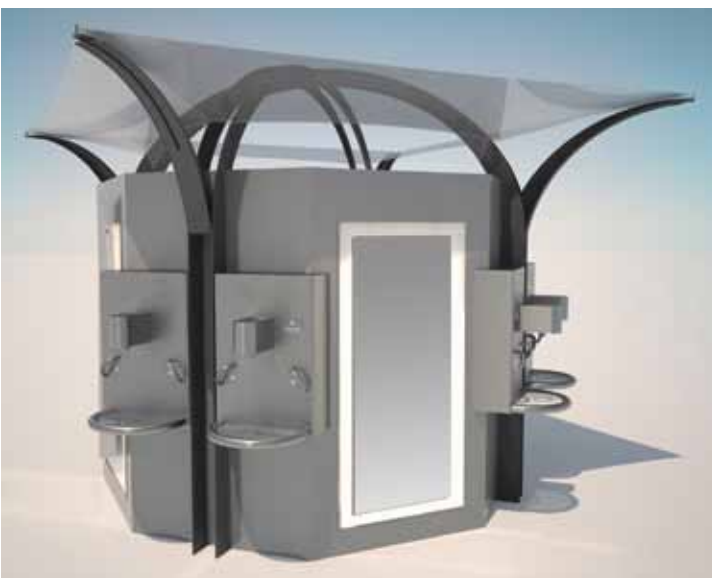
nitore (come nelle fontanelle tradizionali). Evidenti i vantaggi in termini di impatto ambientale e riduzione dei rifiuti (bottigliette di plastica, bicchieri), con ripercussioni positive anche sui servizi di logistica. Un servizio indispensabile per agevolare la visita a Expo, migliorando e ammodernando i semplici rubinetti proposti a Saragoza o Shangai, ed evitando i disagi di altri eventi in cui la scarsità di erogatori d'acqua aveva determinato lunghe code.

L'innovazione

Le Case dell'Acqua rappresentano una *best practise* italiana, nata proprio in provincia di Milano negli anni Novanta. Oggi si tratta di un settore industriale in rapida crescita: le Case dell'Acqua sono oltre 800 in Italia, di cui oltre 300 in Lombardia. Si stanno diffondendo anche all'estero (Parigi, Bruxelles, Londra, Australia) grazie al *know how* e a forniture spesso italiane. Il Gruppo CAP ha installato nei suoi comuni circa 150 case dell'acqua: erogano in media 48 milioni di litri di acqua all'anno che si traducono in un risparmio di oltre 30 milioni di bot-

Chi è il Gruppo CAP

Il Gruppo CAP, composto dalla capogruppo CAP Holding e dall'azienda operativa Amiacque, è una realtà industriale interamente pubblica, che gestisce il servizio idrico integrato in provincia di Milano, Monza e Brianza, Pavia, Varese, Como, secondo il modello *in house providing*, ovvero garantendo il controllo pubblico degli enti locali. Per effetto della recente aggregazione delle aziende lanomi, Tam e Tasm in CAP Holding, oggi il Gruppo CAP, per dimensioni e patrimonio, si pone tra le più importanti monoutility (cioè società specializzate in un settore) nel panorama nazionale per quanto riguarda il servizio idrico.



tie di plastica da un litro e mezzo, oltre 3.200 tir in meno sulle strade, quasi 1.100 tonnellate in meno di plastica da produrre e smaltire e oltre 2.200 tonnellate di CO2 non immesse nell'atmosfera.

L'acqua pubblica in Expo

Il tema dell'acqua pubblica, collegato al tema di Expo "Nutrire il Pianeta, Energia per la Vita", sarà declinato dal Gruppo CAP in una serie di eventi che avranno come base Cascina Triulza. Oltre

Le 2 Case dell'Acqua grandi saranno posizionate vicino all'Open Air Theatre e vicino a Cascina Triulza.

una parte di educazione al consumo, dedicata ai più piccoli, ci sarà modo di approfondire i temi della gestione di questa preziosa risorsa, della cooperazione internazionale allo sviluppo e dell'impronta idrica.. ■



Sagre e mercati

Dal 22 aprile al 31 gennaio 2016
#FoodPeople.
La mostra per chi ha fame d'innovazione
Milano

È aperta al Museo Nazionale della Scienza e della Tecnologia la grande mostra #FoodPeople, dedicata alla complessità del sistema alimentare, ai cambiamenti che hanno segnato il nostro modo di mangiare e alle sue prospettive future. Condivisione, cambiamento, relazione e tecnologia sono le chiavi di lettura attraverso cui il Museo legge il tema di Expo 2015. In concomitanza con la mostra hanno riaperto con una nuova veste anche i tre laboratori Alimentazione, Biotecnologie e Genetica, con attività per immaginare e preparare il cibo del futuro, fare un'indagine su frutti e fiori commestibili o scoprire quanto possono essere buoni e utili muffe e batteri nella produzione alimentare. Fate un salto anche nella "Tinkering-Zone", dove scoprirete come comporre suoni digitali utilizzando frutta e verdura.

