



Città
metropolitana
di Milano



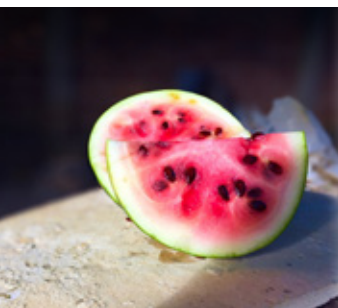
PARCO
AGRICOLO
SUD
MILANO

Arte e scienza del cibo

Periodico gratuito
Anno 10 - n 7-8
20 luglio 2022
www.cibiexpo.it



centro studi
anticontraffazione



Angurie e mini angurie

Hugo Vau e il mare



Le Bahamas

inrete
● ● Digital

Ascoltiamo. Definiamo. Raggiungiamo.

www.inretedigital.it

MONZA

Via Latera Destra Nobel, 49 – 20851 Lissone MB

MILANO

Via G. Fara, 35 – 20124 MI

ROMA

Piazza di Pietra, 31 – 00186 RM

EDITORIALE

Controversie metropolitane

Qualche giorno fa ho rischiato di essere travolta da un adulto spericolato che correva in bicicletta sul marciapiede, cosa vietata per legge. Non si è minimamente scusato. Anzi, era arrabbiatissimo, perché secondo lui la colpa del “passanticidio”, per mia fortuna scampato, sarebbe stata dello scarso numero delle piste ciclabili di Milano.

Anche le mie figlie girano in bici. Una pedala veloce ma, mi dice, è disciplinata: se sola, viaggia in strada; se ha la bambina a bordo, sale sul marciapiede. L'altra va piano, perché è prudente o fifona: fate voi. Una volta è stata superata da una ragazza in volata, sempre in bici, che l'ha caricata d'improperi, accusandola, pensate un po', di rallentare il traffico. E non parliamo dei micidiali monopattini elettrici –

spauracchio dei tassisti – che, in mancanza di targa, colpiscono e spariscono, lasciando eventuali danni a carico della vittima.

Insomma, la convivenza è difficile, ma la mancanza di educazione peggiora fenomeni che si potrebbero gestire con civiltà. In alternativa, dando ormai per scontato che il marciapiede non sia più di fatto un'infrastruttura riservata ai pedoni, forse la priorità oggi è costruire in fretta, oltre alle piste ciclabili, percorsi protetti per i passanti: trincee, cunicoli, steccati. Se guerra dev'essere, combattiamola almeno ad armi pari. ■

*Paola Chessa Pietroboni
direzione@cibiexpo.it*



Ben fatto	
Melanzane con il cioccolato	5
<i>di Giovanni Romano e Matteo Scirpoli</i>	
C'è del buono	
Il buono pasto diventa solidale	6
<i>a cura della redazione</i>	
Una nuova via per il vetro italiano	7
<i>di Anna Francioni</i>	
Ricerca e innovazione	
Nuove prospettive	8
<i>a cura della redazione</i>	
La tecnologia riduci-grassi	10
<i>di Paola Chessa Pietroboni</i>	
Gourmonde	
Le Bahamas	12
<i>di Alessandra Meda</i>	
Storia del cibo	
Le cotture in 4 elementi	14
<i>di Riccardo Vedovato</i>	
Protagonisti	
Hugo Vau e il mare	16
<i>di Marta Pietroboni</i>	
Segreti della spesa	
Angurie e mini angurie	19
<i>di Carolina Cusumano</i>	
Alimentazione e salute	
In estate il farmacista non va al mare	20
<i>di Alessandra Pasquali e Marta Pietroboni</i>	
Made in Italy	
Il miele	22
<i>di Daniela Mainini</i>	
Free from fake	
Parliamo di yogurt	23
<i>di Giorgio Donegani</i>	
Tendenze	
Xilitolo, diversamente	
zucchero	25
<i>di Marta Pietroboni</i>	
Levistico e lemongrass	27
<i>di Alessandra Meda</i>	
L'invasione dei cinghiali	28
<i>a cura della redazione</i>	
Il cavolfiore tutto da mangiare	29
<i>di Carolina Cusumano</i>	
Le schie	30
<i>di Chiara Caprettini</i>	
Dalla Basilicata, fagioli nichel free	31
<i>di Tiziana Mazzitelli</i>	

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.

Giorgio Donegani

Tecnologo esperto di educazione

alimentare, consigliere OTALL

(Ordine dei Tecnologi Alimentari

Lombardia e Liguria).

www.giorgiodonegani.it

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

Melanzane con il cioccolato

In dialetto napoletano "mulignana cu a ciucculata".

Dolce tipico preparato in tutta la Costiera Amalfitana

Piatto tipico campano, dall'accostamento particolare ma molto buono. Viene proposto durante il periodo estivo, in particolare a Ferragosto, quando le melanzane raggiungono la loro piena maturazione. È un dessert golosissimo che prevede l'utilizzo di una salsa al cioccolato, frutta candita e mandorle. Si pensa che gli inventori di questa prelibatezza siano stati i monaci di Atrani, comune in provincia di Salerno. In passato, alle melanzane fritte veniva abbinata una salsa con liquore al cioccolato a base di whisky o vodka, oggi sostituita con quella di cui vi parliamo. Vediamo insieme come preparare questo gustosissimo piatto.

Ingredienti (indicativamente per 5/6 porzioni)

- 1,2 kg di melanzane
- 550 ml di acqua
- 500 g di zucchero
- 200 g di cioccolato fondente
- 100 g di cacao amaro in polvere
- 100 g di mandorle in scaglie

- 100 g di pinoli
- 100 g di frutta candita (preferibilmente cedro)
- 50 g di farina 00

Per friggere:

- olio di semi di arachide

Preparazione

Lavare e asciugare le melanzane. Sbuciarle e tagliarle seguendo la lunghezza a fette spesse circa ½ cm. Cospargerle con il sale e lasciare che emettano l'amaro liquido di vegetazione per circa 2 ore. Nel frattempo, versare in un tegame lo zucchero e metà acqua. Portare a ebollizione avendo cura di mescolare fino a completo scioglimento dello zucchero. Cuocere per circa 15 minuti questo sciroppo prestando attenzione a non farlo caramellare. Aggiungere il cioccolato, precedentemente tritato, e mescolare finché sarà tutto sciolto. Setacciare il cacao in una ciotola – e aggiungere la restante parte dell'acqua – poi la farina e versarla a filo all'interno del

preparato senza formare grumi. Sul fuoco aggiungere allo sciroppo il composto di cacao e farina, mescolare fino a renderlo denso, poi spegnere la fiamma. Trascorse le 2 ore di riposo delle melanzane, passarle sotto acqua corrente e asciugarle con un panno in modo da poter procedere alla frittura in abbondante olio. A questo punto, prendere una pirofila e versare sul fondo la crema di cioccolato. Disporre le fette di melanzane una di fianco all'altra formando così un primo strato. Ricoprire di crema. Spolverare con pinoli, mandorle e cedro candito. Creare altri strati fino all'altezza desiderata. Terminare con la crema. Infornare in forno statico per 15 minuti a 100°. ■

Giovanni Romano e Matteo Scirpoli.
geofoodadvisor@gmail.com

Nelle foto: 1. gli ingredienti necessari per preparare le melanzane con il cioccolato; 2. il piatto finito e decorato.



I contatti della redazione

CiBi
Arte e scienza
del cibo
Periodico gratuito
Anno 10 - n 7-8
Milano
20 luglio 2022

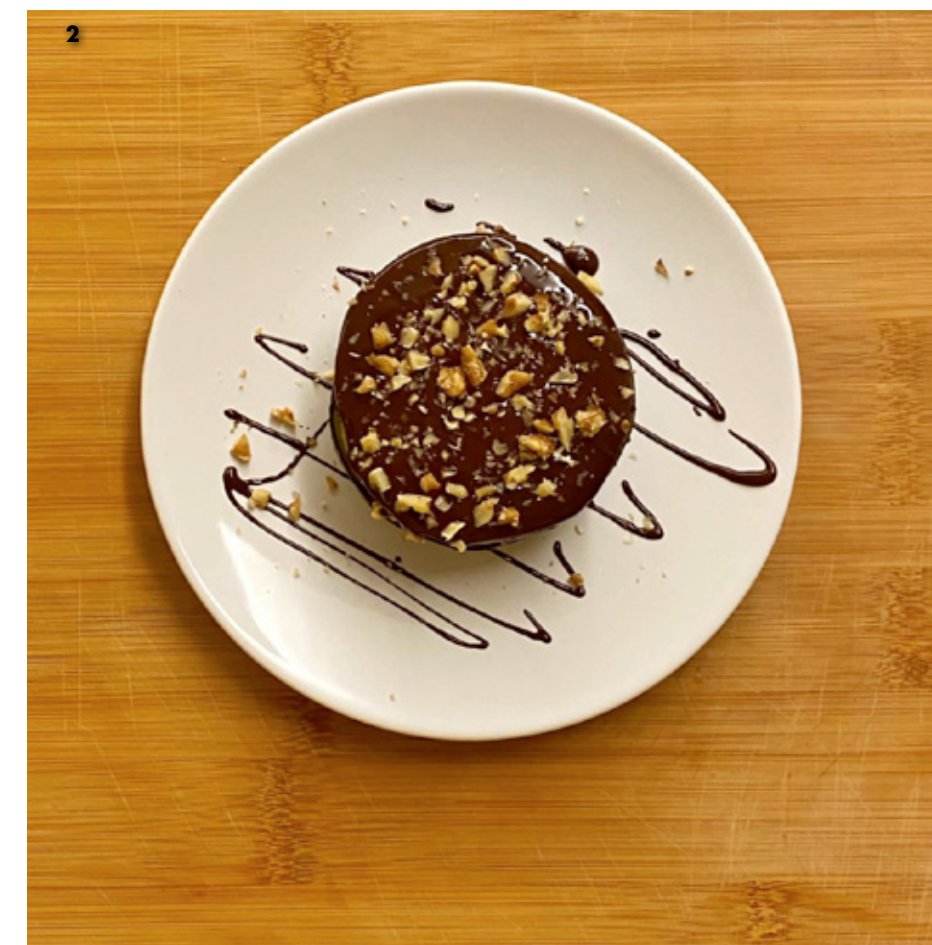
Direttore responsabile:
Paola Chessa Pietroboni
Redazione:
Alessandra Meda
alessandra.meda@cibiexpo.it
Giovanni Romano - giovanni.romano@cibiexpo.it
Marta Pietroboni - marta.pietroboni@cibiexpo.it

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 Sarcina - Storico della cucina
e dell'alimentazione - altopalato@altopalato.it
Illustratore: Libero Gozzini
info@gozzinilibero-illustratore.com
Collaboratore editoriale: Anna Francioni
Fotografo: Guido Valdata
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:
Denny Mendez, madrina
del progetto "Le radici
del Gusto".



