



Città
metropolitana
di Milano



PARCO
AGRICOLO
SUD
MILANO

**Arte
e scienza
del cibo**

Periodico gratuito
Anno 10 - n. 3
20 marzo 2022
www.cibiexpo.it



centro studi
anticontraffazione

**Gioia Gibelli
architetto
paesaggista
e presidente
della Casa
dell'Agricoltura**



AgruMI



L'erba ostrica



inrete
● ● Digital

Ascoltiamo. Definiamo. Raggiungiamo.

www.inretedigital.it

EDITORIALE

Il sistema di allerta rapido europeo per alimenti e mangimi

Il RASFF (Rapid Alert System for Food and Feed), nato nel 1979, permette di segnalare la presenza di rischi per la salute in alimenti – anche in quelli per i pet – o mangimi, di condividere tali informazioni tra gli Stati membri dell'UE (in particolare le autorità nazionali per la sicurezza alimentare) e di rispondere in modo tempestivo.

Dal 2009 le notifiche sono pubblicate sul web e anche i consumatori possono consultarle: <https://webgate.ec.europa.eu/rasff-window/screen/consumers>.

Vengono distinte in Alert Notification (massimo grado di pericolo), per cui è necessario intervenire, per esempio, con il ritiro della merce dal mercato; oppure sono solo Information, per rischi non gravi o per prodotti al momento non commercializzati.

Tra le comunicazioni pervenute, le più numerose sono le Alert Notification.

Il Paese membro che ne ha trasmesse di più alla Commissione europea è la Germania, seguita da Olanda e Regno Unito. Quelle inviate dall'Italia riguardano soprattutto pollame e pesce, con relativi derivati, e molluschi bivalvi.

La cosa curiosa è che l'Italia, a sua volta, è stata denunciata per l'irregolarità di cereali e articoli da forno, di carne (escluso il pollame), frutta e ortaggi, latte e latticini. E – udite, udite! – di molluschi bivalvi. Insomma: “chi la fa l'aspetti”. ■

*Paola Chessa Pietroboni
direzione@cibiexpo.it*



MONZA

Via Latera Destra Nobel, 49 – 20851 Lissone MB

MILANO

Via G. Fara, 35 – 20124 MI

ROMA

Piazza di Pietra, 31 – 00186 RM

Ben fatto

Albanella di molluschi e crostacei **5**

di Giovanni Romano e Matteo Scirpoli

C'è del buono

2022: l'anno della ripartenza? **6**

Anna Francioni

La cipolla che non fa piangere **7**

a cura della redazione

Ricerca e innovazione

La sostenibilità ambientale in un sacchetto **8**

di Elisa Alciati

Uno sperpero insopportabile! **10**

di Ettore Capri, Lucrezia Lamastra e Miriam Bisagni

Storia del cibo

Le cotture in 4 elementi **14**

di Riccardo Vedovato

Protagonisti

Gioia Gibelli **16**

di Paola Chessa Pietroboni

Segreti della spesa

Riso gourmet **18**

a cura della redazione

Bello da mangiare

Una natura morta del Seicento **20**

di Ave Appiano e Chiara Caprettini

Made in Italy

Il latte **22**

di Daniela Mainini

Tendenze

Il Corso per Formatore

Agricolo Ambientale **24**

di Carlo Basilio Bonizzi

I filindeu, i 'fili di Dio' **25**

di Marta Pietroboni

L'erba ostrica **27**

di Carolina Cusumano

AgruMI **28**

di Marta Pietroboni

Mindful Eating **30**

di Alessandra Meda

Hanno collaborato a questo numero

Centro Studi

Anticontraffazione

Il Centro Studi Anticontraffazione

è il dipartimento del Centro Studi

Grande Milano che si occupa

esclusivamente di tutela della

proprietà intellettuale, made in

Italy e lotta alla contraffazione.

Monitora i settori più colpiti

dalla contraffazione nelle aree

metropolitane, in Italia e

all'estero, collaborando con tutte

le Forze dell'Ordine preposte al

contrasto del fenomeno.

Chiara Caprettini

Laureata in Filologia germanica, è

appassionata da sempre

di lingue e letterature europee,

e di cultura del cibo. Con il

progetto Nordfoodovestest punta

alla valorizzazione di piccole

realità enogastronomiche italiane

e straniere e alla realizzazione

di ricette di ispirazione letteraria.

Al progetto è collegato il foodblog

www.foodblognordfoodovestest.

wordpress.com.

Libero Gozzini

Vive e lavora a Milano come

illustratore. Diplomato all'Istituto

d'Arte applicata del Castello

Sforzesco, è tra i fondatori dello

Studio Ink e dell'Associazione

Illustratori, della quale è stato

presidente. Negli anni '70

e '80 collabora con numerose

agenzie di pubblicità di Milano,

realizzando anche spot televisivi.

Per i lungometraggi di animazione

Joan Padan e Opopomoz realizza

i modelling tridimensionali, come

pure i personaggi di Cippiuti di

Altan e del Signor Rossi

di Bozzetto. Molti i lavori per

l'editoria e la Scuola di Fumetto.

BEN FATTO

20/3/2022 anno 10, n 3

5

Albanella di molluschi e crostacei

Il termine ligure "albanella" si riferisce a un barattolo in vetro con chiusura ermetica. Lo stesso nome di un grande piatto dello chef pluristellato Mario Uliassi, nel suo ristorante a Senigallia

Parliamo della "vasocottura"; è una tecnica che comporta l'utilizzo di un contenitore di vetro, normale o preferibilmente temperato se si devono raggiungere gradi di calore particolarmente alti. Si tratta di una pratica molto antica. Basta ricordare che ne facevano uso frequentemente le nostre nonne quando, per esempio, preparavano le conserve. È un procedimento che evita la dispersione di sostanze nutritive ed è particolarmente salutare.

Ingredienti per 2 persone (2 barattoli o vasetti)

- 12 vongole
- 4 capesante
- 4 scampi
- 4 gamberi
- 4 pomodorini
- 2 calamari
- 1 peperone rosso
- 1 spicchio d'aglio

- prezzemolo tritato
- olio extravergine di oliva
- sale
- pepe
- pane casereccio

Preparazione

Iniziare con la pulizia del pesce. Prendere i calamari ed eliminare la pelle e le interiori. Lavarli e tagliarli a rondelle. Dalla testa togliere gli organi e poi dividerla a metà. Sciacquare gli scampi e i gamberi. Prendere le capesante e rimuoverle dalla conchiglia. Lavare bene le vongole in modo che non contengano ancora sabbia. (Consiglio: lasciarle spurgare un paio d'ore in acqua salata perché, così facendo, si liberano della sabbia in eccesso.) Lavare il peperone rosso e i pomodorini. Tagliare il peperone a pezzi grossolani e i pomodorini in quattro. Prendere i vasetti in vetro e iniziare a mettere sul fondo di ciascuno metà aglio. Aggiungere qualche rondella

di calamaro, le capesante, le vongole, gli scampi e i gamberi. Aggiungere un pizzico di prezzemolo, qualche pezzo di peperone e i pomodorini. Regolare di sale e pepe. Chiudere ermeticamente i vasetti e cuocere a bagnomaria in una casseruola a bordo alto. Mettere sul fondo della pentola dei pezzi di carta da forno, in modo da bloccare i vasetti e non farli muovere con il bollire. Cuocere per circa 30 minuti. Durante la cottura, mantenere il livello dell'acqua a metà altezza del vasetto e, nel caso si abbassi, rabboccare. Nel frattempo, portare il forno a 180° e tostare il pane. Servire caldo. Attenzione a non scottarsi nel momento di apertura dei vasetti. Accompagnare il tutto con il pane tostato in precedenza per pucciare nel sughetto. ■

Giovanni Romano e Matteo Scirpoli
Fondatori di GeoFood
geofoodadvisor@gmail.com



I contatti della redazione

CiBi
Arte e scienza
del cibo
Periodico gratuito
Anno 10 - n. 3
Milano
20 marzo 2022

Direttore responsabile:
Paola Chessa Pietroboni

Redazione:

Alessandro Caviglione
alessandro.caviglione@cibiexpo.it
Giovanni Romano - giovanni.romano@cibiexpo.it
Marta Pietroboni - marta.pietroboni@cibiexpo.it

Relazioni istituzionali:

Cinzia Maddaloni - maddalonicinzia@gmail.com

Comitato scientifico:

Ettore Capri - Ordinario di Chimica agraria -
ettore.capri@unicatt.it
Giorgio Donegani - Tecnologo esperto
di nutrizione, consigliere OTALL
Flavio Merlo - Sociologo - flavio.merlo@unicatt.it
Toni Sàrcina - Storico della cucina
e dell'alimentazione - altopalato@altopalato.it

Fotografo: Guido Valdata

Illustratore: Libero Gozzini
info@gozzinilibero-illustratore.com

Realizzazione editoriale: Cibi srl

Redazione: Via Carchidio 2,
20144 Milano

Email: info@cibiexpo.it

Editore: Cibi srl

Presidente del consiglio d'amministrazione:

Paola Chessa Pietroboni

Sede legale: Corso Sempione 62, 20154 Milano

P.IVA: 08210050962

Progetto grafico: Marco Matricardi

Stampa: © 1994–2020 Pixartprinting S.p.A.

a socio unico

Stampato su carta patinata opaca 170 gr
CLASSIC DENIMATT PATINATA OPACA

Registrazione: n. 104 del 3/04/2013

presso il Tribunale di Milano

© 2019 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.

Pubbliche relazioni:

Marta Pietroboni – marta.pietroboni@cibiexpo.it

Visita il nostro sito
www.cibiexpo.it

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

Nella prossima uscita:
Davide Devenuto, dal ciak
alla spesa sospesa.



2022: l'anno della ripartenza?

Ripresa del comparto aeroportuale, sicurezza sanitaria e situazione politica globale sono stati al centro del convegno on-line organizzato a fine febbraio da Aeroporti 2030

Nel 2019 gli scali nazionali hanno visto transitare 193 milioni di passeggeri, nel 2020 la cifra è scesa a 52 milioni, per attestarsi a poco più di 80 milioni del 2021: questi numeri non necessitano di grandi commenti; da soli sono sufficienti per dimostrare quanto la crisi pandemica abbia colpito il comparto aeroportuale e turistico italiano. Per capire quali siano gli obiettivi da raggiungere per far ripartire il settore, pur nella gravità della situazione attuale, legata al conflitto in Ucraina, Aeroporti 2030 – l'Associazione che riunisce gli scali di Roma, Venezia, Treviso, Verona e Brescia ha organizzato lo scorso 28 febbraio l'evento "Gli aeroporti oltre la pandemia: come ripartire?".

I punti chiave

L'incontro è stato introdotto dal Presidente di Aeroporti 2030, Alfonso Celotto, che ha annunciato una serie di iniziative per stimolare un confronto su temi di interesse per il comparto aereo e avviare un dialogo fra i soggetti pubblici e privati coinvolti nella

sua crescita e nel suo sviluppo sostenibile. Particolarmente ricco il programma degli interventi, a cominciare da quello del Ministro del Turismo Massimo Garavaglia che, impossibilitato a presenziare a causa di un Consiglio dei Ministri urgente sulla crisi in Ucraina, ha inviato un saluto, rinnovando l'impegno del Governo a sostenere l'intero comparto: l'auspicio è che, entro la prossima estate, possano registrarsi volumi pari a quelli pre-pandemici, lasciando alle spalle l'emergenza sanitaria e la crisi bellica. Ha quindi preso la parola Pierluigi Di Palma, Presidente di ENAC, che ha ribadito l'impegno a semplificare i procedimenti e a velocizzare le istruttorie a beneficio degli operatori del settore e della tutela dei diritti dei passeggeri.