Museo Nazionale della Scienza e della Tecnologia Leonardo da Vinci
Via S. Vittore 21 - 20123 Milano
Tel. 02 485551
info@museoscienza.it
didattica@museoscienza.it
www.museoscienza.org

Dal 14 al 17 maggio
Slow Fish - Cambiamo rotta per salvare il mare e nutrire il Pianeta
Genova

Slow Fish chiama a raccolta tutti i protagonisti: dal pescivendolo al consumatore, dallo scienziato alle future generazioni, perché salvare il mare è il primo passo per nutrire il Pianeta. Al Porto Antico di Genova vi attendono 21 "Laboratori del Gusto" in cui artigiani e chef guidano le degustazioni, affiancati da biologi marini e pescatori; 8 lezioni di "A Scuola di Cucina" e 4 "Appuntamenti a Tavola con i Master of Food" della cucina italiana e internazionale. L'attenzione è rivolta anche ai bambini nello spazio Slow Food Educazione, dove i piccoli potranno cominciare a capire come scegliere i cibi

nel rispetto per l'ambiente e per le comunità locali.

Porto Antico
Piazza Caricamento
Ingresso gratuito
Iscrizione agli eventi su prenotazione entro il 10 maggio
prenotazioni@slowfood.it
www.slowfish.slowfood.it

Dal 24 al 25 maggio
World Pastry Stars - International Pastry Congress
Stresa (VB)

Sulle sponde del Lago Maggiore, il 24 e il 25 maggio s'incontrano i migliori pasticceri del mondo. Il congresso è organizzato da Italian Gourmet con il patrocinio di Expo 2015 e dell'Accademia maestri pasticceri italiani (Ampi). I relatori saranno Gino Fabbri, Santi Palazzolo, Iginio Massari e i migliori maestri della pasticceria del mondo, provenienti da Belgio, Spagna, Paesi Arabi Uniti, Francia, Giappone e Lussemburgo. L'obiettivo del congresso è affrontare attraverso esperienze imprenditoriali di successo, alcuni dei grandi

temi gestionali che riguardano la pasticceria italiana. WPS sarà un momento di scambio e dibattito tra eccellenze italiane e internazionali in un'ottica di arricchimento e accrescimento reciproco.

Grand Hotel Des Iles Borromées C.so Umberto I, 67, Stresa (VB)
Quota di partecipazione al congresso: 160.00 € IVA esclusa
Quota di partecipazione al congresso e cena di gala 250.00 € IVA esclusa
Tel. 0323 938938
www.worldpastrystars.com



La redazione contatti



Cibi
Arte e scienza del cibo
periodico gratuito
anno 3 - n. 4
Milano
5 maggio 2015

Direttore responsabile:
Paola Chessa Pietroboni

Art director

Marco Matricardi - matricardi@fastwebnet.it

Redazione

Claudia de Luca - claudia.deluca@cibiexpo.it
Flavio Merlo - flavio.merlo@cibiexpo.it
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

Flavio Merlo - Sociologo
flavio.merlo@unicatt.it
Ettore Capri - Ordinario di Chimica agraria
ettore.capri@unicatt.it

Fotografia: Chiara Visconti

Immagini di copertina:

foto di Simone Tondo: senza crediti;
minimali, dall'alto in basso: senza credito,
senza credito, Gruppo CAP.

Realizzazione editoriale: Cibi srl

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

Fotolito: OneDot, Milano

Stampa: Industria Grafica Rabolini srl,
via Tanaro snc, Parabiago (MI)
Stampato su carta riciclata certificata PEFC
App. - A. 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

Giuseppe Morengi
tel. 02 89053131/89053132
advertising@beepomnimedia.it
Ufficio stampa e comunicazione
Alfredo Lomi - alfredo.lomi@cibiexpo.it
Pubbliche relazioni
Marta Pietroboni - marta.pietroboni@cibiexpo.it



Visita il sito www.cibiexpo.it
Troverai approfondimenti, contenuti extra e la versione digitale dei numeri precedenti di Cibi.

Nella prossima uscita:
Livia Pomodoro,
Milan Center for
Food Law and Policy





ALMA
La Scuola Internazionale
di Cucina Italiana



DIZIONARIO DELL'ALIMENTAZIONE

IN 9 LINGUE

INGLESE • TEDESCO • FRANCESE
ITALIANO • SPAGNOLO • PORTOGHESE
ARABO • CINESE • RUSSO

OFFERTA RISERVATA
AI LETTORI DI Cibi

TUTTE LE PAROLE DI EXPO

Una app con le parole fondamentali di

- scienza e tecnologia per l'alimentazione
- prodotti, preparazioni e tecniche di cucina
- nutrizione ed educazione alimentare
- sicurezza alimentare

che contiene

- Oltre 50.000 voci
- Traduzioni di tutti i lemmi
- Traduzioni e definizioni chiare, che precisano il significato delle parole e aggiungono note informative
- Pronuncia delle parole nelle diverse lingue
- Migliaia di illustrazioni che aiutano a conoscere meglio prodotti e tecniche

VAI SU WWW.EXPODICTIONARY.COM, NELLA SEZIONE **ACQUISTA** INSERISCI IL
CODICE SCONTO **CIBI2015** E AVRAI LA VERSIONE DIGITALE ONLINE

A SOLI 2,49 EURO