Il buono pasto diventa solidale

Edenred Italia ed Enel lanciano #DONALASPESA, un nuovo progetto solidale in collaborazione con Banco Alimentare e Quomi, l'e-commerce della spesa online

Nasce #DONALASPESA, il programma realizzato per contrastare lo spreco di cibo recuperando le eccedenze alimentari in favore delle strutture caritative in Italia. Il tutto, coinvolgendo direttamente le lavoratrici e i lavoratori del gruppo energertico.

Come? L'idea è semplice, ma di grande efficacia: tutti i dipendenti Enel potranno utilizzare il proprio Ticket Restaurant ordinando prodotti alimentari sul sito di Quomi (azienda specializzata in servizi di spesa online) per poi farli recapitare a una delle sedi territoriali di Banco Alimentare, che, a sua volta, procederà a consegnarli a persone in maggior stato di bisogno.

L'obiettivo è sostenere Banco Alimentare nell'aiutare le fasce più deboli della popolazione, perseguendo gli obiettivi di Corporate Social Responsibility che accomunano Edenred Italia e Enel: così, se da un lato viene offerto un aiuto con-

creto a chi è in difficoltà, dall'altro viene promossa e incentivata la cultura della responsabilità sociale, contribuendo a evitare che il cibo venga sprecato.

«Questa iniziativa rappresenta una nuova sfida anche per noi», commenta Stefania Rausa, Direttore Marketing e Comunicazione di Edenred Italia.

«Sostenere realtà non-profit in Italia per il loro valore e operato è per noi motivo di grande orgoglio e soddisfazione. Siamo infatti da sempre impegnati nella semplificazione delle necessità di vita delle persone, così come da diverso tempo siamo in prima linea in progetti volti ad aiutare associazioni impegnate nelle opere solidali. Crediamo nel valore sociale del buono pasto: grazie al progetto #DONALASPESA, i dipendenti Enel potranno scegliere di destinare la spesa di Quomi presso Banco Alimentare, sostenendo così la comunità».

Questo progetto si inserisce nella visio-

ne generale di Edenred, che da oltre 40 anni opera per innovare il mondo del lavoro migliorando il benessere delle persone e la produttività delle aziende, generando al tempo stesso valore per il sistema economico locale e nazionale. Nato infatti come inventore di Ticket Restaurant®, il gruppo è oggi leader mondiale nelle soluzioni che innovano e semplificano la vita di chi lavora, contribuendo al benessere delle persone di ogni settore aziendale, con i suoi 50 milioni di beneficiari, 900.000 aziende ed enti pubblici clienti e 2 milioni di esercizi commerciali affiliati. ■

*La redazione
info@cibiexpo.it*

Nelle foto: a sinistra, un pacco alimentare pronto per essere consegnato; a destra, Stefania Rausa, di Edenred Italia.



Una nuova via per il vetro italiano

Unicità, originalità e lavoro di squadra: parole chiave della strategia indicata dal neo presidente di GIMAV, Associazione Italiana Fornitori Macchine ed Accessori per la Lavorazione del Vetro

Dino Zandonella Necca è il nuovo presidente, eletto dall'Assemblea Generale di GIMAV. Ingegnere, a capo di ADI Srl, membro del Board di Surfaces Group e già Presidente VITRUM dal 2015, succede all'ingegner Michele Gusti, che gli ha indirizzato parole di incoraggiamento e fiducia: «Faccio i miei migliori auguri all'amico e collega Dino Zandonella Necca, che sarà una guida eccellente per l'Associazione, così come lo è stato nel passato per la nostra fiera VITRUM. Sono certo che sarà animato dalla stessa volontà e dall'entusiasmo che hanno sempre caratterizzato GIMAV come un'Associazione dinamica e innovativa. Ha una grande esperienza internazionale, per cui sono sicuro otterrà i risultati che immaginiamo e, in ogni caso, noi saremo sempre presenti per supportarlo, anche nei momenti di difficoltà».

Il neo presidente sarà in carica fino

al 2026 e, nel suo primo discorso, ha sottolineato l'importanza di rafforzare le dinamiche industriali del Settore: «Sono grato agli Associati che hanno deciso di attribuirmi l'onore di guidare GIMAV. Cercherò di essere all'altezza del compito di proseguire l'opera di ammodernamento intrapresa con la guida di Michele Gusti. Ritengo che l'Associazione svolga un ruolo fondamentale nella promozione e difesa degli interessi del nostro comparto e dell'intera filiera del vetro italiano, l'unica al mondo che può attingere direttamente alle origini che ne hanno creato e sviluppato storia, tradizione e cultura uniche. Storia e cultura reinterpretate e declinate dalla sensibilità artistica contemporanea dei mastri vetrai e proiettate nel futuro dalle più avanzate tecnologie per la lavorazione del vetro». Zandonella Necca ha proseguito insistendo sui concetti di

“unicità” e “originalità”: «È su queste caratteristiche che dobbiamo puntare per valorizzare a livello internazionale il vetro italiano. Ciò che ci proponiamo di fare anche attraverso “The Italian Glass Weeks”, l'evento che avrà luogo a settembre».

Infine, facendo riferimento al presidente uscente, ai vicepresidenti e ai consiglieri neo eletti, ha insistito sul lavoro di squadra: «Su una strada complessa non si può camminare da soli; per questo ho chiesto di affiancarmi a persone che reputo estremamente competenti e di valore, che, sono certo, daranno un contributo attivo all'Associazione». ■

*La redazione
info@cibiexpo.it*

Nella foto sotto: una delle diverse fasi della lavorazione del vetro.



THE ITALIAN GLASS WEEKS

Nata dalla fusione di Vision Milan Glass Week e The Venice Glass Week, THE ITALIAN GLASS WEEKS costituisce la più importante manifestazione che l'Italia dedica a tutte le forme e lavorazioni del vetro industriale e artistico: alla sua prima edizione nell'Anno Internazionale del Vetro promosso dalle Nazioni Unite, l'iniziativa ospiterà infatti oltre 250 eventi tra Milano e Venezia, a partire dal 10 settembre 2022 (10-17 a Milano e 17-25 a Venezia).

THE ITALIAN
GLASS
WEEKS
MILAN VENICE
10-17 17-25
SEPTEMBER 2022

Nuove prospettive

Vediamo come si inserisce l'agricoltura, e in particolare quella metropolitana, negli obiettivi dell'Unione europea e in quelli del nostro Paese

Quali sono le finalità del Green Deal (Patto Verde) dell'UE e della strategia Farm to Fork (dal produttore al consumatore), il piano decennale messo a punto dalla Commissione per realizzare un sistema alimentare equo, sano e rispettoso dell'ambiente?

Al convegno del 21 giugno 2022 "Obiettivi per l'agricoltura e lo sviluppo rurale metropolitano nel prossimo decennio" abbiamo ascoltato la relazione del professor Angelo Frascarelli, presidente dell'ISMEA (Istituto di Servizi per il Mercato Agricolo Alimentare).

Abbiamo riassunto la sua relazione.

L'agricoltura si deve occupare di 4 Effe: Feed, Food, Fiber, Fuel (mangime, alimento, fibra e carburante).

Oggi il tema è particolarmente importante, perché nel mondo agricolo italiano, a livello politico oltre che scientifico, c'è una forte contrapposizione. Bisogna far prevalere la produzione di cibo, l'ambiente o l'energia?

Si sente dire che la "Farm to Fork" è la rovina dell'agricoltura. Che adesso non

si deve pensare all'ambiente ma al cibo.

In realtà, vediamo che siccità e cambiamento climatico non mollano. Cibo, ambiente ed energia sono 3 obiettivi fondamentali e devono procedere insieme. I consumi alimentari nel mondo aumentano in maniera costante, ma la produzione, grazie agli agricoltori e al progresso tecnico, cammina di pari passo.

Allora possiamo star sereni?

Dobbiamo stare attenti ai fattori strutturali. Tra questi: l'aumento dei consumi, costante e impressionante; il cambiamento climatico che genera incertezze e volatilità; l'aumento del fabbisogno energetico mondiale. L'obiettivo Farm to Fork è molto semplice: neutralità climatica nel 2050. Oggi stiamo incidendo negativamente sull'ambiente, sul clima, sul globo.

Cosa si deve fare per raggiungere la neutralità climatica?

La Farm to Fork attribuisce un ruolo fondamentale al consumo sostenibile. Questa strategia raccomanda di ridur-

re del 50% l'uso di agrofarmaci entro il 2030; di agire sulle concimazioni, oggi con un'efficienza bassissima. Possiamo ridurre della metà gli antibiotici e raggiungere il 25% di agricoltura biologica. Ma si teme che, così facendo, cali la produzione, aumentino i costi, diminuiscano le esportazioni (noi come Europa siamo esportatori netti) e aumentino le importazioni, peggiorino il deficit alimentare e i prezzi per il consumatore. Allora, perché farlo?

Ma sono veri questi numeri?

Gli studi dicono che, se noi applichiamo questa strategia all'agricoltura di oggi, senza cambiare nulla, andiamo incontro ai citati effetti negativi. Ma non è così se guardiamo all'agricoltura in divenire: tra 10 anni non sarà quella di oggi. Per quanto riguarda, ad esempio, la riduzione degli antibiotici, gli amici veterinari dicono che, se invece di darli in maniera diffusa a tutti, si curassero solo gli animali che stanno male, non sarebbe un problema ridurli del 50%. L'Italia in Europa è il secondo Paese per il loro

utilizzo. Possiamo raggiungere questi obiettivi con un'evoluzione. Per inciso, gli agrofarmaci già li stiamo riducendo, e già stiamo migliorando sul fronte dell'energia rinnovabile.