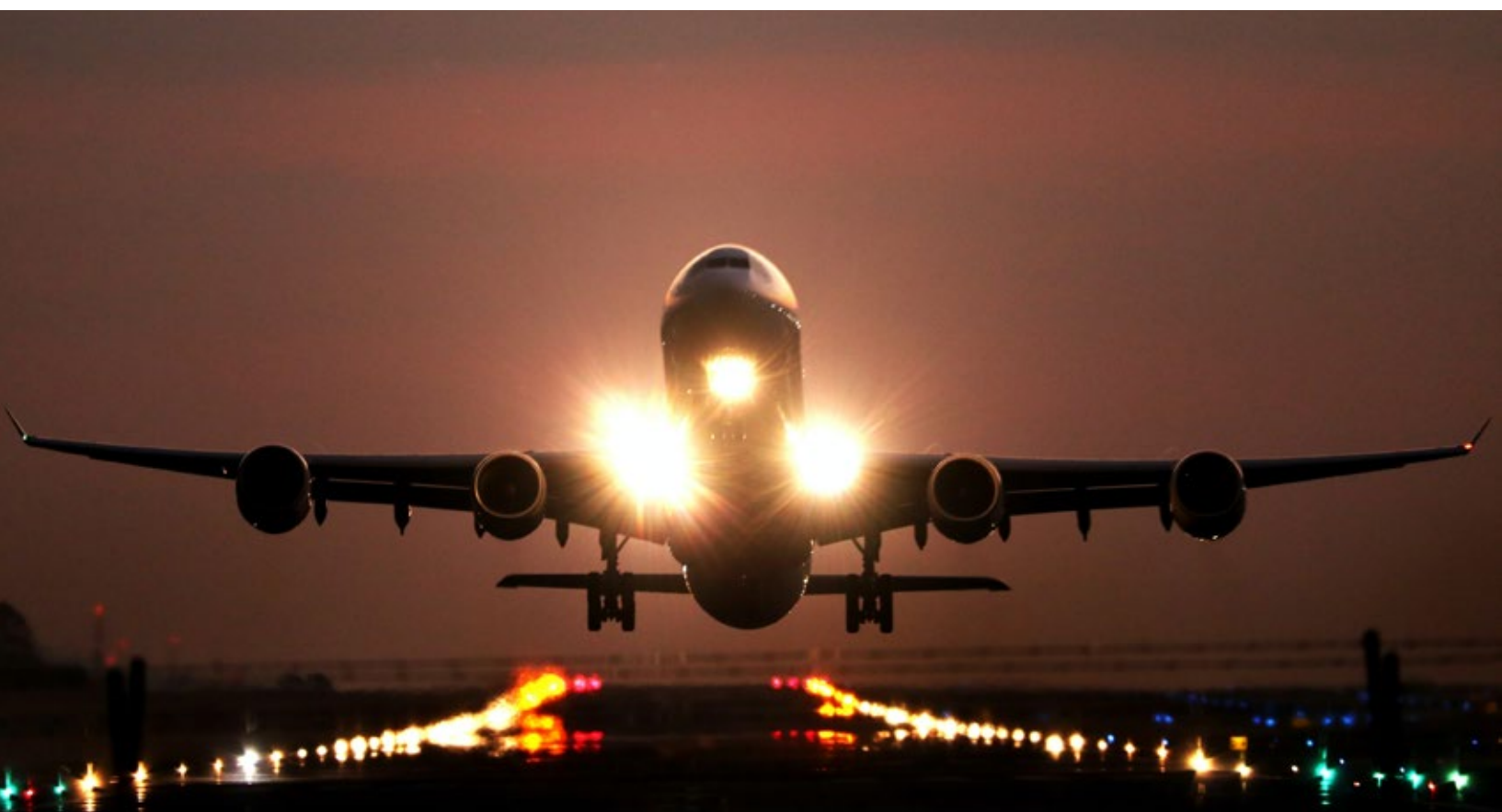
Monica Scarpa, AD del Gruppo SAVE (gestore degli scali del Polo aeroportuale del Nord Est) ha poi messo in evidenza la grande sfida che attende l'intero sistema veneto in occasione delle prossime Olimpiadi invernali. Sul concetto di "sistema" ha insistito an-

che Giacomo Trovato, Country Manager Italy and South-East Europe di Airbnb, che ha sottolineato la necessità di coordinarsi per competere con altre nazioni già pronte ad attrarre smart worker e nomadi digitali.

Infine, Fabio Lazzerini, Amministratore Delegato di ITA Airways, ha illustrato gli ottimi risultati conseguiti dalla Compagnia nei primi 4 mesi di operatività (primo gruppo al mondo per regolarità dei voli), focalizzandosi sulla necessità di sviluppare un nuovo turismo sostenibile e di qualità, per il rilancio economico del Paese. ■

Anna Francioni
anna.francioni@cibiexpo.it

Sotto, atterraggio di un aereo in notturna. Per saperne di più sulle attività di Aeroporti 2030: www.aeroporti2030.it



La cipolla che non fa piangere

Sono finalmente disponibili anche in Italia le Sunions®, le "cipolle senza lacrime" prodotte con sementi sviluppate da BASF

Apparentemente sembrano comuni cipolle dorate però, al momento del taglio, rivelano una sorpresa: niente più pianti inopportuni! Non è una magia, ma il frutto del lungo lavoro dei ricercatori di BASF Vegetable Seeds. Le Sunions® contengono infatti composti volatili diversi da quelli prodotti dalle cipolle tradizionali, che invece provocano lacrimazione. I vantaggi in più riguardano anche il gusto: con il passare del tempo, queste innovative cipolle diventano infatti ancora più dolci e gradevoli, a differenza di ciò che accade di solito. Inoltre, presentano una particolare croccantezza, che le rende perfette anche per preparazioni a crudo come insalate e bruschette. Insomma, una vera rivoluzione nel mondo delle orticole, frutto di oltre tre decenni di investimenti e ricerca basata su tecniche di selezione e coltivazio-

ne tradizionali: le cipolle zero lacrime sono infatti cresciute da una varietà di semi del portafoglio Nunhems®, divisione di BASF specializzata in soluzioni e prodotti orticoli in grado di soddisfare le diverse esigenze e le aspettative del consumatore.

Sugli scaffali dei supermercati italiani

Le nuove cipolle sono già state introdotte con successo in Usa, Canada e Spagna, e da qualche mese sono presenti anche in Italia: nel nostro Paese sono prodotte da Apofruit Italia e Agrioltrepò – partner qualificati a cui BASF fornisce semi, consigli per la coltivazione e controllo qualità – e da dicembre possono essere acquistate nei principali supermercati.

«La cipolla senza lacrime è un esempio lampante della nostra strategia, che

mira a rendere piacevole l'alimentazione sana», commenta Claudia Iannarella, Consumer and Customer Manager di Vegetable Seeds. «Già dai primi test – continua – i consumatori italiani sembrano apprezzare molto le Sunions® sia crude che cotte. Noi consideriamo con grande attenzione il risultato italiano, perché parliamo del Paese culla di gusto e buona cucina. A fronte di risultati positivi, prevediamo di ampliare ulteriormente la distribuzione nazionale. L'eventuale allargamento ad altri Paesi dipenderà dall'interesse espresso dal mercato locale e dalle opzioni distributive disponibili».

Su www.sunions.it potrete trovare ulteriori informazioni, oltre che sfiziose ricette e pratici consigli di utilizzo. ■

La redazione
info@cibiexpo.it

Nella foto in questa pagina, il sachetto giallo e verde con cipolla sorridente che contraddistingue le Sunions®, e che dallo scorso dicembre potete trovare nei principali supermercati italiani.

Chimica per un futuro

sostenibile

Quotata nelle Borse europee di Londra, Francoforte e Zurigo, BASF unisce al buon risultato economico la tutela ambientale e la responsabilità sociale. Oltre 122.000 collaboratori del Gruppo lavorano per contribuire al successo dei clienti in quasi tutti i settori industriali e in ogni Paese del mondo. Il portafoglio prodotti è organizzato in questi cinque segmenti: Chemicals, Materials, Industrial Solutions, Surface Technologies, Nutrition & Care and Agricultural Solutions. Nel 2020 BASF ha generato vendite pari a 59 miliardi di euro. Per maggiori info: www.basf.com.



La sostenibilità ambientale in un sacchetto

Uva da tavola e pesca di Leonforte: quando un sacchetto di carta accomuna due storie lontane e ne decreta il successo

Spesso le migliori scoperte passano per le vie più semplici. In effetti, se oggi si deve andare verso la sostenibilità ambientale, ci sono molti aspetti da rivoluzionare: parliamo, per esempio, dell'uso del sacchetto di carta e del suo risultato. Vi proponiamo un viaggio a ritroso, dalle scoperte di oggi alle intuizioni di ieri.

O.P. Agritalia, un'organizzazione di produttori ortofrutticoli di Puglia, Basilicata e Sicilia, ha avviato un progetto di ricerca e sviluppo per la creazione di uva da tavola a residuo zero con l'obiettivo di coltivare nel rispetto dell'ambiente e, quindi, anche in regime biologico. Racconta di impiegare strumenti agro-

nomici avanzati per ridurre l'uso di fitosanitari e di utilizzare prodotti di sintesi interamente degradabili. Ma non solo; grande importanza è data alla ricerca, considerata un fattore strategico su cui investire. Il progetto, iniziato nel 2017 con un piccolo campo sperimentale, riguarda la coltivazione dell'uva da tavola e ha coinvolto l'Università di Foggia che ne ha seguito tutta l'evoluzione, dalla misurazione di parametri fisico-chimici alla valutazione delle qualità organolettiche dell'uva.

Si è adottato il cosiddetto metodo di allevamento a tendone. Si tratta di una tipicità della viticoltura del Sud Italia.

I capi a frutto vengono distesi orizzontalmente rispetto al terreno su un'impalcatura di fili metallici su cui cresce la parte fogliare, al di sotto della quale resta protetto il frutto. Sopra al tendone viene poi posato un telo plastificato, che ha lo scopo di riparare la vite dagli eventi atmosferici. Ma il progetto di ricerca sta nel fatto che poi ogni grappolo viene insacchettato. Risultato? L'uva cresce in una sorta di ambiente asettico dove rimane protetta da funghi e insetti. Coltivare uva da tavola all'interno di sacchetti di carta se da un lato pone le basi per un buon progetto di sostenibilità, dall'altro comporta un aggravio dei

costi per la manodopera necessaria a insacchettare ogni grappolo. Tuttavia, grazie a questa protezione, il frutto può essere staccato più maturo, più vicino dal punto di vista temporale al momento della vendita, e questo implica minori costi di stoccaggio nelle celle frigorifere. Il che si porta dietro un ulteriore beneficio ambientale ma anche un importante plus per il profilo organolettico.

Un altro esempio è la pesca di Leonforte IGP, raccontata dall'Azienda Samperi. Come anticipato, non si parla solo di ricerca e sviluppo ma anche di intuizioni che, non a caso, giocano sempre un ruolo importante in molte scoperte. È questo il caso della pesca di Leonforte, che nasce in provincia di Enna e che deve la sua fortuna al fatto di crescere e maturare all'interno di un involucro di carta.

È nota come 'pesca nel sacchetto', riconosciuta dell'UE e dichiarata anche Presidio Slow Food. Nella fattispecie si tratta di una percoca, importata probabilmente molti anni fa dalla Campania, che si distingue per alcune caratteristiche particolari: è molto soda e si presta alla conservazione; da qui il

suo mercato di vendita più importante come pesca sciroppata. L'altra peculiarità è quella di avere una maturazione tardiva rispetto a tutte le altre pesche: inizia ad agosto e dura fino a ottobre. Proprio queste prerogative sono state complicità della sua espansione, spesso a scapito degli agrumeti.