Dobbiamo pensare che, da qui a 10 anni, ci saranno talmente tante innovazioni che raggiungeremo gli obiettivi della Farm to Fork, qualcuno prima e qualcuno dopo, mantenendo la produzione e non riducendo il nostro export agroalimentare.

La vera vincitrice di questa strategia è l'agricoltura biologica. Unica pecca: probabilmente, il consumatore dovrà pagare qualcosa in più.

Che cos'è l'agricoltura metropolitana?

Un sistema alimentare sostenibile deve garantire alle persone un approvvigionamento sufficiente, diversificato, di alimenti sicuri, nutrienti, economicamente accettabili e accessibili in qualunque momento, anche in tempi di crisi. Ecco qual è il ruolo della produzione locale, dalla quale non si può prescindere per affrontare il futuro,

con le comunità che mettono in relazione città e campagna. E non si tratta di coltivare l'idea della sovranità alimentare, che per l'Italia sarebbe una catastrofe; noi dobbiamo esportare e, in alcuni casi, importare.

Dunque, l'agricoltura è cambiata?

E cambierà ancora. Siamo passati da quella tradizionale degli anni Cinquanta a quella industriale, poi all'agricoltura multifunzionale. In questo senso, la Lombardia è la terza regione italiana per integrazione tra città e campagna. Il modello a cui tendere è l'agricoltura "smart": sostenibile (parola con molti ambiti d'applicazione: ambiente, energie rinnovabili, benessere animale, economia circolare) e attenta alla salute.

Come si ottiene tutto questo? Non certo con l'agricoltura del nonno.

L'innovazione significa tante cose: il digitale, la robotica, gli NBT (New Breeding Techniques, cioè nuove tecniche di miglioramento genetico), non gli OGM che sono morti e sepolti, la

blockchain, l'innovazione organizzativa (l'agricoltura periurbana è innovazione organizzativa).

In conclusione: cibo, energia e ambiente sono 3 obiettivi che devono camminare insieme. Però c'è una graduatoria: al primo posto, il cibo. ■

*La redazione
info@cibiexpo.it*

Uno sguardo al futuro

L'Italia e l'Europa non hanno alcun problema alimentare. Noi siamo grandi esportatori di alimentare nel mondo, l'UE (a 27 Paesi) più degli Stati Uniti. Ma dobbiamo aiutare anche l'Africa e il sud-est asiatico; quindi bisogna davvero produrre di più. L'agricoltura nei prossimi anni avrà un ruolo importantissimo.

**Nelle foto in queste due pagine:
a sinistra, un'azienda agricola;
qui sotto, un impianto fotovoltaico.**



La tecnologia riduci-grassi

Oggi per il trattamento dei grassi si ricorre in modo significativo alla tecnologia, anche se è un iter meno evoluto rispetto a quello sviluppato per proteine e carboidrati

I cosiddetti macronutrienti sono carboidrati, proteine e grassi. Mentre per i primi due le proposte tecnologicamente innovative sono da tempo all'ordine del giorno – glucidi a basso tenore di zuccheri, proteine alternative di origine vegetale, come il pisello o la soia, oppure cell-based, cioè prelevate da tessuto animale da cui estrarre cellule riprogrammabili per ottenere il prodotto desiderato – anche i grassi, parte integrante di qualsiasi cibo, sono oggi al centro di molte ricerche foodtech. La loro composizione è molto varia, perché provengono da un ampio assortimento di piante e animali (pesce compreso).

La grande attenzione che attualmente si presta ai grassi è dovuta all'idea ormai consolidata che sia opportuno limitare la loro presenza nella dieta. Il problema principale consiste nel fatto che hanno più del doppio delle calorie dei carboidrati e delle proteine (9 calorie per 1 grammo di grassi contro 4 calorie per 1 grammo di carboidrati o proteine) e contribuiscono all'obesità. Per esempio, la Nestlé, potente ma discussa multinazionale svizzera attiva nel settore alimentare, utilizza 3 tecnologie per la riduzione dei grassi nei suoi prodotti: acidificazione, cristallizzazione e micro-aerazione. In che cosa consistono? Cominciamo

con l'acidificazione: aggiungendo semplicemente succo di limone, e cioè applicando un principio simile a quello utilizzato nella produzione dello yogurt, si ottiene una riduzione dei grassi del 50%. Gli acidificanti usati con questo obiettivo sono per la maggior parte organici, soprattutto acido citrico e acido malico.

Il primo è presente in alcuni frutti, nel limone innanzitutto, e in tuberi, come le patate, o in verdure, come i pomodori. È il più importante per l'industria alimentare in ragione della sua facile disponibilità e del prezzo contenuto. Si calcola che l'80% circa degli acidificanti usati nei cibi sia costituito da acido

citrico. L'altro, l'acido malico, si trova nelle mele, nell'uva e nel vino.

Proseguiamo con la cristallizzazione: è possibile ridurre del 30% i grassi saturi (quelli che rischiano di aumentare i livelli del colesterolo cosiddetto cattivo, o LDL, nel sangue) tramite un processo di fissazione degli stessi, che permette di trattenere gli olii all'interno del prodotto mantenendone però la cremosità o la croccantezza.

Per finire, il processo di micro-aerazione: in questo modo si trasformano le particelle di grasso in piccole bolle che consentono una riduzione dell'apporto calorico del 15%.

In queste pagine, due elementi chiave della tecnologia riduci-grassi: a sinistra, i limoni, da cui viene estratto l'acidificante alimentare; qui sotto, invece, le bolle in cui vengono trasformate le particelle di grasso, attraverso il processo di micro-aerazione.

L'incapsulazione Givaudan

Un cenno anche alla tecnologia di micro-incapsulazione dei grassi annunciata dall'azienda svizzera Givaudan – leader per l'innovazione nel settore del Food and Beverage – destinata al mercato in continua espansione del plant-based (alimenti a base vegetale). È stata comunicata in occasione dell'annuale "Givaudan's Chef's Council" del novembre 2021 a Londra, ma non sono ancora stati forniti

dettagli sulla tecnologia, che dovrebbe permettere di ridurre del 75% il contenuto lipidico (cioè dei grassi) e del 30% quello calorico dei plant-based, senza comprometterne gusto, aspetto e consistenza.

Cubiq Foods e i prodotti a base vegetale

È una giovane azienda spagnola, fondata nel dicembre del 2018, che fa ricerca e innovazione per rispondere alle esigenze delle industrie che si stanno impegnando per produrre cibi più sani. Anche questo gruppo si rivolge in modo particolare al mercato del plant-based, ma non solamente. La tecnologia sviluppata dalla startup utilizza la coltura cellulare e la gelificazione dell'emulsione acqua/grassi (la gelificazione negli alimenti è definita come il processo in cui il liquido viene convertito in gel, ndr) per realizzare olii salutari, ricchi di omega 3, che possono essere usati in sostituzione dei grassi saturi di origine animale.

Per ottenere gel o prodotti contenenti gel si utilizzano diverse proteine. La gelificazione è un processo di base

nella lavorazione di vari alimenti: gel di latte, di articoli a base di carne e pesce, gelatine di frutta, impasti di pane, ripieni di torte e dolci, albume d'uovo coagulato e altri.

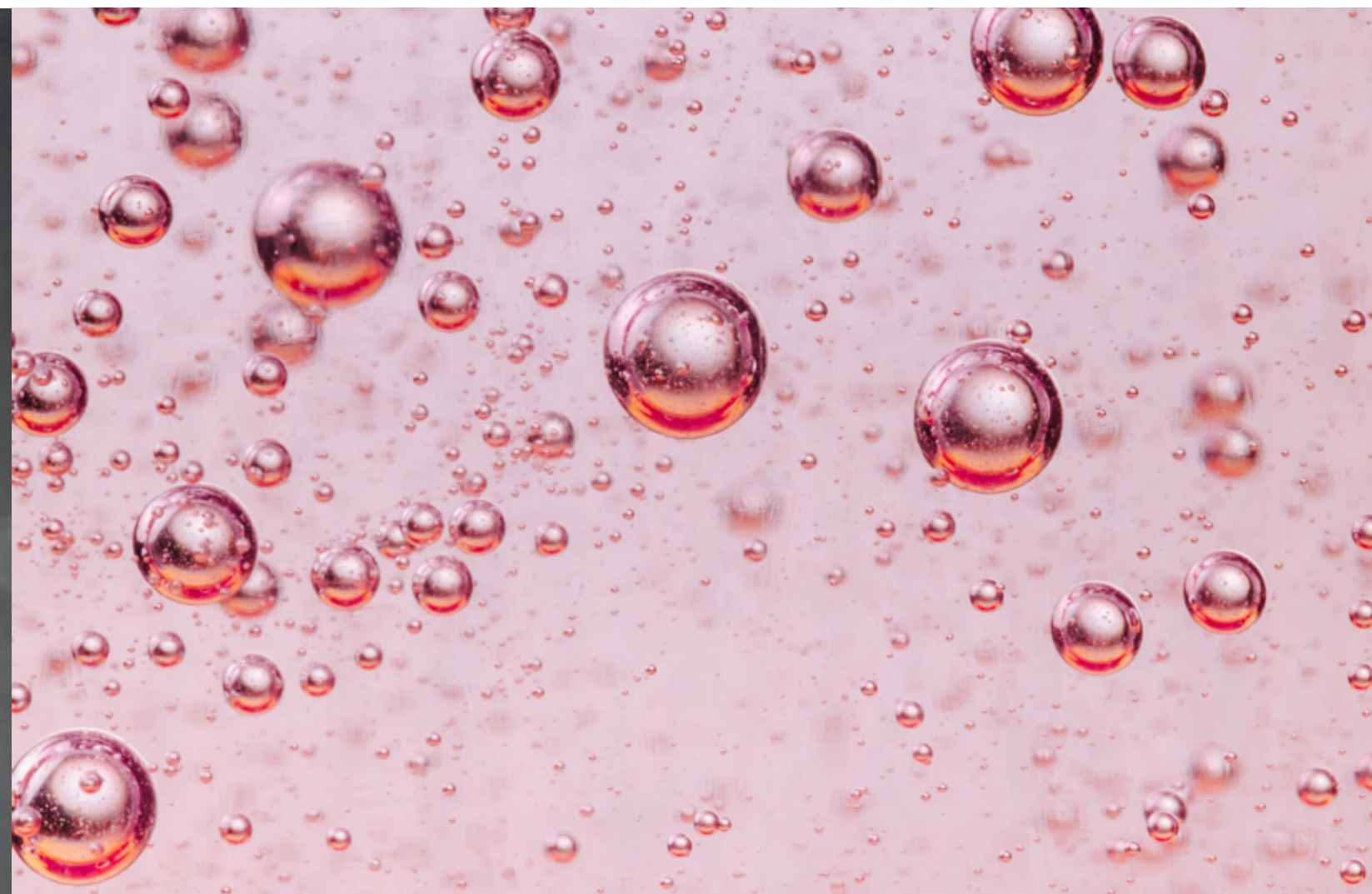
Peace of Meat

L'azienda belga "Pace della carne", infine, sviluppa grassi animali tramite coltivazione cellulare.

Partendo da una singola cellula di fegato d'anatra, la startup ha ottenuto 20 grammi di grasso, prodotto che è stato presentato al pubblico nel marzo del 2022. Solo un primo passo, come dichiara la società, che si propone di arrivare a 10.000 tonnellate nel prossimo decennio per entrare nel mercato B2B dei grassi animali a uso industriale. B2B è l'acronimo di Business-to-Business, transazioni commerciali tra imprese, mentre B2C, Business-to-Consumer, descrive quelle che intercorrono tra imprese e consumatori.

Tutto molto interessante, ma serviranno ingenti capitali da investire. ■

Paola Chessa Pietroboni
direzione@cibiexpo.it



Le Bahamas

L'estate si avvicina e noi abbiamo deciso di raggiungere il meraviglioso arcipelago corallino delle Bahamas nell'Oceano Atlantico

In queste isole paradisiache possiamo trovare un'offerta gastronomica caratterizzata da una riuscita combinazione di tradizione e innovazione. Pesce e frutti sono i protagonisti indiscussi.

Sveglia! È ora di alzarsi!

Il risveglio è spesso accompagnato dai fiocchi d'avena che, uniti all'acqua bollente, si addensano fino a diventare una crema. Questo piatto è molto diffuso nelle isole fin dal tempo della colonizzazione inglese. Oggi vengono serviti con gamberetti e carne.

A tavola! È pronto!

A pranzo e a cena, tra i piatti tradizionali, troviamo il *conch*, strombo in italiano, un mollusco dalla carne soda che può essere consumato in svariati modi. Si serve crudo, all'insegna della freschezza, con spezie e lime. In alternativa, possiamo friggerlo come delle frittelle o cuocerlo al vapore. Alcuni amano aggiungerlo

a zuppe e stufati. Un piatto dall'indiscussa popolarità è la *conch salad*, una insalata realizzata con la polpa soda del mollusco, lime, succo d'arancia e di limone, pomodori, peperoni e peperoncini. Amatissima la *rock lobster*, una specie di aragosta tipica dell'arcipelago delle Bahamas: viene cotta al vapore e aggiunta alle insalate, oppure alla griglia, accompagnata da un plateau di verdure. Popolarissimo il *pagro al horno*, un pesce preparato con semplici ingredienti quali: cipolla, burro, spezie e passata di pomodoro. Rimanendo in ambito seafood, sono buonissimi i gamberi ripieni, *stuffed shrimp*, con peperoni, polpa d'aragosta e di granchio, un trito di cipolla, aglio saltato in padella con vino bianco e brodo di pesce. I gamberi ripieni vengono poi arrotolati nella pancetta, cotti in padella e gustati con una deliziosa salsa a base di panna, brodo di aragosta e vino bianco. Tipici dei pranzi bahamiani sono i granchi di terra al vapore, *cangrejos*

de tierra. Da non dimenticare il piatto unico: *fish n grits*, pesce cotto abbinato a polenta di mais, e il pesce in umido con prezzemolo, cipolle, pomodori e spezie. Indubbiamente, questa cucina dà il meglio di sé nei piatti di pesce, ma vale la pena citare il *pepperpot*: si tratta di una antica preparazione precolombiana che si cucina stufando pezzi di carne di manzo, maiale o pecora con cassaripa, una salsa a base di cassava, peperoncino e aggiunta di cannella. Esiste anche la zuppa *pepperpot soup*, con carne di manzo o di maiale, gombo, foglie di callaloo, patate e cavoli cotti in latte di cocco. I piatti di carne sono quasi sempre serviti con piselli, riso e fagioli, le *alubias*. Queste sono molto diffuse e la tradizione le vede servite con svariato spezie. Amatissimo in tutti i Caraibi, il *callaloo* è un piatto a base di una verdura (il callaloo appunto) simile agli spinaci che viene stufata con frutti di mare, carne di



maiale, melanzane, cipolle, pomodori, latte di cocco, aglio e spezie.

Auguri! I piatti della festa

Portata speciale dei fine settimana è la zuppa *souse*, delizia tipica delle Bahamas. Viene preparata con acqua, lime, cipolle, sedano, peperoni e carne: pollo, collo di pecora, osso di manzo oppure zampe di maiale.

Durante il Festival di Natale di Junkanoo, si preparano piatti a base di conchiglia, maiale all'aglio, pepe e prosciutto. Oltre al rum e ai vini, sono moltissimi i drink che accompagnano i piatti natalizi: l'*acetosa*, una bevanda erbacea, il *falernum*, un liquore a base di mandorla, zenzero, lime e chiodi di garofano, e lo *shandy*, 50% birra e 50% limonata.

Zibaldone delle curiosità

Lo Street Food ha ormai raggiunto una certa popolarità. Un esempio, piuttosto

interessante, è quello di Arawak Cay, un quartiere popolare di Nassau, dove troviamo chioschi e chiringuiti, bizzarri, pittoreschi, pieni di vivacità e di colori, che offrono pollo al mais grigliato e diverse specialità: il *conch burger*, polpa trita di conch alla griglia, servita come un hamburger; le *conch fritters*, frittelle di conchiglie accompagnate da diverse salse.

Concludiamo il nostro viaggio goloso citando alcune bevande. L'associazione con il rum è immediata. Rinomatissima è la John Watling's Distillery di Nassau, dove si può degustare il *John Watling* puro o in piacevoli cocktail. Tra questi, uno molto popolare è il *Bahama Mama*, rum ambrato, rum al cocco, granatina, succo di arancia e di ananas. Molto amata è la *kalik*, una birra di produzione locale disponibile in 5 versioni. La *standard* con una gradazione alcolica di circa 5°, la *kalik light* più leggera,

la *kalik gold*, una lager più strutturata e prodotta in edizione limitata, lanciata per il 500° anniversario dello sbarco di Cristoforo Colombo. Le referenze più recenti sono la *kalik lime* e la *radler*, birra e succo di limone a bassissima gradazione alcolica. Tra le bevande più dissetanti possiamo sorseggiare lo *switcher* con il lime. Troviamo anche diversi drink, leggermente alcolici, come i *punch goombay* e *junkanoo*, realizzati con frutta, champagne e ginger beer. ■

Alessandra Meda
alessandra.meda@cibiexpo.it

Nelle foto in queste due pagine:
1. un chiosco in cui gustare le specialità tradizionali delle Bahamas;
2. gli *stuffed shrimp*, ovvero i gamberi ripieni; 3. la *rock lobster*, aragosta tipica dell'arcipelago caraibico.
Si ringrazia Open Mind Consulting per la collaborazione.



Le cotture in 4 elementi

Protagonista dell'ultima puntata: l'aria. Ci sono principalmente due modi per "usarla": cuocere al vapore e affumicare

Qualcuno potrebbe giustamente obiettare che né nell'uno né nell'altro caso stiamo usando, di fatto, l'aria vera e propria, quella che respiriamo ogni giorno; il vapore (acqueo) è lo stato che l'acqua assume tra i 100 e i 374 C° circa, mentre quando si parla di "fumo" si tratta di microparticelle disperse in un gas (e attenti: vapore e gas non sono la stessa cosa, ma questa è un'altra storia).

Ma dato che "elemento aeriforme" suona male, mi sono avvalso di una licenza poetica per infilare sotto l'ombrello dell'elemento "aria" gli intermediari vapore e fumo, che trasferiscono il calore al cibo, nel magico processo della cottura.

Se volessimo tirare in ballo il nostro buon Claude Lévi-Strauss e farci prestare ancora una volta gli strumenti dello strutturalismo antropologico (corrente di pensiero che si è sviluppata a partire dagli anni Cinquan-

ta grazie alle sue intuizioni e che tenta di spiegare il reale utilizzando principi teorici provenienti da ambiti di sapere eterogenei), potremmo notare un'altra coppia di opposizione secco-umido all'interno dell'elemento aria: cottura al vapore-umido, affumicatura-secco.

La prima è la diretta conseguenza della protagonista della scorsa puntata: la bollitura. L'acqua che bolle, infatti, produce vapore, e già diversi millenni fa i nostri antenati avevano elaborato modi per servirsene in cucina. In Cina, nella Valle dello Huang He, il Fiume Giallo, sono stati ritrovati reperti di vasi in terracotta per la cottura al vapore datati ben 7000 anni fa. In Sardegna, in base ai reperti archeologici, sembra che la civiltà nuragica utilizzasse questo tipo di trattamento del cibo già nell'età del bronzo (3300 a.C. – 1200 a.C.). Lo strumento vapore sembra aver preso

più piede in Asia che non nel resto del mondo. Lo testimoniano non solo la grande varietà di pietanze cucinate tramite questo processo, per esempio il *mantou* (pane al vapore) e il *dim sum* – termine ombrello che raccoglie un gran numero di piccole preparazioni come i *gyoza* (i nostri "ravioli") in Cina; i *mochi* (a base di riso glutinoso cotto al vapore) in Giappone; o i *gyeran-jjim* (cremose uova al vapore) in Corea – ma anche i numerosi piatti a base di carne, pesce, verdure, riso o crostacei. Ma forse possiamo andare ancora più a fondo nel comprendere l'importanza che il vapore assume nelle culture dell'Asia se ci soffermiamo sulla parola "energia": in cinese *qi*, *ki* in giapponese, *gi* in coreano e *khí* in vietnamita; l'ideogramma di riferimento è sempre 氣. Guardandolo con attenzione, si riesce a intravedere ciò che raffigura: il vapore che si alza dal riso appena cotto

come "aria", "vapore", "respiro", "energia vitale". Il termine è centrale in molte arti marziali come l'*aikido* giapponese e il *qigong* cinese o di pratiche come il nipponico *reiki* e nei sistemi medici dell'Estremo Oriente.