Ma deve in qualche modo la sua fortuna anche all'intuizione dell'insacchettamento, avventura che inizia già intorno agli anni '60, periodo in cui la Sicilia non godeva di un importante sviluppo economico e, quindi, nemmeno della presenza dei noti fitosanitari ampiamente impiegati al tempo per difendere i propri frutti da quella che a tutt'oggi può considerarsi una minaccia: la mosca mediterranea.

Dapprima s'intervenne ponendo un grande sacchetto attorno a tutto il ramo; ma ciò non poteva essere compatibile con la maturazione scalare di tutte le sue pesche. L'intuizione giusta è stata quella di impacchettare i frutti a uno a uno. A tal fine viene utilizzato un sacchetto di carta pergamenata, di colore bianco semitrasparente con una leggera ceratura esterna che lascia passare la luce e permette di

controllare la maturazione del frutto, ed è dotato di un'estremità bucata per far uscire l'acqua che dovesse entrare all'interno con la pioggia. Ogni involucro è poi legato al ramo con un filo di ferro applicato a mano.

Il beneficio pare indubbio: permette di lasciar maturare il frutto attaccato alla pianta il tempo necessario a raggiungere la naturale dolcezza e bontà. Senza essere aggredito dalla mosca, da funghi o altri patogeni. Ma, soprattutto, viene evitato l'abuso di pesticidi. Che il futuro della frutta biologica possa essere in un sacchetto di carta, almeno per le piccole produzioni?

Al tempo l'ardua sentenza! ■

Elisa Alciati

elisa.alciati@cibiexpo.it

Nella pagina a fianco, una vigna gestita da O.P. Agritalia in cui ogni singolo grappolo viene insacchettato.

In questa pagina, una pesca di Leonforte IGP nel caratteristico sacchetto in cui viene coltivata.



Uno sperpero insopportabile!

L'8 febbraio è stata organizzata a Piacenza la giornata di sensibilizzazione e, insieme, di premiazione de "I volti del contrasto allo spreco nella ristorazione sostenibile"

È un fenomeno di dimensioni talmente imponenti che è indispensabile studiare in fretta delle strategie per contrastarlo. Vediamo qualche numero: il 17% del cibo disponibile al consumo sprecato nel mondo, 88 milioni di tonnellate all'anno in Europa, 21 kg pro capite buttati nei ristoranti. Ma i numeri sono solo una faccia dello spreco, che impatta su ambiente, società ed economia. Durante la giornata dell'8 febbraio si è declinata la sostenibilità in quattro ambiti del settore agroalimentare: scienza, psicologia, marketing e ristorazione. E i consumatori sono stati suddivisi in 4 tipologie: il "pignolo", che spreca con consapevolezza; lo "smemorato", che dimentica di aver comperato il cibo e lo abbandona; il "frugale", che dichiara di non sprecare nulla; l'"esagerato", che compra quantità eccessive di alimenti che finiscono, almeno in parte, nel bidone.

Ma quali sono gli elementi psicologici che spingono ad assumere un comportamento virtuoso? Secondo Greta Castellini, dottranda di Psicologia dei consumi, se ci si sente parte di una società, una strategia semplice come la forza della "spinta gentile" può influenzare a fin di bene i processi decisionali. I grandi colossi, da Unilever a Nestlé, a Ikea, hanno annunciato l'intenzione di ridurre della metà gli sprechi alimentari con operazioni globali entro il 2025-2030. Ma le campagne pubblicitarie possono aiutare davvero a limitarli? Edoardo Fornari, docente di Marketing, ha evidenziato l'importanza di una comunicazione trasparente e chiara; soprattutto, di un utilizzo più maturo dei social, che permetta la facile e rapida trasmissione di informazioni a diversi milioni di persone a favore di pratiche e comportamenti più sostenibili.

Lo chef bistellato Alfonso Iaccarino – proprietario del Don Alfonso 1890 e di altri locali nel mondo, a cui è stata conferita nel 2021 la Stella Verde Michelin, riconoscimento per i ristoranti all'avanguardia nel campo dell'attenzione alle conseguenze etiche e ambientali della loro attività – afferma che ben il 92% di quanto passa nella sua cucina viene riciclato, mantenendo comunque alti i valori della sostenibilità. Sottolinea però la mancanza di figure professionali che conoscano veramente la materia prima, nonostante oggi la clientela sia più reattiva, più istruita; dunque, il ruolo degli operatori del settore come "ambasciatori del cibo" è sempre più rilevante. Infine, Ettore Capri, direttore del Master in Food & Beverage: gestione e sostenibilità dei servizi di ristorazione del campus piacentino dell'Università Cattolica, ribadisce: "Dobbiamo

imparare a sprecare meno, avendo più informazioni sul cibo e su tutte le forme possibili d'utilizzo. L'acquisto e la conoscenza approfondita del prodotto permettono di cucinarlo nel modo ottimale per evitare lo spreco, che va ridotto non solo per moralità, ma anche perché è condizione imprescindibile per continuare a vivere bene sul nostro pianeta".

La giornata si è conclusa nel pomeriggio con la consegna di 29 attestati RS360. Si tratta della prima certificazione per la ristorazione sostenibile riconosciuta dalla Regione Emilia-Romagna, realizzata sulla base di uno specifico disciplinare italiano studiato per misurare questo parametro.

Le ricette d'asporto

Cuore della giornata è stata la competizione sul tema delle ricette da asporto, che ha visto gareggiare 3 categorie: Chef professionisti, Chef di casa e Futuri giovani chef. I partecipanti sono giunti da diverse parti d'Italia: il premio è stato assegnato dalla giuria, presieduta da Giancarlo Morelli, chef del Pomiroeu.

Nella categoria riservata agli Chef professionisti il successo è andato a Dimitri Harding, del ristorante La Valle di Fidenza, che ha presentato una "Entrée sostenibile", utilizzando pane vecchio, tagli di verdura solitamente scartati e invece in questo caso conservati, come carote fermentate, zucca

e gambi di finocchio in agrodolce.

Nella categoria Chef di casa, il successo è stato appannaggio di Angela Bellinzona, che ha preparato una "Cheesecake fredda ai cachi... a modo mio", dolce che non necessita di cottura, con conseguente risparmio di energia elettrica, e cucinato utilizzando per la base la frutta recuperata da cesti natalizi.

Fra i giovani, tutti particolarmente lodati dallo chef Morelli, la vittoria è andata alla coppia di studenti dello IAL di Piacenza, formata da Gabriele Giverti e Kevin Baraero, con la ricetta "Cannolo ricotta e spinaci", realizzata utilizzando ingredienti avanzati. «Grazie a una cucina sostenibile, caratterizzata da materie prime semplici e attenta agli sprechi alimentari è possibile risparmiare, oltre che economicamente, anche dal punto di vista ambientale – afferma Lucrezia Lamastra, docente di chimica agraria –. Basandosi sugli ingredienti utilizzati, infatti, gli impatti della ricetta preparata dallo Chef professionista vincitore risultano circa 20% in meno rispetto a un antipasto di benvenuto tradizionale». ■

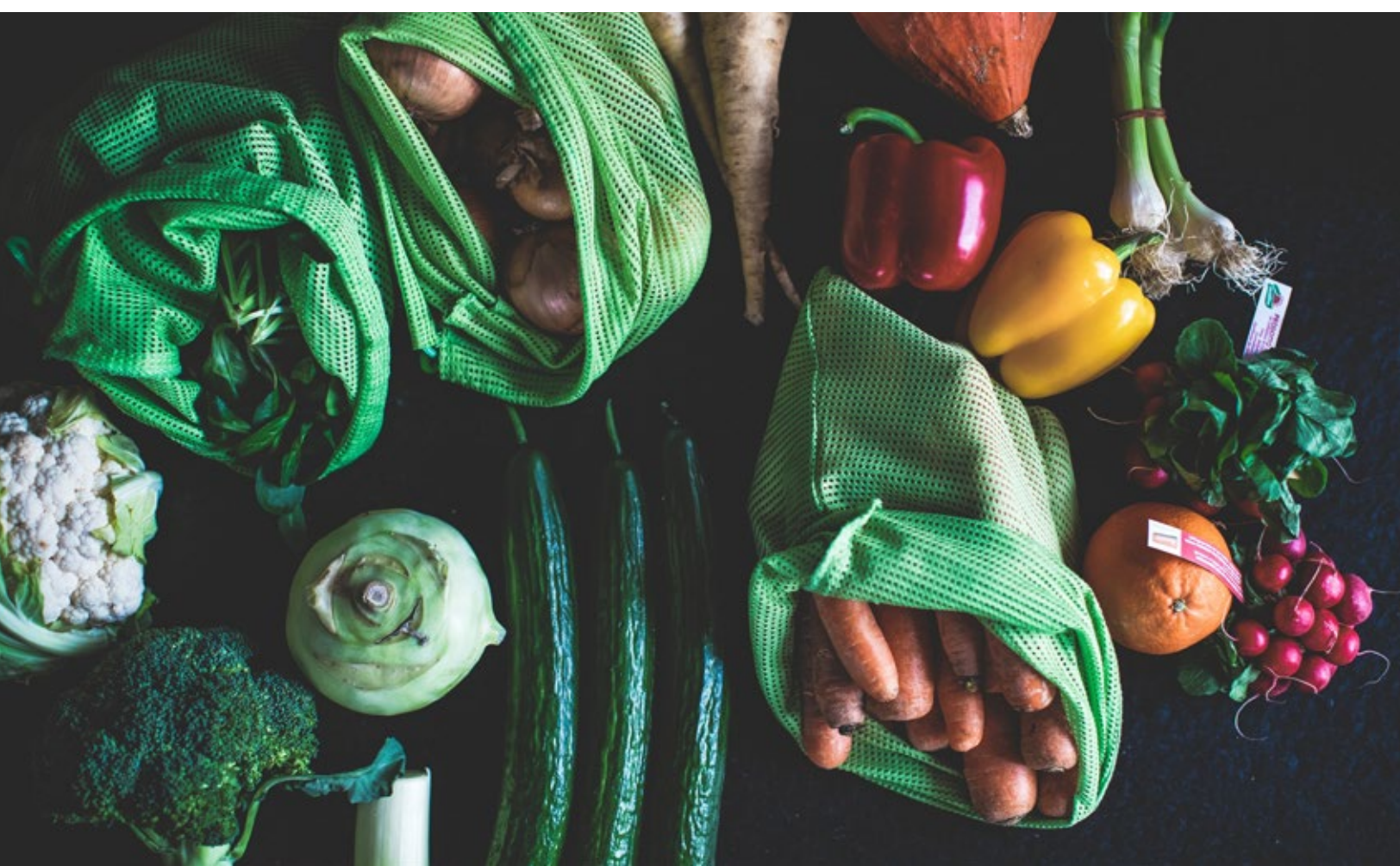
*Ettore Capri
ettore.capri@unicatt.it*

*Lucrezia Lamastra
lucrezia.lamastra@unicatt.it*

*Miriam Bisagni
miriam.bisagni@gmail.com*

Il comitato organizzatore

La giornata è stata organizzata da Miriam Bisagni dell'Associazione PiacereCiboSano APS, che ha promosso e sviluppato il programma di certificazione, con la collaborazione scientifica dei professori Ettore Capri e Lucrezia Lamastra del DiSTAS -Dipartimento di Scienze e Tecnologie Alimentari per una filiera agro-alimentare Sostenibile dell'Università Cattolica del Sacro Cuore di Piacenza, oltre che dai referenti del Dipartimento di Scienze Agrarie, Alimentari e Ambientali.



A sinistra, frutta e verdura, molto spesso oggetto di grande spreco alimentare.

A destra, il piatto vincitore nella categoria riservata agli Chef professionisti: "Entrée sostenibile", creato dallo chef Dimitri Harding del ristorante La Valle di Fidenza.



Hai già scoperto le nostre nuove bomboniere?