Più ci spostiamo a Ovest, invece, più ci accorgiamo che a essere diffusa è la seconda protagonista di oggi: non meno antica della sua gemella uguale e contraria, l'affumicatura ci porta a ragionare su un piano diverso, più materiale, che ben si concilia con lo "spirito occidentale": la conservazione e l'accumulo delle risorse. A differenza della cottura al vapore, infatti, affumicare un alimento lo predispone anche a essere conservato a lungo senza rischiare che si contaminino e vada a male, conferendogli inoltre un sapore particolare rispetto a una semplice essiccazione. Carne e pesce affumicati o essiccati sono

pietanze largamente diffuse nei Paesi nordici, da cui abbiamo preso, aggiustandolo, il nome "stoccafisso": dall'olandese *stocvisch*, letteralmente *stoc* (bastone) e *visch* (pesce), e cioè il pesce che veniva essiccato all'aria appeso agli appositi bastoni. Ma dobbiamo ricordare che l'affumicatura non è una pratica relegata all'Occidente né rientra nei confini del cibo vero e proprio: oltre a essere il modo preferito di trattare il pesce nella maggior parte delle nazioni africane, che affumicano circa l'80% del proprio raccolto ittico, e a essere stata per lungo tempo praticata da molte tribù native dell'America settentrionale e meridionale e nello stesso Oriente, l'affumicatura arricchisce anche altri ambiti gastronomici: ricordo la torba che, bruciando, insaporisce il malto destinato alla distillazione dello scotch whisky o delle birre; o spezie come

la paprika, peperoncini come i *chipotles* – che altro non sono se non *jalapeños* (peperoncini messicani) – e persino tè come il *Lapsang Souchong*, le cui foglie vengono, secondo il metodo tradizionale, essiccate tra i fumi del legno di pino rosso taiwanese.

Si conclude così questo nostro breve viaggio attraverso i 4 elementi nella storia culturale delle cotture. Viaggio durante il quale abbiamo accarezzato la superficie di quell'immenso, sconfinato mare che porta il nome di storia del cibo. ■

Riccardo Vedovato
riccardo.vedovato1994@gmail.com

Le immagini di queste pagine sono state realizzate da Libero Gozzini, illustratore con una lunga carriera nella pubblicità e in editoria.



Hugo Vau e il mare

La storia dell'abbraccio tra l'uomo che per primo ha surfato Big Mama, l'onda gigante di Nazaré, e le acque

«Da piccolino, a 6 o 7 anni, ho iniziato a sentire un'attrazione molto forte per il mare. I miei genitori non capivano bene, dal momento che nessuno in famiglia era un appassionato: non c'erano velisti, pescatori, nuotatori. Si trattava di un'attrazione pura». Ma, attenti alla passione di Hugo, i suoi lo iscrissero presto in piscina. D'estate lo portavano in spiaggia in Algarve e, nei fine settimana invernali, a Caparica, più vicina a Lisbona. «Succedeva allora che io passassi anche 3 o 4 ore di fila in acqua, nell'oceano, freddo. A 17 anni sono riuscito a comprare la mia prima tavola da surf; allora, le tavole erano costose e il surf non ancora popolare; oggi è diverso. L'inizio della mia storia da surfista è strano: la cosa più importante per me era stare nell'acqua. I miei genitori anni prima mi avevano detto che avrebbero potuto comprarmi solo una tavola da bodyboard (sport di scivolamento sull'acqua, ndr). Mi andava bene lo stesso? Ho detto subito

di sì, perché quello che mi interessava non era tanto surfare, quanto stare a contatto con l'oceano. Ho sempre trovato il bodyboard un bellissimo sport: si sente l'acqua, ci si rafforza».

Cos'è successo dopo? Anch'io adoro Caparica, il bodyboard, e quindi sono curiosissima di sapere quando e come c'è stata la svolta!

Insegnavo in una scuola, avevo poco più di vent'anni e lo trovavo un lavoro fantastico. Ero vicino al mare, avevo a che fare con i bambini e vacanze lunghe in cui potevo surfare. In quegli anni andavo meno a Caparica e più spesso a Baleal, vicino a Peniche, dove le onde erano più alte e importanti. In quel periodo è morta mia mamma, evento ovviamente tristissimo e che mi ha fatto riflettere su tutta la mia esistenza. Pensavo che, avendo tutti noi molte opportunità ma una vita sola, avrei dovuto seguire la mia passione

e fare quello che più mi piaceva: passare il tempo in mare. Lavorare a scuola era bellissimo, ma decisi di cambiare totalmente: prendere la tavola da surf e trascorrere le giornate sull'oceano.

Come hai fatto ad affrontare questo cambiamento? Come ti mantenevi, all'inizio, quando ancora non eri famoso, senza più un lavoro tradizionale?

Facevo una vita essenziale, in una casa mobile, un caravan, in cui tenevo il mio materiale da surf e anche gli strumenti per la pesca sottomarina, un'attività complementare che mi permetteva di sostentarmi: vendevo il pesce che pescavo, i frutti di mare. Non ero una persona ricca, ma avevo una vita ricca, ahahaha

Tu devi allenarti per fare surf o no?

Io penso che il miglior allenamento sia stare in mare, stare nella natura. Andare in barca,

In queste pagine:
1. e 2. Hugo Vau in mare, a Nazaré (Portogallo);
3. la copertina del libro scritto insieme a Fabio Pozzo (Ed. TEA);
4. Hugo mentre surfa Big Mama, l'onda gigante;
5. con l'amico surfista Alex Botelho;
6. ancora a Nazaré;
7. con la moglie Joana.

fare caccia subacquea o surf sono attività molto faticose, che temprano. Chilometri e chilometri da solo, tutti i giorni, per preparare il fisico e lo spirito. Ho respirato varie volte la sensazione di essere piccolino, un punto nell'Atlantico, nell'immensità che è l'oceano.

È un bel messaggio "al contrario". Adesso mi sembra che ognuno di noi faccia mille cose per avere una vita soddisfacente. Tu proponi invece di impegnarsi in un'unica cosa, che piace, capace di dare con le sue sfaccettature un senso di completezza.

Sì... è difficile, eh! Quando ho iniziato questa vita, circa 20 anni fa – ora ne ho 44 – era tutto diverso. Non esistevano i telefonini, gli stimoli erano molti meno... Era totalmente differente il rapporto con il creato; oggi è in atto un processo di progressivo allontanamento degli esseri uma-

ni dalla natura, con la conseguenza che tanti ne hanno addirittura paura e non sviluppano la giusta attenzione ambientale.

Ecco, da questo punto di vista in che cosa consiste il tuo progetto di tutela oceanica? Che cosa hai fatto o stai facendo?

Ho cercato di passare alle persone che lavorano in mare, come i pescatori, il sentimento di amore che provo, per generare una relazione differente, improntata sul rispetto e la tutela ambientale. Ovviamente parlo dei piccoli o medi pescatori, non di realtà industriali, perché vivo nelle Azzorre. Lì ho spinti a riflettere sulle quantità di rifiuti che ogni giorno buttano in acqua, invitandoli a fare invece dei sacchetti degli scarti prodotti durante le loro giornate e a portarli a riva. All'inizio mi dicevano che tanto gli scarti finivano sul fondo del mare e nessuno li vedeva, ma poi hanno capito,

hanno cambiato le loro abitudini, diventando a loro volta paladini di questa nuova coscienza. Il progetto, quindi, in fondo non è altro che un tentativo di sensibilizzazione. Attività analoghe mi capita di farle con i bambini.

Mah... mi hai chiesto di tutto tranne del libro che ho scritto dedicato alla "mia" onda gigante!!

Hai ragione! Sto leggendo, affascinatissima, di Big Mama e della tua impresa. Sono certa che tantissimi ti conoscano per aver surfato quell'onda... e lascerai agli altri la curiosità di leggere il libro, perché il racconto merita più delle 2 pagine ora a disposizione. Trovo il tuo messaggio molto spontaneo, reale e quindi forte. ■

Marta Pietroboni
 marta.pietroboni@cibiexpo.it



© DANIEL ESPRITO SANTO



© DANIEL ESPRITO SANTO



© LUCA TOZZI



© RICARDO BRANCO



© JOANA POIVRE

Angurie e mini angurie

In qualunque formato le preferiate, restano il frutto dell'estate per antonomasia

Nei mesi estivi, alcune tradizioni ricorrono puntualmente per ognuno di noi: stessa spiaggia, stesso mare e, se si tratta di cibo, solita fetta di anguria! La chiamano così nel Nord Italia e in Sardegna; nelle regioni centrali diviene "cocomero" e, al Sud, melone d'acqua. Ma non è di origine nostrana. Sembra che la pianta sia nativa dell'Africa: si è scoperto che compare in alcuni geroglifici dell'antico Egitto. Il frutto è composto al 90 % d'acqua e, nonostante il sapore dolce, ha pochissime calorie.

È ricco di proprietà benefiche: la polpa contiene le vitamine A e C, oltre a sali minerali quali potassio, fosforo e magnesio, utilissimi per contrastare il senso di spossatezza causato dal caldo. Inoltre, sempre grazie alla vitamina C e al potassio, svolge un'importante azione diuretica e depurativa, favorendo in maniera naturale l'eliminazione delle tossine, della ritenzione

dei liquidi e del gonfiore alle gambe. Il colore rosso dell'anguria è conferito dal licopene, sostanza antiossidante presente anche nei pomodori, che agisce contro i radicali liberi e combatte l'invecchiamento cellulare. È particolarmente ricca di citrullina, un amminoacido che riduce i livelli di colesterolo nel sangue, assicura l'equilibrio della pressione e mantiene elastiche le pareti arteriose, prevenendo quindi l'ipertensione e le malattie cardiache. Ultimamente è arrivata sul mercato, ed è sempre più richiesta, la varietà mini, che raggiunge al massimo i 2 o 3 chili di peso.

Buone notizie quindi per i single, che non saranno più costretti a consumare da soli i 20 chili del frutto standard, o per chi è particolarmente attento agli sprechi; le varietà grandi, infatti, non solo sono più complicate da trasportare, ma anche molto più difficili da conservare, in quanto si mantengo-

no fresche solo per pochi giorni.

Le baby angurie si contraddistinguono, oltre che per le dimensioni ridotte, per il loro sapore più dolce e per una consistenza molto croccante.

Qualche consiglio per scegliere bene la mini anguria. In primo luogo, occorre osservare il picciolo, che deve essere umido; la secchezza non è infatti un buon segno. Inoltre, la buccia del frutto deve essere opaca: quella troppo lucida è sintomo di maturazione insufficiente.

Infine, finché è intera si può conservare a temperatura ambiente. Invece, dopo che è stata tagliata, è necessario metterla in frigorifero coprendola con la pellicola. ■

Carolina Cusumano
carolinacusumano@hotmail.com

Sotto, una mini anguria tagliata, pronta per essere gustata.

inrete

Relazioni Istituzionali e Comunicazione

Sviluppiamo progetti. Gestiamo strategie.

in-rete.net

Advocacy e Lobbying

Media Relation e Crisis Management

Digital PR & Social Media

Organizzazione Eventi e Mostre

Strategie di Marketing e Comunicazione

Consulenza Healthcare



In estate il farmacista non va al mare

A farla da protagonisti sono i sali minerali, gli articoli più richiesti perché aiutano a contrastare la spossatezza provocata dall'afa di questi mesi torridi

Cellulosa microcristallina, potassio e magnesio citrato, antiagglomeranti.

Questi non sono, come si potrebbe pensare, gli ingredienti di una strana pozione, ma semplicemente i componenti di prodotti adatti a combattere la stanchezza di questa calda estate arrivata in anticipo.

Il magnesio, per fare un esempio, supporta il normale metabolismo energetico e contribuisce a ridurre l'affaticamento e la debolezza, mantenendo l'equilibrio elettrolitico dell'organismo. Il potassio, invece, rinforza la normale funzione muscolare e asseconda il mantenimento di una regolare pressione sanguigna. Ma che cos'è l'equilibrio elettrolitico, al quale abbiamo accennato e che probabilmente avete già sentito nominare?

Ve lo spieghiamo in poche righe, prima di continuare l'elenco dei prodotti più richiesti e dei loro effetti.

L'acqua è il principale costituente del corpo umano. Il 60% del peso del nostro corpo si deve a lei, il liquido (solvente) in cui avvengono tutte le principali reazioni biochimiche indispensabili per la vita e sono disciolte varie altre sostanze: soluti organici e inorganici. Tra queste, gli elettroliti, minerali presenti nei liquidi fisiologici intra e extracellulari come il sangue, le urine e altri, sotto forma di ioni positivi o cationi – principalmente sodio, potassio, calcio e magnesio – e di ioni negativi o anioni – soprattutto cloruri, bicarbonati e fosfati – importanti poiché responsabili degli impulsi muscolari e nervosi, dell'assor-

bimento delle sostanze nutritive, dell'eliminazione dei prodotti di scarto, della stabilità dei livelli di acidità (pH) del sangue, della pressione arteriosa e di altri complessi fenomeni. Normalmente, si assumono in quantità sufficiente attraverso il cibo e l'acqua, ma in ragione di una scorretta alimentazione, oppure della disidratazione, di un eccesso di liquidi nel corpo, o di specifiche malattie, la loro concentrazione nel sangue può disequilibrarsi e causare dei problemi. Ecco perché quindi, come si diceva, col caldo tutti corrono a comprare sali minerali di ogni tipo.

Oltre ai sali c'è di più

Un altro prodotto molto richiesto in questo periodo sono i fermenti lattici. Gran-

di amici del nostro intestino, servono a rafforzare le difese immunitarie. Un consiglio per il benessere generale del nostro organismo è quello di assumerli tutto l'anno, in particolare durante le terapie farmacologiche e antibiotiche. In estate, in vista di viaggi che possono comportare il cambiamento delle nostre abitudini alimentari, è obbligatorio riporli in valigia.

Ma, finalmente, dopo due anni di tamponi, mascherine e igienizzanti, tornano a suscitare attenzione in farmacia anche altri articoli.

Sul podio dei più richiesti abbiamo i colliri, non solo antistaminici per curare le fastidiose allergie stagionali, ma soprattutto idratanti. Questo fatto merita particolare considerazione: i consumatori tendono a prendersi scarsa cura degli occhi, che sono invece un organo particolarmente delicato.

L'aumento della vendita di colliri a base di acido ialuronico fa pensare a un'inversione di tendenza e a una maggior attenzione alla loro protezione, soprattutto d'estate e in particolare al mare.

Non c'è bisogno di dire che a giugno

inizia la corsa al solare. Packaging e offerte accattivanti, vetrine con sabbia, secchielli e claim frivoli richiamano i soggetti pronti a onorare il rito irrinunciabile di un'estate al mare, ma attirano anche, giustamente, l'interesse di chi rimane in città. I raggi UV sono nemici della nostra pelle e possono essere causa d'invecchiamento cutaneo precoce e, soprattutto, di melanomi e di altre patologie particolarmente pericolose. Occorre perciò proteggere le pelli più sensibili con protezioni solari che non scendano sotto un SPF30 (SPF è l'acronimo di Sun Protection Factor, ndr).

Per coloro che sono assillati dall'imperativo di non invecchiare, sono sempre più presenti sul mercato oli e creme solari che, oltre alla protezione, sono dotati di un vero e proprio effetto antirughe.

Non mancano poi all'appello, tra i prodotti più venduti nei mesi estivi, gli spray antizanzare, che attenuano il fastidio delle punture di questi insetti molesti.

Fastidio, che è curioso saperlo, non è dovuto direttamente alla zanzara, che

succhia il sangue anestetizzandoci con la saliva, ma al nostro corpo, che, per difendersi dalla puntura dell'estraneo, rilascia istamina, sostanza che dilata i vasi sanguinei e che, concentrandosi nel punto in cui viene richiamata, produce il prurito che tutti conosciamo.

In ultimo, abbiamo rilevato un timido aumento della richiesta dei rossetti, rigorosamente nichel free, senza parabeni e conservanti. Potrebbe sembrare un appunto frivolo e senza alcuna importanza, ma in un periodo di drammatiche pandemie e di inquietanti chiusure sociali, anche questo modesto riscontro può diventare un segnale di ripresa della vita comunitaria e un indizio di nuova speranza. ■

Alessandra Pasquali

e Marta Pietroboni

alesquali@live.it

marta.pietroboni@cibiexpo.it

Nelle foto, occhi, capelli e mani: alcune delle parti del nostro corpo che vanno protette con attenzione dai danni estivi.



Il miele

Pare venisse consumato sin dalla preistoria, come si desume da una pittura rupestre scoperta a Valencia, raffigurante un uomo arrampicato su una liana e circondato dalle api

Nella UE è in vigore una specifica normativa circa l'origine del prodotto, la cui indicazione in etichetta è obbligatoria nel caso in cui il miele provenga da un unico Paese; altrimenti, si utilizzano le diciture "miscele di mieli dell'UE o Extra-UE"

L'Italia ha ulteriormente disciplinato la materia con il decreto legislativo 179/2004, aggiungendo l'obbligatorietà dell'inserimento dei nomi dei Paesi di origine delle miscele. Pertanto, è buona abitudine controllare: se questa indicazione è assente, il miele non è interamente italiano. Il medesimo decreto prevede che la vendita al dettaglio avvenga in contenitori chiusi ed etichettati e possibilmente muniti del sigillo di garanzia al fine di garantire sia il consumatore sia il produttore da possibili manipolazioni.

Secondo le norme dettate dal Reg. UE N. 1169/2011 relativo alle informazioni ai consumatori, il primo elemento è la

denominazione di vendita, ossia il termine "miele". Oltre a questa, ne esistono altre, cosiddette "minime", sui metodi di produzione ed estrazione, ovvero: Miele in Favo; Miele con pezzi di Favo; Miele Filtrato.

Ulteriori dati obbligatori consistono nella quantità netta da indicare in grammi o chilogrammi e nel termine minimo di conservazione che deve essere riportato in modo leggibile. Vanno aggiunti quelli relativi alla ragione sociale o all'indirizzo dell'operatore del settore alimentare con cui il miele è commercializzato, il numero di lotto e le indicazioni per lo smaltimento, ovvero l'etichetta ambientale, la cui effettiva entrata in vigore dovrebbe avvenire nel corso del 2022.

Altre indicazioni facoltative sono: miele di nettare; di fiori; di melata; sciolto; centrifugato e torchiato. Inoltre, a esclusione del miele filtrato, è possibile indicare sia l'origine botanica, ad esem-

pio di castagno o di girasole, sia quella geografica se proviene totalmente da una determinata zona, come "Miele delle colline jesine".

L'Italia vanta a livello europeo il maggior numero di alimenti tutelati dalle indicazioni di origine e, nonostante sia produttore di miele di altissima qualità, ha solo 3 mieli Dop: il Miele Varesino, della Lunigiana e delle Dolomiti Bellunesi. Peccato, perché altre produzioni la meriterebbero, in quanto caratterizzate da qualità uniche oltre che indissolubilmente legate al territorio in cui viene raccolto.

Dolci assaggi! ■

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



**centro studi
anticontraffazione**



Daniela Mainini,
Presidente del Centro Studi
Anticontraffazione.

Nella foto,
miele artigianale
prodotto
dal nettare
di fiori.



Parliamo di yogurt

È davvero ricco di fermenti "probiotici" come il Bifidobacterium bifidum, l'Enterococcus faecalis, il Lactobacillus salivarius...?

Dai nomi non si direbbe, eppure i batteri citati potrebbero rubare ai cani la palma di migliori amici dell'uomo. Sono gli ormai famosi "probiotici", a proposito dei quali esiste però molta confusione...

I fermenti dello yogurt, per esempio, sono probiotici? Il termine è entrato ormai nel linguaggio comune, almeno per chi si tiene aggiornato sui progressi della scienza della nutrizione. Indica particolari microrganismi (per lo più batteri) che, una volta ingeriti, raggiungono vivi e vitali l'intestino, dove si moltiplicano riequilibrandone la microflora e permettendole di svolgere al meglio le sue importanti funzioni. I batteri che la compongono si stratificano infatti sulla parete dell'intestino formando un'importante barriera contro lo sviluppo di germi nocivi e il passaggio di sostanze responsabili di intolleranze. Inoltre, stimolano il si-

stema immunitario, degradano diverse sostanze tossiche e svolgono anche un'utile funzione nutritiva, producendo persino delle vitamine (come la K e alcune del gruppo B).