Ce ne sono per tutti i gusti: dalle nuove scatoline con apertura a cassetto agli originali aeroplanini porta confetti, ideali per battesimi e comunioni.

È inoltre disponibile una vasta gamma di partecipazioni e inviti, da quelli più classici ai cofanetti decorati con eleganti motivi floreali.

Ogni occasione è buona per scegliere le nostre Bomboniere Solidali e donare cure mediche e assistenza umanitaria a migliaia di persone.

Vai su
BOTTEGASOLIDALE.MSF.IT
e scopri subito!



Le cotture in 4 elementi

Prologo: cucinare “significa”; perché il modo in cui l’umanità attribuisce motivi per mangiare o non mangiare è spesso intimamente legato a numerosi fattori sociali e culturali

Marzo, 1941. Claude Lévi-Strauss si trova su un piroscafo nel mezzo dell’ Oceano Atlantico insieme ad altri che, come lui di origine ebraica, stanno scappando dalla Francia collaborazionista. Un piroscafo come quello, sette anni prima, lo aveva portato in Brasile, il Paese in cui svolse le prime ricerche etnologiche. Sette anni dopo, finiti la guerra e gli orrori del regime nazista, Claude tornerà a Parigi, e nel corso della sua lunga carriera, in cui raggiungerà le vette dell’antropologia, si occuperà più volte di dimostrare come l’atto, anzi, gli atti del cucinare siano intimamente legati alle strutture più profonde della mente umana.

L’antropologo francese analizza e incrocia miti, leggende e usanze; esplora pratiche, simboli e significati; studia il cibo e il modo in cui viene trasformato da “pezzo del mondo che ci circonda” in un elemento commestibile e denso di significato. Cucinare è parte fondamentale del processo

attraverso cui noi incorporiamo il mondo, mangiandolo.

È per questo motivo che cucinare “significa”: perché il modo in cui l’umanità attribuisce diverse ragioni per mangiare o non dover mangiare qualcosa, cucinare o non dover cucinare in una certa maniera, preparare o non preparare secondo certe regole alcune pietanze è spesso intimamente legato a numerosi fattori sociali e culturali e, per Claude e l’antropologia strutturalista, rispecchia persino le strutture universali della mente.

Facendo propri alcuni strumenti caratteristici della linguistica strutturale di Ferdinand de Saussure, Claude elabora il cosiddetto “triangolo culinario”, una specie di schema ai cui vertici corrispondono le categorie del crudo, del cotto e del putrido. Queste tre categorie costituirebbero le condizioni fondamentali in cui si presenta il cibo e verrebbero costantemente

rappresentate nel pensiero mitico. Infatti, una costante nella dottrina strutturalista è la contrapposizione natura-cultura: la categoria del crudo rappresenta una sorta di punto di partenza naturale del cibo e, mentre il cotto ne costituirebbe la trasformazione culturale, il putrido ne esprime la trasformazione naturale.

Non dobbiamo però farci ingannare, ci avverte Claude. Queste sono categorie formali che non bastano a inquadrare o etichettare la cucina in base alle culture, e quasi nulla è “semplicemente cotto”, ma lo è in modi determinati e precisi; quasi nulla è “semplicemente crudo”, dato che sono davvero pochi i cibi che consumiamo senza metterci mano, ma lavandoli, sbucciandoli o condendoli. Lo stesso vale per il putrido, che, pur essendo considerato un’alterazione naturale del crudo, è spesso ammesso come cibo solo in condizioni e sotto processi culturali: nessuno di noi, penso, rac-

coglierebbe un frutto marcio da terra per mangiarlo, ma che dire di una bistecca alla fiorentina frollata per 60 giorni in un ambiente protetto?

Il modo in cui queste categorie sono più o meno presenti, accettate o apprezzate varia molto in base alle popolazioni e alle loro interazioni, come fa presente Claude: «Alcuni episodi verificatisi in seguito allo sbarco degli Alleati nel 1944 dimostrano che i militari americani concepivano la categoria del putrido in maniera più ristretta della nostra, poiché l’odore di cadavere, che secondo loro esalavano i caseifici normanni, li ha talvolta spinti a distruggerli.»

Ma se scendiamo ancora più nel dettaglio, possiamo capire meglio come all’interno di quelle stesse categorie si creino ulteriori contrapposizioni; ad esempio, nel cotto, le modalità di cottura. Ad opporsi troviamo già due degli elementi che

vedremo nel nostro viaggio lungo questa storia: acqua e fuoco. Le cotture rappresentate nei miti, infatti, sono soprattutto il bollito e l’arrosto, anche qui opposti in termini di natura-cultura: «Ci sono dunque due motivi per porre l’arrosto dalla parte della natura e il bollito dalla parte della cultura. Un motivo reale, dal momento che il bollito richiede l’uso di un recipiente, cioè un oggetto culturale; e un motivo simbolico, perché la cultura effettua la propria mediazione tra l’uomo e il mondo, e perché anche la cottura per ebollizione effettua una mediazione, per mezzo dell’acqua, fra il cibo che l’uomo incorpora e quell’altro elemento del mondo fisico che è il fuoco.»

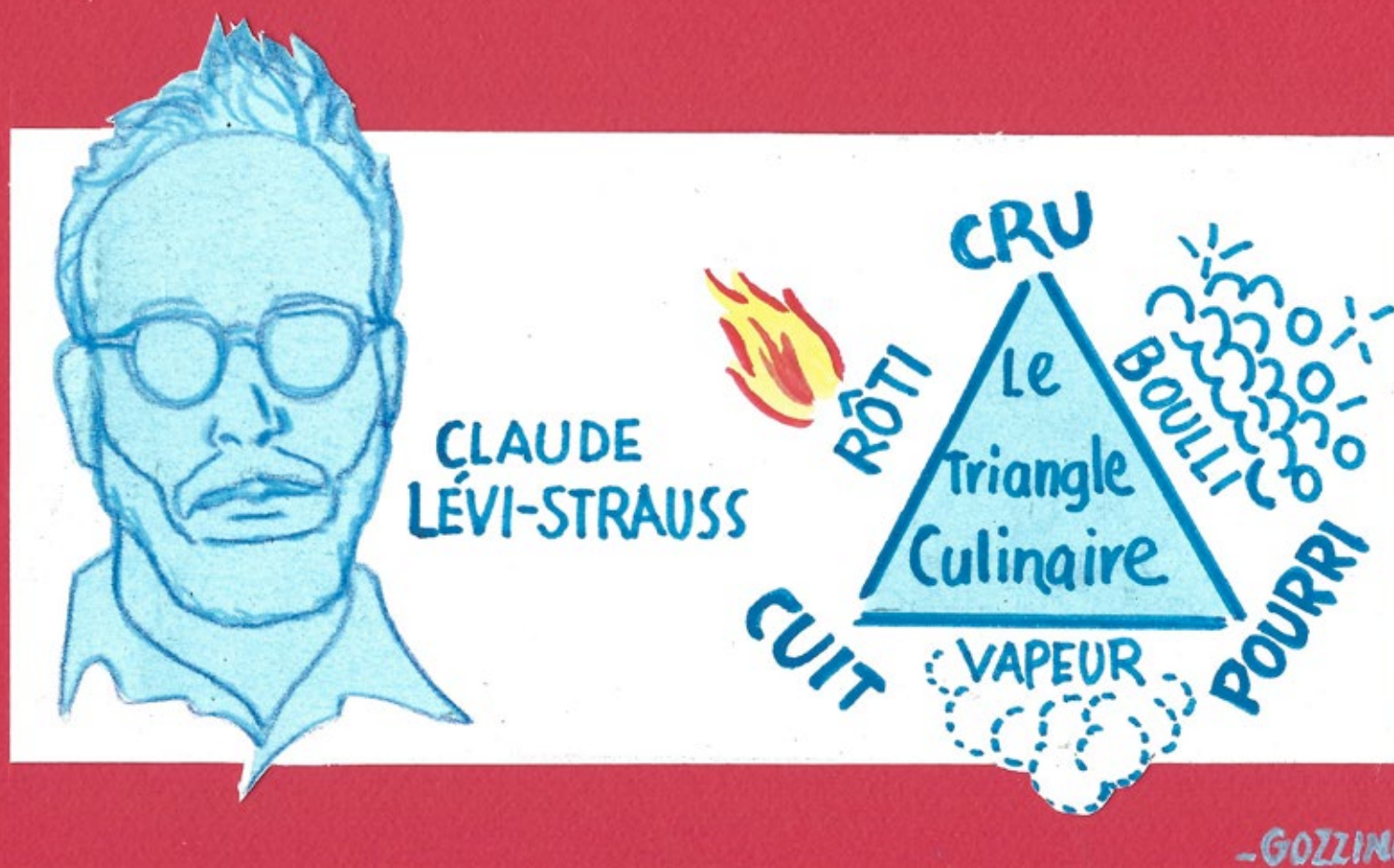
L’arrosto è natura: il cibo è cotto direttamente sul fuoco, senza alcuna mediazione. Il bollito è cultura: la cottura è due volte mediata, perché il cibo è immerso nell’acqua che, a sua volta, è contenuta

in un recipiente posto sul fuoco.

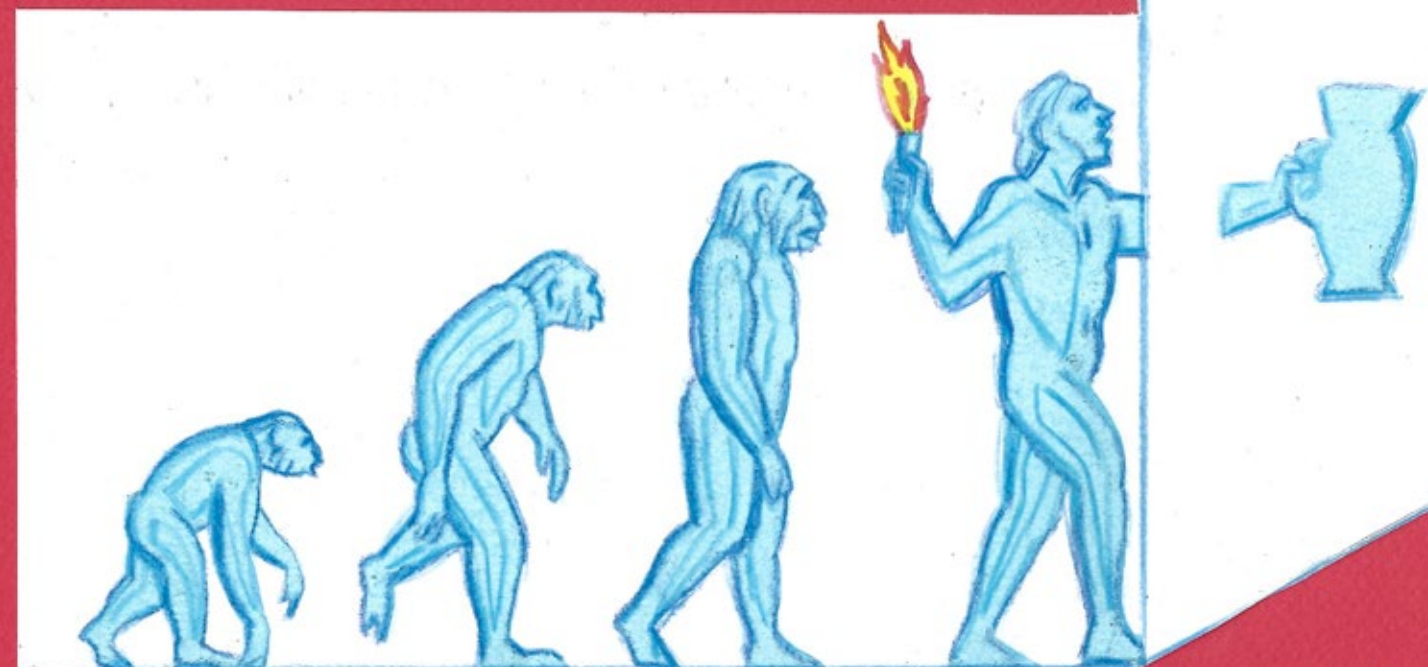
A questo punto possiamo comprendere anche un secondo tipo di opposizione – elaborato-non elaborato – che si riflette nelle tre categorie del triangolo culinario: il crudo è non elaborato, il cotto e il putrido sono i due modi dell’elaborato. Ma non voglio mettere troppa carne al fuoco, se mi concedete il gioco di parole. Questi strumenti che Claude ci ha offerto saranno più che sufficienti per divertirci insieme, esplorando nei prossimi numeri di CiBi una storia delle cotture, un elemento naturale alla volta! ■

Riccardo Vedovato
riccardo.vedovato1994@gmail.com

Le immagini in queste due pagine sono state realizzate da Libero Gozzini, illustratore professionista.