I batteri probiotici sono in gran parte fermenti lattici; ed ecco allora che il pensiero corre inevitabilmente allo yogurt, considerato l'alimento salutare per eccellenza proprio per l'abbondanza di fermenti lattici che contiene. Attenzione però: se è fuori discussione l'utilità dello yogurt per la sua digeribilità, l'alto apporto di proteine e di calcio e la buona tollerabilità, è comunque sbagliato considerarlo un alimento probiotico. La legge, infatti, obbliga a produrre lo yogurt con due batteri – lo *Streptococcus thermophilus* e il *Lactobacillus bulgaricus* – che sono capaci di fermentare il lattosio, ma che non riescono ad arrivare vivi e a moltiplicarsi nell'intestino perché

vengono uccisi dai succhi dello stomaco, mentre il primo requisito dei fermenti probiotici è proprio la resistenza all'ambiente gastrico e la capacità di mantenersi vitali.

Ma allora, i fermenti dello yogurt sono inutili? No. Nonostante essi non giungano vivi nell'intestino, vi arrivano comunque alcune sostanze utili da loro prodotte: una serie di enzimi che aiutano a digerire il lattosio (alcune persone che non lo tollerano riescono a consumare lo yogurt senza problemi), e delle batteriocine, particolari sostanze con azione antibiotica che agiscono efficacemente anche contro le putrefazioni intestinali. Ecco dunque spiegato perché lo yogurt, pur non essendo probiotico, rimane comunque una scelta salutare. ■

Giorgio Donegani
www.giorgiodonegani.it

L'immagine
di questa pagina
è stata realizzata
dall'illustratore
Libero Gozzini.



JOB FARM MASTER IN FOOD MARKETING E SOSTENIBILITA'

Inizio Ottobre 2022!
formula week-end in FAD sincrona

MODULI:

- Food & Beverage Marketing Management
- Export Marketing per il settore F&B
- Inbound & Search Marketing
- Digital Advertising
- Content, Branding & Digital PR
- E-Commerce & Delivery
- Sostenibilità in campo agroalimentare
- Circular Supply Chain

Previsti:

RECRUITING per inserimento in azienda

Rilascio della CERTIFICAZIONE di COMPETENZE valida a livello europeo

APERTE LE ISCRIZIONI!

per partecipare alle selezioni

RICHIEDI INFO 



Xilitolo, diversamente zucchero

*Il dolcificante naturale che fa bene a denti,
ai malati di diabete e all'ambiente*

Il nome, xilitolo, non è facilissimo e forse nemmeno troppo conosciuto, per cui non aver chiaro che cosa sia è abbastanza normale. Saperlo però può regalare soddisfazioni inaspettate: mangiare dolci senza ingrassare, senza picchi glicemici e senza rovinare i denti; anzi, curandoli!

Lo xilitolo è un alcool naturalmente presente, a basse concentrazioni, nelle fibre di molta frutta e verdura, e può essere estratto da varie bacche (ad esempio, fragole e lamponi), da drupe come le prugne, da bucce di piante come ad esempio quella di mais, dai funghi, dalla canna da zucchero e, addirittura, da fibre di corteccia di betulla. In alternativa, può essere ottenuto idrogenando lo xilosio, uno zuc-

chero semplice, noto come zucchero di legno, o attivando processi microbici, inclusi quelli fermentativi e biocatalitici (che utilizzano cioè gli enzimi per ottenere trasformazioni chimiche di composti organici), in batteri, funghi e lieviti.

Il potere dolcificante è molto simile a quello del saccarosio, ma contiene il 40% in meno di calorie.

La sua presenza nei dolci, quindi, in sostituzione dello zucchero tradizionale, ne modera la componente calorica e, cosa interessante, aiuta a prevenire la carie: i batteri contenuti nella bocca non sono infatti capaci di convertire in acidi – così come fanno nel caso del saccarosio – lo xilitolo, e ciò impedisce l'attivazione del processo di corrosione

dello smalto dentale. Anzi, sembra addirittura che favorisca la rimineralizzazione dei denti.

Scoperto da chimici tedeschi e francesi nel XIX secolo, è diventato popolare in Europa come dolcificante in grado di non influire sui livelli di insulina delle persone affette dal diabete.

La sua produzione su scala industriale si deve ai finlandesi, ed è iniziata solo nel 1975. Da allora è utilizzato, appunto come dolcificante, nelle medicine e nelle gomme da masticare.

Sempre grazie ai finlandesi, e in particolare alla Fazer, importante azienda alimentare, oggi si può ricavare questo tipo di zucchero anche dagli scafi (la parte più esterna dei chicchi) dell'avena, ottenendo 3 diverse tipologie di prodotto: cristallo, granulato e polvere. Ciò che resta dei gusci d'avena, una volta estratto lo xilitolo, può essere convertito in bioenergia, e quindi il processo è virtuoso.

Questo particolare edulcorante, oltre a essere sostenibile, ha proprietà nuove: è rinfrescante e idratante, il che apre nuove e interessanti opportunità di utilizzo, soprattutto nel settore cosmetico e farmaceutico. ■

Marta Pietroboni
marta.pietroboni@cibiexpo.it





Gli animali non sono semplici concetti di qualità

CON TE. SEMPRE.

LI SCEGLI, LI PORTI A CASA, ENTRANO A FAR PARTE DELLA FAMIGLIA, DONANO AMORE E CREANO UN RAPPORTO INDISSOLUBILE. SCEGLIERE DI ADOTTARE UN AMICO A QUATTRO ZAMPE È UN ATTO CHE RICHIEDE GRANDE CONSAPEVOLEZZA E RESPONSABILITÀ.

NON ABBANDONARLI. MAI.
CAUSERESTI LORO UNA SOFFERENZA CHE NEANCHE IMMAGINI.

Ente Nazionale Protezione Animali

ENPA.IT

Centro Nazionale Comunicazione e Sviluppo Iniziative ENPA

Levistico e lemongrass

Il primo è detto anche “sedano di montagna” o “prezzemolo dell'amore”, il secondo è chiamato comunemente citronella

Erba aromatica dall'intenso profumo, il levistico è una pianta originaria del Mediterraneo orientale. I fiori sono piccoli e gialli. Appartiene alla famiglia delle Ombrellifere, come aneto e finocchietto. I semi si possono acquistare on line e sono facili da coltivare in un orto o in un vaso.

Proprietà e usi del levistico

Ha virtù lenitive riconosciute fin dal Medioevo. Legato alla tradizione monastica, lo coltivavano nei loro giardini in particolare i Benedettini, che lo usavano appunto come antidolorifico. Le caratteristiche benefiche sono molteplici: diuretiche, antireumatiche, deodoranti, antisettiche, toniche e digestive. In virtù delle resine, degli zuccheri, della vitamina C e degli oli essenziali, le radici, le foglie e i semi sono molto usati in fitoterapia. È efficace anche per profumare e detergere la pelle ed è sempre

più diffuso il suo uso in cucina. Nella Roma antica era tra gli ingredienti del *garum*, una salsa fermentata di interiora di pesce usata come condimento per moltissimi piatti. Con le foglie possiamo preparare tisane, brodi; condire frittate, risotti, zuppe e stufati; o consumarle crude. I semi, invece, sono adatti per i liquori. Il sapore è gradevole, ricorda il sedano, ma è più intenso e pungente.

Il lemongrass, o citronella, è una pianta perenne, originaria dell'India. Il suo bulbo ricorda quello del porro. Ha foglie nastriformi il cui colore vira dal verde al blu. È reperibile in polvere o essiccato nei mercati etnici o nei negozi asiatici. Ha un intenso profumo di limone.

Proprietà e usi del lemongrass

Sono molte le sue virtù benefiche: aiuta i processi di digestione ed è un ottimo coadiuvante per il trattamento delle co-

liti. Antiossidante e stimolante naturale, contribuisce a combattere la stanchezza. Ha anche un'azione rinfrescante e può essere utile contro il raffreddore. È altamente impiegato per la realizzazione di prodotti di cosmesi, per dare lucentezza e rimuovere le impurità della pelle.

L'olio essenziale estratto allontana gli insetti. In cucina si utilizzano gambo intero, bulbo e foglie. È usato nelle gastronomie asiatiche in zuppe o in abbinamento a molluschi e frutti di mare.

Grazie al sapore intenso e alla grande versatilità, è sempre più diffuso nella cucina nostrana, per accompagnare piatti di pesce e di verdura.

Tritandolo insieme al peperoncino, ricaviamo una salsa agrodolce ideale per marinare; inoltre, l'aroma di limone si abbina facilmente all'aglio. ■

Alessandra Meda
alessandra.meda@cibiexpo.it

Qui accanto, lemongrass e levistico: si tratta di piante dalle molteplici qualità, sia in cucina sia in ambito erboristico.



L'invasione dei cinghiali

Una decina di anni fa in Italia erano presenti circa 500 mila esemplari, raddoppiati nel 2020 e, attualmente, addirittura quadruplicati

Il *Sus scrofa* è un mammifero originario dell'Eurasia e del Nordafrica. Fa parte della stessa famiglia dei maiali e, come loro, si riproduce molto velocemente. Più grosso – il peso di un maschio adulto può arrivare persino a 350 chili –, dotato di un pelo ispido e di zanne ricurve taglienti, aggressivo se si sente in pericolo, è riuscito ad adattarsi bene in qualsiasi parte del mondo l'uomo l'abbia introdotto. Sono i cosiddetti "esploratori", maschi o femmine con cuccioli da nutrire, gli esemplari che vanno alla scoperta di luoghi nuovi e assaggiano cibi diversi. E sono molto intraprendenti, tanto che oltre un italiano adulto su 4 ne ha incontrato uno dal vivo in città o in luoghi di villeggiatura. Sull'emergenza cinghiali in Italia ha condotto un'indagine anche la Coldiretti. Prima constatazione: la loro invasione viene vissuta male dai cittadini, tanto che l'81% pensa che vada affrontata con il

ricorso agli abbattimenti a cura di personale specializzato. Un allarme condiviso dall'Autorità per la Sicurezza Alimentare Europea (EFSA), che ha lanciato un appello agli Stati dell'UE chiedendo misure straordinarie per ridurre il numero di capi. La predazione naturale, messa in atto essenzialmente dal lupo, si è dimostrata fino ad ora insufficiente a mantenere la popolazione dei cinghiali su livelli inferiori al valore "soglia" di tollerabilità. Si pensa quindi a misure aggiuntive, come la sterilizzazione e l'eventuale realizzazione della filiera della carne di cinghiale (se sana). Una misura, quest'ultima, che potrebbe servire a ridurre la presenza di esemplari in circolazione e che viene già utilizzata in regioni come Toscana e Umbria. Il problema è serio anche in Lombardia. L'assessore all'Agricoltura Fabio Rolfi,

sottolineando che la proliferazione incontrollata di questi animali causa danni non solo all'agricoltura, ma è un pericolo per la sicurezza stradale ed è il principale vettore della peste suina africana, ha approvato una delibera che autorizza i contadini al loro controllo selettivo (ovvero alla caccia). La Lav, Lega antivivisezione, però suggerisce come metodo più efficace le recinzioni elettrificate, che impediscono l'accesso alle coltivazioni gradite dal cinghiale e hanno portato risultati positivi in oltre il 90% dei casi. Utile pare anche l'implementazione dei farmaci che controllano la fertilità degli animali. ■

*La redazione
info@cibiexpo.it*

Nella foto qui sotto, un esemplare di cinghiale selvatico.