-GOZZINI-



-GOZZINI-

Gioia Gibelli

Secondo lei, architetto del paesaggio e presidente della Casa dell'Agricoltura, siamo abitanti un po' impegnativi per questa nostra povera Terra. Ma potremmo migliorare

Un architetto del paesaggio si occupa di progettazione di parchi, giardini, aree urbane degradate. Può lavorare alla scala spaziale della pianificazione, affiancando gli urbanisti, ma con una visione di sistema; oppure, sul piano delle valutazioni, può utilizzare il paesaggio come una cartina di tornasole che rivela quello che è stato fatto bene e quello che è stato fatto male. L'abbiamo intervistata.

Lei si è laureata nel '78 con una tesi sulle cascine e i paesaggi rurali, in particolare nel sud-ovest milanese. Ma, in quel periodo, al Politecnico di Milano gli interessi erano altri.

È stata effettivamente una tesi dirompente, 'un uovo fuori dal cesto'. Ho affrontato questa materia perché un mio professore, Vittorio Ingegnoli, aveva introdotto in Italia l'ecologia del paesaggio. Si scopriva l'importanza delle architetture minori. E quindi è stato abbastanza semplice mette-

re insieme le cascine con il territorio che presidiavano da sempre. In Lombardia, se non ci fossero le cascine non ci sarebbe l'agricoltura.

Perché le interessava questo argomento?

Volevo capire. Ho imparato tante cose sull'organizzazione dei paesaggi rurali lombardi. Studiavo come si è strutturato l'assetto della città metropolitana, i suoi elementi portanti, che di fatto sono vivi ancora adesso e determinano le strutture paesaggistiche: parlo dei grandi fiumi, del reticolo idrografico. Ho compreso allora quanto era importante il tema delle acque. Prima delle bonifiche, che sono state avviate in epoca medioevale da parte dei monaci, il nostro territorio era una grande palude. Adesso sembra una terra promessa perché è fertilissima. Questo ha condizionato fortemente anche l'evoluzione della città di Milano: le aree industriali si sono sviluppate a nord e l'agricoltura prevalentemente a sud perché ci sono i materiali

fini – sabbia, limo e argilla – e un reticolo irriguo più fitto.

Cosa sono le risorgive e le marcite?

Le risorgive sono una delle caratteristiche fondamentali di questo territorio, e di poche altre zone nel mondo; sgorgano a una temperatura costante, intorno ai 12/13°C, durante tutto l'anno. Ciò significa che non gelano neanche quando gli inverni sono freddissimi, sottozero. Con quest'acqua si allagavano i prati, creando le marcite. Voleva dire avere il primo raccolto d'erba a febbraio; un vantaggio che ha reso Milano molto ricca, perché in tutto il periodo che va dal XIII secolo fino alla rivoluzione industriale l'erba era assimilabile al petrolio: costituiva il nutrimento di cavalli e buoi, quindi dei mezzi di trasporto e della forza lavoro.

La Fondazione Ca' Granda Policlinico è proprietaria di 85 milioni di metri qua-



Gioia Gibelli, Presidente della Casa dell'Agricoltura.

dri di patrimonio rurale, con quasi 100 cascine.

E produzioni di eccezionale pregio, come quasi tutte quelle di quest'area, perché qui, grazie soprattutto al rapporto importantissimo tra città e campagna, abbiamo sempre avuto un'agricoltura all'avanguardia. I grandi proprietari terrieri erano nobili prima e industriali poi, e hanno trasferito nelle coltivazioni abilità gestionale e capacità d'innovare. La campagna nutriva la città con i suoi prodotti, la città nutriva la campagna con i suoi saperi.

C'è accordo o conflitto tra popolazione urbana e popolazione rurale?

Fino al 2012, quando si è cominciato a pensare all'Expo, il conflitto era fortissimo. Gli agricoltori chiedevano la certezza della terra, mentre, anno dopo anno, vedevano restringersi i confini attorno ai loro appezzamenti. Expo ha fatto capire ai milanesi che la Lombardia è, per metà, rurale; anche la città metropolitana di Milano è costruita solo al 50%. Milano è

il secondo comune agricolo d'Italia dopo Roma. E questo non si sapeva. Ma Expo ha insegnato inoltre quanto sia importante la qualità dei prodotti per la vita delle persone. Quindi, c'è stato proprio un salto culturale sia nei cittadini sia nell'amministrazione pubblica.

Mi pare di capire che però c'è ancora tanto da migliorare.

Anche per questo è stata pensata la Casa dell'Agricoltura, un'associazione che potesse dare un seguito all'eredità di Expo 2015. Ma se in pianura c'è un'agricoltura forte, la collina e la montagna stanno soffrendo. Molte aree sono abbandonate.

Cosa si potrebbe fare?

Tante cose. L'agricoltura di montagna per esempio ha un'importanza decisiva nei confronti del dissesto idrogeologico. Gli agricoltori potrebbero essere economicamente sostenuti per tenere in sicurezza il territorio. Sistemare a posteriori è molto costoso.

Mi parli della Casa dell'Agricoltura.

Stiamo cercando di essere di stimolo alle amministrazioni pubbliche. Abbiamo lavorato anche al tavolo del MIPAAF per scrivere le misure delle politiche agricole comunitarie italiane. In questo momento, è attivo un importante corso sui tecnici agrari che ha due finalità importanti: quella di formare e quella di amplificare le opportunità di lavoro per i giovani, dando loro delle competenze specifiche che sono richieste ma che, in questo momento, non hanno delle figure professionali di riferimento.

Potranno essere i consulenti delle nuove aziende del terzo millennio. ■

*Paola Chessa. Pietroboni
direzione@cibiexpo.it*

Nelle foto: 1. terreno agricolo della Fondazione Patrimonio Ca' Granda; 2. marcita nella Riserva San Massimo (Groppello Cairoli, PV); 3. bovino da allevamento.



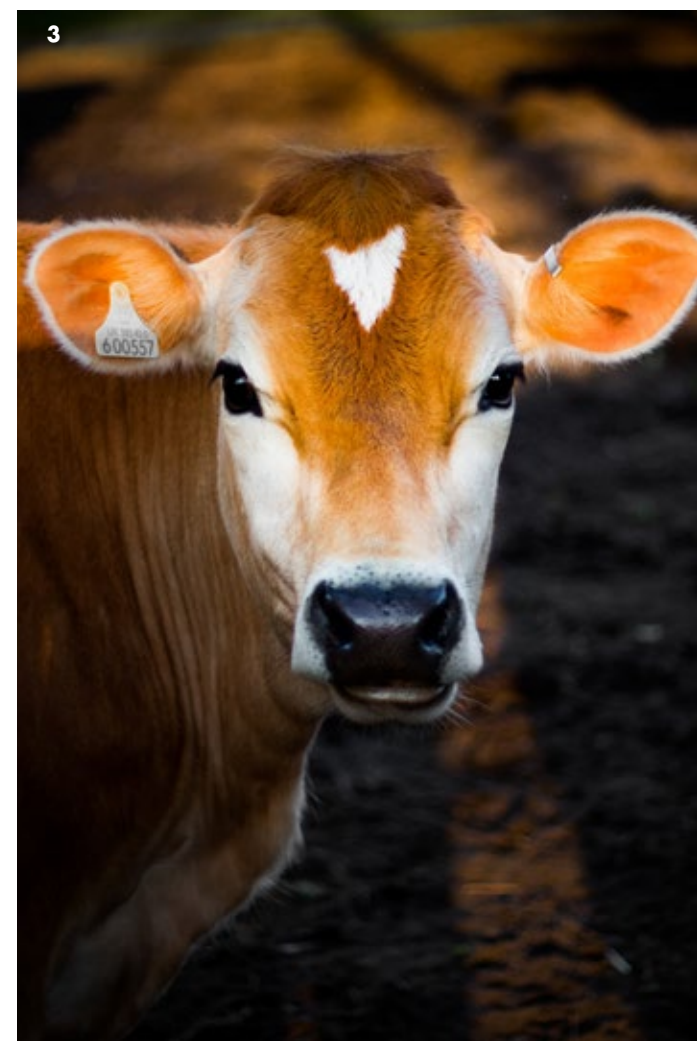
1

© FONDAZIONE PATRIMONIO CA' GRANDA



2

© RISERVA SAN MASSIMO



3

Riso gourmet

Parliamo di un cereale molto versatile in cucina, usato nelle tradizioni gastronomiche di diverse culture, italiana compresa

Ne esistono ben 140.000 tipologie; vediamo quindi di orientarci in questo immenso panorama, con particolare attenzione alle novità sul mercato pensate per i palati più raffinati. Già 15.000 anni fa, come testimoniano alcuni reperti archeologici, era consumato come specie selvatica in Asia. Nello stesso continente – più precisamente nelle odierne Cina orientale e India nord-orientale – sono stati invece ritrovati i primi resti di riso coltivato, risalenti a 7.000 anni fa. Anche attualmente, questi due Paesi sono i maggiori produttori – oltre che consumatori – a livello mondiale. Quello italiano è coltivato per il 93% in Piemonte e Lombardia.

Un'ampia possibilità di scelta

La prima distinzione riguarda la dimensione dei chicchi e la loro forma, che può essere più o meno allungata. Sul territorio

nazionale sono state selezionate nel tempo varietà come Arborio, Baldo, Carnaroli, Maratelli, Ribe, Vialone Nano. Ciascuna di queste – oltre che dalla tipologia del chicco – è caratterizzata dal profilo aromatico e da un diverso contenuto di amido, che conferisce proprietà differenti in cottura. Il chicco di riso, inoltre, può assumere varie colorazioni a seconda dei trattamenti a cui è sottoposto – quindi, può essere bianco, nero o rosso – e del suo grado di raffinamento – e, in questo caso, si distingue in greggio, integrale e semintegrale. Il Riso Bianco Karbor, con il suo elevato contenuto di amido, è perfetto per la preparazione di risotti e costituisce una valida alternativa al Carnaroli. La pianta ha un'elevata resistenza alle malattie e alti livelli di produttività. I chicchi sono perlati, grossi, affusolati e assorbono bene ogni condimento.

Il Riso Nero Gioiello è una varietà nata nel 2009 ed è coltivato in alcune aree del Piemonte e della Sardegna. È un riso integrale che si distingue per una fragranza decisa. Deve la sua colorazione alla presenza di preziosi antiossidanti (gli antociani). Ha un'alta percentuale di amido (quasi il 22%) che gli permette di tenere la cottura in maniera eccellente, con chicchi ben sgranati. Il sapore è delicato e aromatico insieme, con sentori di vaniglia.

Il riso rosso è una varietà orientale, ma viene coltivata anche nella Pianura Padana. In Thailandia e in Indonesia si produce quello integrale.

Nel Sud della Francia troviamo il riso rosso della Camargue. Si tratta in ogni caso di un chicco di colore rosso scuro, normalmente di tipo integrale, spesso da coltivazione biologica, che richiede tempi di cottura più lunghi rispetto a quello raffinato ma

che ha il vantaggio di contenere più fibre e sali minerali. Per ridurre i livelli di colesterolo, si è diffusa ormai da parecchi anni la prassi di ricorrere al riso rosso fermentato. È ricavato non dal riso rosso ma da quello comune, a seguito di un procedimento chimico di fermentazione che avrebbe appunto la proprietà di tenere a bada il colesterolo nel sangue. Il principio attivo sarebbe la molecola “monacolina K”. Ma l'anno scorso l'Istituto Superiore di Sanità ha divulgato l'esito di una ricerca italiana che ha riscontrato diversi possibili effetti collaterali, tra i quali danni al fegato. Quindi, prudenza.

La linea *Risi Preziosi*, varietà innovative che subiscono una pilatura a pietra lenta e delicata e sono pensate per cucine di alto livello, è stata lanciata sul mercato dalla Società agricola Aina – nome della famiglia di agricoltori che l'ha fondata nel 1937 e continua la tradizione ancora

oggi – che si trova alle porte di Novara. Le tecniche di agricoltura utilizzate sono sostenibili e conservative. Per migliorare la fertilità del terreno, si alternano colture di riso e mais.

Le tre varietà – Riso Nero Gioiello, Riso Bianco Karbor e Riso Rosso Solitario – sono state premiate da Forbes Italia come Eccellenza Italiana 2020.

La selezione dei chicchi di ogni varietà viene fatta in modo accurato, garantendo un prodotto di qualità eccellente con difetti inferiori al 3%.

Il confezionamento è esclusivamente sottovuoto, in modo da preservare le caratteristiche organolettiche e permettere la conservazione fino a 24 mesi.

Per quanto riguarda il packaging, è stata scelta una confezione semplice e pulita, che permette di ammirare l'aspetto dei chicchi senza aprirla, con attenzione alla sostenibilità ambientale.

Affumicatura

Un'altra novità sul mercato del riso gourmet è l'utilizzo dell'affumicatura per conferire ai chicchi particolari note aromatiche. Questa tecnica prevede l'esposizione del preparato al fumo derivante dalla combustione del legno, che deve avere una bassa quantità di resina. L'azienda *gliAironi*, ad esempio, produce riso Carnaroli affumicato con legno di ciliegio per 14 ore. Questo procedimento dona al prodotto delle note legnose, che risultano intense all'olfatto e delicate al palato. È ideale sia per la preparazione di risotti inconsueti sia per creare contrasti di gusto con carne, pesce, selvaggina e verdure. ■

*La redazione
info@cibiexpo.it*

Nelle foto, due diverse varietà di riso.



Una natura morta del Seicento

La Natura morta con fagianella e aringa, non datata, conservata alla Narodni Galerie, la Galleria nazionale di Praga, è di un sensibilissimo interprete tedesco: Georg Flegel (1566-1638)

Pittore e incisore, tra i primi nel suo Paese a dedicarsi alle nature morte – cioè a dipinti che raffigurano oggetti inanimati, come frutta, fiori, utensili o animali esanimi – Flegel fu maestro di riflessi, trasparenze e trompe-l'oeil. Le reminiscenze simboliche desunte dalla tradizione culturale della Germania e dei Paesi Bassi valgono in quest'opera a trasmettere un globale atteggiamento sacro e moraleggiante nascosto nell'apparente semplicità della presentazione del 'cibo disposto'.

Al di là dell'ordinata e scandita esposizione dei singoli alimenti – senza sovrapposizioni – e oltre l'appetibilità data dal loro realismo e dal ruolo di nutrimenti parsimoniosi, se non addirittura frugali, la natura morta allude al prestigio della condizione sociale, mentre evoca la moderazione e la consapevolezza nel consumo. Da un lato,

dunque, l'auspicio dell'opulenza e, dall'altro, l'evocazione moraleggiante dello spettro della ristrettezza economica, quasi un incubo per la società borghese di quel tempo, tra Anversa e Francoforte.

Oltre all'aringa e alla fagianella (protagoniste della tavola apparecchiata), al pane bianco tipico della borghesia (e non di segale come quello consumato dalle classi meno abbienti), alla caraffa e al calice di vino bianco, le olive, provenienti dal Mediterraneo, dovevano costituire anche un'occasione estetica, culturale e multisensoriale, poiché contenute in una maiolica cinese che proveniva dalle attività commerciali della Zelanda, provincia dei Paesi Bassi estesa presso il confine belga, la cui capitale Middelburg offriva ai pittori del Seicento motivi decorativi molto preziosi e ricercati.

Inoltre, il limone e la mela, evocazioni sacre provenienti da una reminiscenza allegorica del giardino del Paradiso Terrestre, sono note simboliche che completano l'esperienza sensibile del dipinto. Una tavola, dunque, da gustare con gli occhi e con la mente prima ancora che con il palato. ■

Ave Appiano

La figlia Chiara Caprettini si appropria della suggestione visiva dell'affresco. La sua ricetta è una reinterpretazione dell'opera attraverso ispirazioni multisensoriali, gastronomiche, olfattive oltre che gustative, con l'accostamento della fagianella (o del galletto, perché è di più semplice reperibilità) all'aringa, piatti dal sapore intenso che rinviano alla tradizione di terra e di mare del Nord della Germania.

Nella pagina accanto, il dipinto seicentesco di Georg Flegel. Sotto, i piatti proposti da Chiara Caprettini: a sinistra, i crostoni di pesce e, a destra, il galletto.

Carne e pesce, terra e Mar Baltico in un solo piatto: i crostoni insaporiti con olio al limone incontrano in un caso il sapore forte delle cipolle viola e nell'altro quello delicato delle mele. Mangiare un'opera d'arte significa – prima di tutto – mettere in moto la propria creatività!

Crostoni (6 di pesce e 6 di carne) Ingredienti

Per i crostoni di pesce:

- una pagnotta
 - 3 filetti di aringa marinata
 - 1 cipolla viola
 - 2 cucchiaini di aceto di mele
 - 2 cucchiaini di olio evo al limone
 - pepe
 - qualche noce e qualche fettina di limone per decorare
- Per i crostoni di carne:
- una pagnotta

- 1 galletto (circa 600 g)
- 1 cipolla viola
- 6-8 olive greche denocciolate
- 2 cucchiaini di composta di mele
- 2 bicchieri di vino bianco
- 2 cucchiaini di olio evo al limone
- sale e pepe
- qualche fettina di limone per decorare

Preparazione

Per i crostoni di pesce: tagliate la cipolla nel senso della larghezza ad anelli un po' spessi. In una ciotola conditeli con olio, aceto e pepe.

Mescolate bene e fate riposare.

Per i crostoni di carne: disponete il galletto su una teglia rivestita di carta forno.

Conditelo con olio, con la cipolla e le olive tagliate fini, coprite con il vino bianco e cuocete in forno a 180° per circa 60 minuti con coperchio.

Trascorso il tempo, trasferite la salsa in un pentolino e scaldatela qualche minuto.

Nel frattempo, grigliate il galletto da entrambi i lati su una piastra bollente (circa 10 minuti per lato).

Tagliate le pagnotte a fettine e tostatele qualche minuto in padella insieme all'olio al limone, girandole di tanto in tanto.

Su ciascuno dei primi 6 crostoni disponete le cipolle all'aceto, mezzo filetto di aringa, un piccolo spicchio di limone e la noce.

Sugli altri 6 stendete la composta di mele, poi disponete il galletto pulito, privato della pelle e sfilacciato; in ultimo il limone e la salsina di cipolle calda. ■

Chiara Caprettini
www.nordfoodovestest.com



Il latte

Occhio all'etichetta, vera e propria carta d'identità degli alimenti, e quindi fattore fondamentale per orientare, in modo consapevole, gli acquisti



**centro studi
anticontraffazione**

**Daniela Mainini,
Presidente del Centro Studi
Anticontraffazione.**

L'etichettatura dei vari prodotti alimentari rappresenta per le aziende del settore un aspetto sempre più impegnativo sia per la crescente attenzione dei consumatori per le informazioni di carattere nutrizionale, ambientale e salutistico sia per l'evoluzione normativa degli ultimi anni che ha necessariamente imposto alle aziende una sempre maggiore attenzione in ordine alla correttezza dei dati forniti, la cui regolamentazione è affidata a una serie di disposizioni normative nazionali e comunitarie. L'etichetta costituisce una vera e propria carta di identità degli alimenti e rappresenta quindi un elemento fondamentale nell'orientare gli acquisti dei consumatori che, grazie alle indicazioni in essa contenute, sono in grado di prendere decisioni ponderate a tutela della propria salute. Per queste ragioni, abbiamo pensato di iniziare un percorso nelle etichettature

degli alimenti, partendo dal primo nutrimento dell'uomo: il latte.

Cominciamo col dire che con il termine "latte" si intende solo quello vaccino. Gli altri tipi devono essere completati con l'indicazione della specie animale di origine: di capra, di bufala ecc. e quello fresco vaccino può essere commercializzato per il consumo umano solo dopo esser stato opportunamente confezionato ed etichettato come da DPR 54/97.

Tra le norme di carattere nazionale è bene citare la Legge 204 del 2004, secondo cui le denominazioni di vendita "fresco pastorizzato" e "fresco pastorizzato di alta qualità", da riportare nell'etichettatura del latte vaccino destinato al consumo umano, sono esclusivamente riservate a quello prodotto conformemente all'articolo 4, commi 1 e 2, della Legge 3 maggio 1989, n. 169, che arriva crudo allo stabilimento di confezionamento dove è sottoposto a trattamento

termico entro 48 ore dalla mungitura. La data di scadenza, preceduta dalla ormai nota dicitura "da consumarsi entro", deve essere apposta sul contenitore e corrisponde al sesto giorno successivo a quello del trattamento termico.

La medesima disposizione di legge ha imposto l'obbligatorietà dell'indicazione in etichetta dell'origine o provenienza del latte fresco, al fine di tutelare il Made in Italy e consentire al consumatore finale di compiere scelte consapevoli sulle caratteristiche dei prodotti alimentari.

Sulla scia del citato provvedimento normativo e in attuazione del Regolamento UE n. 1169/2011 relativo alla fornitura di informazioni sugli alimenti ai consumatori, dal 2017 in Italia è vigente l'obbligo di indicare in etichetta l'origine del latte nei prodotti lattiero-caseari, clausola che si applica non solo al vaccino, ma anche all'ovino, caprino, bufalino e di altra origine.



Alla luce di tale vincolo, insieme alle altre informazioni imposte, l'etichetta del latte fresco deve riportare le seguenti informazioni: la denominazione di vendita, con riferimento al tenore dei grassi e del trattamento termico subito (latte intero, latte parzialmente scremato, latte scremato); il produttore/confezionatore con l'indirizzo della sede dello stabilimento; la data di scadenza; la data di confezionamento; il lotto di produzione; la quantità netta; il marchio di identificazione sanitario per gli alimenti di origine animale; le condizioni particolari di conservazione (in frigo a 4°); la dichiarazione nutrizionale; l'origine, specificando la "Zona di mungitura", qualora sia possibile risalire fino agli allevamenti di origine, oppure in alternativa la "Provenienza". L'indicazione dell'origine in etichetta può essere fatta con riferimento al

Comune, alla Provincia italiana o del Paese UE: all'Italia (o al nome del Paese dell'UE) nel caso di provenienza del latte crudo dall'Italia o da un altro singolo Paese UE; all'UE se da più Paesi comunitari; ai Paesi Terzi se da Paesi dell'Unione europea e da Paesi extra UE oppure solo da Paesi extra UE.

Per il latte UHT – acronimo di Ultra High Temperature, ossia latte a lunga conservazione – l'etichetta deve invece riportare le seguenti informazioni aggiuntive: l'origine, specificando

- il "Paese di mungitura..."; oppure: "latte di Paesi UE" o "latte di Paesi non UE";

- il "Paese di condizionamento – ossia trasformazione – ...", oppure "latte condizionato in Paesi UE (o non UE)" o "latte trasformato in Paesi UE (o non UE)".

Se le due fasi coincidono nello stesso Paese, si può indicare l'origine con il nome del Paese dove il latte è stato

munto, condizionato o trasformato.

Il Decreto Legislativo 15 dicembre 2017, n.231 stabilisce le sanzioni amministrative per i produttori che violano le norme in materia di etichettatura e trasparenza di cui al Regolamento UE n. 1169/2011.

Apprezzabile è dunque l'impianto normativo a tutela delle produzioni nazionali e del consumatore, cui suggeriamo sempre di prestare un (consapevole) occhio all'etichetta. ■

*Daniela Mainini
info@anticontraffazione.org
www.centrostudigrandemilano.org*

Nella foto a sinistra, confezionamento industriale di latte. Sotto, latte fresco versato in bicchiere.



Il Corso per Formatore Agricolo Ambientale

Prosegue il Corso F.A.A. finanziato dalla Fondazione Cariplo e promosso dalla libera associazione Casa dell'Agricoltura, nata per valorizzare questo settore strategico

Il Corso di perfezionamento post laurea magistrale per una professione orientata alla sostenibilità – che si tiene presso le aule dell'Associazione Nocetum in Milano – procede secondo programma. Se in precedenza si sono affrontati il modulo economico e quello di politica agraria, in questa fase si propongono quelli didattici tecnico-produttivi. L'economico ha offerto un'ampia illustrazione del panorama italiano ed europeo, senza dimenticare il commercio delle derrate agricole, argomento di piena attualità. Quello di politica agraria ha affrontato la riforma della PAC (Politica Agricola Comune dell'UE). L'approvazione del Piano Strategico Nazionale a fine dicembre '21, a seguito di un lungo confronto nell'ambito del Tavolo di Partenariato – per inciso, Casa dell'Agricoltura è membro del Tavolo

Nazionale –, consegnato a Bruxelles a inizio '22, ha reso le lezioni di particolare significato. I moduli tecnico-produttivi sono rivolti a dotare gli studenti dell'informazione più completa possibile sull'agricoltura sostenibile, sia nella presentazione dei grandi problemi (fertilità, risparmio idrico ed energetico, biodiversità, innovazione, ecc...) sia nelle soluzioni specifiche: il modulo 4 per il vegetale, il 5 per la zootecnia, il 6 per le nuove tecnologie. A questo proposito, le docenze sono state attribuite a personale operativo, di campo e di azienda: professionisti, agricoltori, dirigenti... Tra l'altro, l'attività formativa così qualificata ha comportato la possibilità di verifiche didattiche, per esempio sulla struttura dei terreni, che la logistica di Nocetum consente. Tale opportunità si renderà

ancora più evidente nel modulo 6 con le attività di Precision Farming e con l'ausilio di sensori e droni in prove di campo. Dal modulo 2 in poi tutte le lezioni sono registrate e messe a disposizione degli studenti per ovviare a qualche eventuale assenza.

Le ore svolte fino a oggi sono state 126, oltre la metà di quelle previste, le docenze 33. Si sono iscritti al Corso 14 studenti; il numero si è ridotto a 12 per volontario abbandono.

La sistemazione lavorativa degli studenti (9 su 12 hanno trovato occupazione) è obiettivo primario del Corso. A questo proposito, la situazione rappresenta un risultato di assoluto rilievo, che bene preannuncia nuovi e positivi risultati. ■

*Carlo Basilio Bonizzi
segretario@casagricoltura.org*

Presentazioni

Sono tutte raccolte nello spazio dedicato al F.A.A. nel sito casagricoltura.org. Si tratta di un corposo e significativo materiale – al momento già ben 49 sequenze di slide – che l'associazione Casa della Agricoltura intende mettere a disposizione del pubblico alla fine del Corso. Per il momento tutta questa documentazione è riservata agli studenti.

I filindeu, i 'fili di Dio'

È la pasta sarda per minestra, formata da un reticolo di sottilissimi fili, che sanno fare meno di 10 persone al mondo

Alcuni fortunati potrebbero averli assaggiati, immersi in un brodo caldo di pecora con tocchettini di formaggio fresco che lentamente si fondono; ma, appunto, è cosa ormai assai rara. I filindeu, fili sottilissimi di semola di grano duro, acqua e sale, richiedono un procedimento lungo e complesso, che riescono a ripercorrere alla perfezione solo le mani abilissime di chi per decenni ha osservato all'opera le generazioni più anziane: la paziente lavorazione del panetto di semola sul tavolo, per renderlo morbido ed elastico; l'allungarlo e piegarlo, tenendolo tra le mani, per ben 32 volte; lo stendere sul canestro di asfodelo – in 3 strati sovrapposti e incrociati – i 256 sottilissimi e resistenti fili ottenuti; il portarli ad asciugare al sole. Durante l'essiccazione, gli strati di spaghetti si attaccano tra loro dando vita a una sorta di garza di pasta, che viene poi

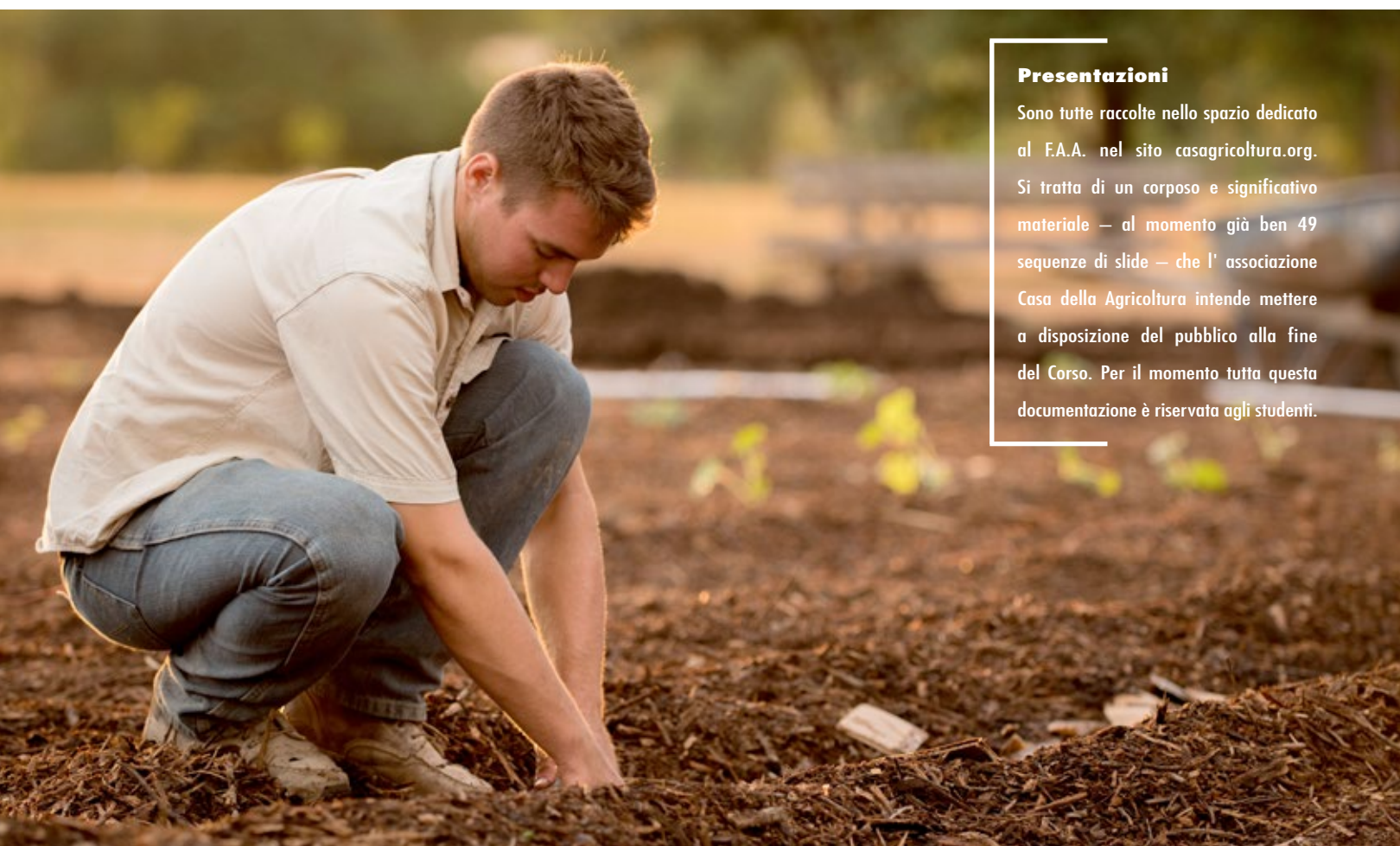
rotta con le mani in pezzi irregolari e cotta nell'acqua bollente, come ogni altro tipo di formato. La ricetta tradizionale prevede un brodo di pecora portato a ebollizione in cui far sciogliere dei pezzetti di formaggio fresco per buttarvi poi i filindeu, che vanno cotti 1 minuto. Piatto povero e antico, menzionato anche da Grazia Deledda, è noto come “la minestra dei pellegrini”. Il nome si deve al fatto che, storicamente, veniva offerto ai viandanti diretti al santuario di Lula dedicato a San Francesco.

Pare che oggi, in tutto il mondo, siano meno di una decina le persone che sanno fare questo tipo di pasta, e che persino cuochi esperti non siano riusciti a ottenere risultati soddisfacenti. Io sono rimasta colpita da Paola Abraini. Raccontava di come, giovanissima, andando a trovare il futuro marito, avesse visto la suocera che li

preparava e ne fosse rimasta rapita. E di come poi, vinta la timidezza, si fosse proposta di aiutarla, non sapendo che in seguito avrebbe dedicato una vita ai filindeu.

Signora nuorese elegante e garbata, è ormai nota in tutto il mondo grazie alla bravura e alla passione che mette nel preparare questa pasta speciale. È stata intervistata dalla BBC, dalla CNN, perché da anni prova a raccontare e tramandare una delle tante tradizioni che sembrano destinate a scomparire. Ha ospitato chef come Jamie Oliver e diverse altre celebrità che l'hanno raggiunta in Sardegna per imparare, e ovviamente ha insegnato alle figlie, ma è ancora senza eredi. Qualcuno di voi è pronto a mettersi alla prova? ■

*Marta Pietroboni
marta.pietroboni@cibiexpo.it*



Sviluppiamo progetti. Gestiamo strategie.

in-rete.net

Advocacy e Lobbying

Organizzazione Eventi e Mostre

Media Relation e Crisis Management

Strategie di Marketing e Comunicazione

Digital PR & Social Media

Consulenza Healthcare

L'erba ostrica

L'incredibile pianta spontanea dal sapore di mare: la Mertensia maritima, originaria delle coste atlantiche d'Europa e America settentrionale, detta anche ostrica vegetariana

Sebbene siano da sempre sinonimo di raffinatezza e considerate da molti una vera delizia per il palato, le ostriche restano comunque un piatto particolare e non apprezzato da tutti. Oggi vi proponiamo una valida alternativa: parliamo di un'erba unica nel suo genere che potrebbe accontentare anche chi non ama la consistenza dei molluschi ma ne apprezza il sapore. Si tratta della Mertensia maritima: pur trattandosi di un'erba, assaggiarla è un'esperienza culinaria sorprendente, dato che sarà proprio come assaporare una vera e propria ostrica, con il suo gusto leggermente salato, ma dalle sfumature più raffinate.

È una pianta perenne, alta al massimo 30 cm, che si sviluppa in larghezza e resiste bene anche agli inverni

più gelidi; oltre a essere molto bella, è anche facile da coltivare poiché non richiede cure particolari, ma solo una buona esposizione al sole, un terreno ben drenato e un po' sabbioso. Le sue foglie croccanti e di colore grigio-azzurro tendente al blu garantiscono un'estrema versatilità nell'impiego in cucina: possono essere utilizzate in aggiunta alle insalate, mangiate crude, leggermente scottate o conservata in aceto. Sono ideali anche per preparare gustose creme o particolari frittate. Oltre alle foglie, anche i fiori, campanelle azzurre e violacee che sbocciano da giugno a ottobre, sono perfettamente commestibili. L'erba ostrica è inoltre un alimento ricco di zinco, magnesio, potassio e ferro, e non contiene colesterolo: per questo motivo è bene non

cuocerla troppo, così da preservarne tutti i benefici mantenendo inalterato il profumo.

È possibile trovare le foglie già confezionate in vaschetta, pronte quindi per essere servite e portate in tavola; oppure si possono acquistare i semi per far crescere la pianta in casa o nel proprio giardino. Insomma, si tratta di un prodotto vegetale interessante: anche se ancora poco conosciuta, l'erba ostrica è in grado di regalare il sapore del mare a vegetariani e vegani, e di rivoluzionare, quindi, anche la loro cucina. ■

Carolina Cusumano
carolinacusumano@hotmail.com

Nella foto, erba ostrica.



AgruMI

La due giorni dei produttori e dei trasformatori dei frutti più fragranti del mondo

Nella limpida atmosfera anni Trenta di Villa Necchi Campiglio, l'elegante residenza milanese progettata da Piero Portaluppi e donata al FAI dalla famiglia Necchi nel 2001, una volta all'anno si respira profumo di agrumi. Nel silenzioso giardino della villa, a febbraio, prende infatti vita AgruMI. Riempiono il parco limoni, arance, mandarini, ma anche agrumi rari e misteriosi. E quindi marmellate, mieli, mostarde, sciroppi di frutta e fiori, spremute, liquori, frutta candita, confetti, nonché creme, saponi, acque di colonia, profumi.

Le possibilità di lavorare e trasformare questi frutti sono davvero tantissime. Oggi siamo rimasti colpiti dai prodotti cosmetici; anni fa avevamo dedicato un articolo a una start-up che riutilizzava gli scarti delle arance per ottenere fibre tessili.

Quanti agrumi conosciamo? E che origine hanno?

Gli agrumi più antichi, definiti an-

cestrali – che si pensa risalgano a 8 milioni di anni fa e sono nati alle pendici dell'Himalaya, in un'area probabilmente estesa fino all'Australia e alla Nuova Caledonia – sono il cedro, il mandarino e il pomelo. Secondo alcuni studiosi, quest'ultimo, oltre a essere il più grande di tutti e l'unico a non avere forma sferica, è il primo a essere stato coltivato dall'uomo.

Cedro, mandarino e pomelo, ibridatisi tra loro e subendo nel tempo naturali mutazioni, hanno dato vita alle tante specie che oggi conosciamo. Non solo: l'uomo è intervenuto a sua volta con una continua opera di miglioramento genetico e selezione, e così le varietà sono innumerevoli.

Come leggiamo in un'intervista fatta per AgruMI un paio di anni fa a Giuseppe Barbera, già professore ordinario di Colture Arboree all'Università di Palermo, «le specie di maggiore interesse culturale oggi sono: cedro, aran-

cio dolce, arancio amaro, mandarino, limone, pompelmo, lima (o limetta o lime), pomelo, bergamotto, chinotto». Aggiunte all'elenco dei «molto famosi» le clementine, leggermente più dolci dei mandarini e senza semi, ci soffermiamo sui meno conosciuti bergamotto, chinotto, Finger Lime, Kumquat (o mandarino cinese), Kaffir Lime, Mano di Buddha e pompia.

Il bergamotto cresce esclusivamente lungo la Costa dei Gelsomini, in provincia di Reggio Calabria, in una piccola area del sud della Francia, in Costa d'Avorio e in Turchia. Famoso per le tantissime proprietà benefiche – abbassa il colesterolo, contrasta la caduta dei capelli, combatte ansia e depressione, è fonte di sali minerali, antiossidanti e vitamine – ha però un sapore molto amaro. Il consiglio per chi vuole provarlo è assaggiarlo a spicchi, in insalata, oppure spremuto. Il suo succo in cucina ha vari utilizzi:

dà un tocco particolare a pietanze, ad esempio di pesce, viene usato per preparare marmellate, granite e oli aromatici. La scorza, messa in salamoia, è utile per aromatizzare primi, secondi e dolci, ed è ingrediente principale di un liquore molto rinomato. Dalla buccia viene anche estratto l'olio essenziale di bergamotto, profumatissimo e notissimo, nonché riconosciuto come prodotto DOP. Forse vi stupisce, ma pure il chinotto è un agrume. Fino a pochi decenni fa, in Italia, e principalmente in Liguria, c'erano estese coltivazioni di questa pianta, e i nostri chinotti erano esportati in vari Paesi europei. Durante la Belle Époque era tradizione diffusa consumarne i frutti immaturi, trattati per ridurne il sapore amaro, assieme a bevande alcoliche, come aperitivo. Abbastanza piccolo, con poca polpa e un succo molto amaro e acido – uno degli ingredienti classici di bevande digestive e ingrediente principale dell'omonima e nota bevanda – il chinotto viene normalmente consumato «addolcito» da zucchero, in forma di marmellate, canditi e sciroppi. Quello di Savona è Presidio Slow Food e, dato l'attuale rischio di

estinzione della pianta, dal 2014 nel Parco di San Pietro in Carpignano si è data vita a una piantagione estensiva. Il Finger Lime, che ospitiamo anche sul nostro marketplace e al quale abbiamo dedicato un articolo l'anno scorso, una volta nella vita è da assaggiare. Noto anche come caviale di limone, ha la particolarità di essere composto non da spicchi ma da tante piccole perle succose. Il Kumquat è sempre più presente sui nostri terrazzi. I suoi frutti, piccoli, hanno un sapore intenso e si mangiano con la buccia, morbida. Il Kaffir Lime, scorza verrucosa, succo asprissimo e foglie aromatiche, è l'ingrediente in più in cucina: qualche sua goccia o foglia può dare carattere a preparazioni diverse. La Mano di Buddha è certamente l'agrume più strano. Si tratta di una varietà di cedro i cui spicchi, composti interamente da buccia, si sviluppano in modo autonomo, dando vita a frutti tentacolari, normalmente trasformati in canditi.

Infine, la pompia, agrume sardo dal 2004 Presidio Slow Food, ingrediente fondamentale di alcuni dolci locali, tra cui la *s'arantzata* o *arantzada*, dolce nuziale rigorosamente servi-

to su una foglia d'arancio, a base di scorza di pompia caramellata e mandorle. Da questo frutto si ottengono anche creme liquorose, come il liquore di pompia, nonché, ultimamente, alcune birre artigianali. ■

Marta Pietroboni
marta.pietroboni@cibiexpo.it

Un bene da proteggere

Nel Giardino della Kolymbethra, Bene del FAI nella Valle dei Templi, crescono 20 diverse varietà di agrumi, in grandissima parte scomparse: il Doppio Sanguigno, il Vaniglia rosa, il Limone dolce, la Lumia. L'obiettivo è ovviamente la conservazione della biodiversità. Questa attività è oggi portata avanti in collaborazione con l'Orto Botanico dell'Università di Palermo e con i Vivai Pianta Faro di Giarre. Il clima mediterraneo con le sue stagioni ben definite e così diverse da quelle tropicali è la ragione della qualità senza pari dei nostri agrumi. La sfida è appunto non farne scomparire alcuni.

Sotto, alcune delle diverse varietà esposte ad AgruMI. Nella pagina di destra, un momento dell'evento.



© GABRIELE BASILICO - FAI FONDO AMBIENTE ITALIANO



IMP ©

Mindful Eating

Ossia, mangiare in modo consapevole, accostandosi al cibo con più attenzione e meno fretta, evitando di trasformare l'atto di nutrirsi in un gesto automatico

Partiamo dal concetto di Mindfulness, l'antica pratica buddista del concentrarsi sul momento presente, per riconoscere e accettare, con calma, le sensazioni corporee e i sentimenti. Questi principi di approccio consapevole possono essere applicati anche al nutrimento: da tale connubio nasce la Mindful Eating.

Alimentarsi con attenzione, avendo il pieno controllo di sé, è un approccio meditativo al momento del nutrimento che si concentra sulla presa di coscienza durante l'esperienza del cibo. L'obiettivo non è strettamente legato al perdere peso.

Tutte le diete si fondano su regole – cosa e quanto mangiare –, il conseguente successo o fallimento si misura sui risultati in termini di calo ponderale, il che può comportare molto stress.

Diversi sono, invece, i presupposti della Mindful Eating, perché i comportamenti vengono orientati al pro-

cesso più che ai risultati. Lo scopo è aiutare ciascun individuo ad assaporare il momento, a incoraggiare e sviluppare la consapevolezza durante l'esperienza alimentare.

Attenzione e concentrazione sono rivolte ad apprezzare ciò che l'individuo sta vivendo in quel momento.

Quali sono gli atteggiamenti associati al mangiare consapevole?

In primo luogo, è fondamentale avvicinarsi alle esperienze con la spontaneità dei bambini, mettendo in gioco tutti i sensi: guardare, assaggiare, sentire, annusare e ascoltare.

Ciò permette a ciascuno di sperimentare *hic et nunc* (qui e ora).

Le regole sono:

- non giudicare. La prima sfida è iniziare il processo del mangiare mettendo da parte la precedente conoscenza del cibo;
- avere pazienza. Naturalmente biso-

gna averne per mangiare con cognizione di causa;

- avere fiducia. Con l'accettazione e la piena consapevolezza dell'esperienza sviluppiamo più fiducia in noi stessi;
- essere elastici. Non avere aspettative di un risultato particolare;
- saper accettare. Sviluppare la consapevolezza e proporsi di notare tutto ciò che accade, soprattutto di nuovo;
- allentare la presa. Implica l'abbandono delle aspettative del passato e di tutto ciò a cui ci siamo affezionati. Questo atteggiamento ci permette di acquisire nuove esperienze.

È sempre più diffusa l'idea, anche tra i professionisti della salute, che la tecnica della Mindful Eating possa fare la differenza nell'aiutare le persone a cambiare i propri comportamenti alimentari, oltre che nel contribuire alla perdita di peso. ■

Alessandra Meda

alessandra.meda@cibiexpo.it



Con il nostro marketplace vi diamo la possibilità di scoprire e assaggiare prodotti di qualità rara, a volte nuovi, spesso difficili da trovare. Vi arriveranno direttamente dal produttore, freschi e appena confezionati. Da tante regioni italiane diverse ma anche da altri paesi europei se davvero ne vale la pena!

Ogni produttore spedisce direttamente la merce. Questo garantirà a tutti i prodotti di arrivare nei tempi più brevi possibili, e quindi a voi di assaggiarli al meglio delle loro proprietà organolettiche e nutrizionali.



CiBi MARKETPLACE

UNO SPAZIO DEDICATO AI PRODOTTI DI ALCUNE DELLE PICCOLE REALTÀ DI CUI VI PARLIAMO OGNI GIORNO



DATTERI MEDJOUL



LA POLPA MORBIDA E DAL SAPORE
DECISO E AVVOLGENTE DI QUESTO FRUTTO
È RICCHISSIMA DI SALI MINERALI
IDEALI PER ABBASSARE IL COLESTEROLO.

NOTIZIE E INFORMAZIONI A PAG. 27 APRILE 2022