Incidenti e disastri

Negli ultimi 10 anni, il numero di incidenti stradali gravi causati da animali di grossa taglia, cinghiali inclusi, è diventato una vera e propria emergenza. Le collisioni avvengono per lo più all'alba e al crepuscolo. In Puglia, dal 2009 al 2021, si sono contati 331 casi d'incidente d'auto (come riportano i dati elaborati dall'Università degli Studi di Bari per la redazione del "Piano di monitoraggio e gestione del cinghiale in Puglia") oltre a 396 campi danneggiati. La Regione Lazio ha varato un programma per l'eradicazione della peste suina africana (PSA). Sul territorio pare vivano circa 75 mila esemplari: si prevede di eliminarne fino a 50 mila. Intanto in Liguria, dove erano stati rilevati alcuni casi di PSA, è iniziata la posa di una rete metallica di 140 km per delimitare la Zona Rossa, che in questo momento riguarda 114 comuni tra l'area del Basso Piemonte e le province di Genova e Savona.

Il cavolfiore tutto da mangiare

Si chiama multifloret Istem ed è un prodotto sostenibile, anti-spreco, edibile in tutte le sue parti

Dopo aver vinto nel 2020 il prestigioso Fruit Logistica Innovation Award grazie al pomodoro viola Yoom, Syngenta Vegetable Seeds, la multinazionale svizzera che produce semi e prodotti chimici per l'agricoltura, torna a stupirci con una nuova proposta: il cavolfiore multifloret Istem. Si tratta di un prodotto interessante perché è completamente edibile, compreso il gambo, molto tenero. E tutto questo senza rinunciare al gusto: versione miniaturizzata del cavolfiore tradizionale, ha un sapore fresco e delicato. Non comporta scarti, come invece succede con la versione classica, la cultivar di cavolo, la cui infiorescenza rappresenta la sola parte commestibile dell'ortaggio; è veloce da preparare e, soprattutto, molto versatile in cucina: anche semplicemente riscaldato al microonde o cotto alla piastra, si rivelerà un buon contorno, oltre che un ottimo

alleato della salute, grazie al contenuto di fibre e vitamina C. La sua scoperta è stata un caso, ma allo stesso tempo la prova della lungimiranza di Syngenta: quando due membri del gruppo hanno notato un cavolfiore che germogliava lateralmente, è stato quasi immediato proiettarsi verso il futuro e capire che si sarebbe trattato di una svolta. Dopo aver verificato che la pianta era idonea per una buona produzione, cavalcando l'onda del tema consumi e sprechi, si è cercato di arrivare anche a un mutamento genetico che la potesse trasformare in una varietà standard. Il passo successivo è stato poi quello di far conoscere questa proposta ai piccoli e medi produttori, per capire se ci potesse essere una buona risposta anche dal punto di vista economico. Allora, era solo il 2012, la sua commercializzazione era ancora lontana; oggi,

invece, questo mini cavolfiore è diventato un prodotto che si sta facendo conoscere in molti Paesi, soprattutto in quelli del Nord Europa, dove gli stili di consumo sono forse più indirizzati ad avere articoli di questo tipo. In particolare, è presente sul mercato inglese, ma sono previste prove in Europa, Africa, Medio Oriente e Nord America, per prepararne a breve il lancio in molte altre destinazioni. Sull'onda della Gran Bretagna c'è oggi infatti un forte desiderio di farlo conoscere e di diffonderlo, soprattutto perché, anche per la ristorazione e la grande distribuzione, potrebbe essere una grande opportunità in termini di gusto, attenzione agli sprechi e praticità nella preparazione. ■

*Carolina Crusumano
carolinacusumano@hotmail.com*

**Nella foto,
il cavolfiore
multifloret Istem,
varietà prodotta
da Syngenta
Vegetable Seeds.**



Le schie

*Gamberetto boreale scansati!
Oggi è la volta delle schie!*

Schia, o schila, è il termine indicato per definire il tipico gambero della laguna veneta. Anzi, diciamo “gamberetto” (misurano dai 3 ai 5 cm, i più grandi raggiungono i 9), perché in dialetto “schia” indica una persona piccola. Di colorazione bruno-grigiastra, maculata di puntini neri, corpo affusolato, la schia (il cui nome scientifico è *Crangon crangon*) viene pescata nella laguna tra Venezia e Trieste – o nella zona del delta del Po, dato che predilige acque fredde e fondali sabbiosi – prevalentemente durante i mesi invernali, indicativamente da ottobre a marzo. Si differenzia dagli altri gamberi di laguna perché il rostro non punge e in cottura mantiene il colore originario.

La tradizione di pesca è molto antica e risale ai primi insediamenti, quando per necessità di sopravvivenza fu necessario sfruttare anche le cosiddette “barene”, ovvero i terreni argillosi che emergono durante le basse maree. Se aveste voglia di acquistarle, sappia-

te che vengono vendute ancora vive al mercato del pesce: per non sbagliare, scegliete le più vivaci; un altro parametro consiste nel controllare se nel guscio sono presenti macchie nere difficili da eliminare, segno di scarsa freschezza.

E per cucinarle? Siamo in Veneto; non può mancare la polenta! Polenta e schie quindi. Ma attenzione a considerare questi crostacei un piatto povero. Anzi, nel corso del tempo le preparazioni a base di schie sono diventate estremamente pregiate. Sono ottime, oltre che bollite (come quelle aggiunte alla polenta), fritte o cucinate in umido.

E se per caso siete stati nel nord della Germania e avete avuto modo di assaggiare i loro famosi panini di pesce o *Fischbrötchen*, certamente avrete notato somiglianze con i gamberetti del Mare del Nord o *Nordseekrabben*. E ci avete visto giusto! Perché questi deliziosi crostacei appartengono proprio alla famiglia dei *Crangon crangon*

e popolano anche il Mar Baltico. Al nord, oltre che nei panini si utilizzano per preparare zuppe, toast, o per i cosiddetti *Krabben mit Rührei*, piatto extra sfizioso con 2 ingredienti principali: gamberetti e uova strapazzate. Le uova vengono sbattute a crudo con latte, yogurt, o semplicemente con sale, pepe e aromi freschi, e poi strapazzate in padella con olio e burro. I gamberetti si scottano rapidamente una volta che le uova sono quasi pronte, oppure separatamente con sale, pepe e limone.

Un'idea? Unite Nord Europa e Veneto e servite una fetta di polenta (al posto del pane) con uova strapazzate e schie! *Lecker*, anzi, per noi *Strabón!* ■

Chiara Caprettini
chiaracaprettini@nordfoodovestest.com

Nella foto in questa pagina, il *Krabben mit Rührei*, piatto tipico nordico a base di gamberetti.



© FANSWARTER.DE

Dalla Basilicata, fagioli nichel free

Una storia di modernità che affonda le radici nella tradizione agricola del comune di Spinoso e fa nascere un progetto sostenibile

«Per fare questo lavoro ci vogliono sacrificio, impegno e tanta passione», dice Antonio Racioppi, Presidente del Consorzio di Tutela del Fagiolo di Sarconi IGP e, da quest'anno, Presidente Regionale dei Giovani Imprenditori Agricoli di AGIA - CIA Basilicata.

Nel 2016, a 21 anni, prende le redini dell'attività di famiglia e fonda l'azienda agricola La Fonte Antica in un borgo nel cuore del Parco Nazionale dell'Appennino Lucano. Punta al recupero di cultivar autoctone, come il Fagiolo di Sarconi, e produce varie specie ortofrutticole con una visione estremamente innovativa, riuscendo a creare un legume nichel free a essiccazione completa.

Il segreto è nella coltivazione

La presenza di nichel nei fagioli è data dalla percentuale di questo elemento nel terreno o negli impianti attraverso cui passa l'acqua d'irrigazione. In quello

prodotto da La Fonte Antica, l'assenza di nichel è garantita dalla coltivazione idroponica, che elimina il contatto con la terra in quanto la pianta è a radice nuda, dall'uso di impianti realizzati con materiali riciclati e dall'impiego di particolari concimi.

La coltivazione fuori suolo permette di rispondere alle esigenze della pianta gestendo condizioni ambientali, temperatura e umidità per una produzione controllata.

«Oggi siamo i primi a effettuare l'essiccazione completa», spiega Antonio Racioppi, perché al fagiolo, a un certo punto dello stato vegetativo, viene tolta l'acqua fino a disidratazione diretta sulla pianta.

Il rilancio dell'innovazione

L'azienda crede nella tradizione ma punta all'innovazione e alla sostenibilità. Si è dotata di un parco macchine con attrezzature d'avanguardia, di pannelli

fotovoltaici e batterie di accumulo di ultima generazione, usa robot modulari per il controllo dell'umidità del terreno e per il risparmio idrico e impiega la lombricoltura nelle coltivazioni di zafferano. La Fonte Antica, insieme a Smartisland, con il progetto DAIKI, è stata premiata al “South Up! Agritech e Startup, la Basilicata riparte”, iniziativa promossa da Joule, la Scuola di Eni per l'impresa, e ha collaborato con Casa Surace, inserendo nei prodotti in vendita nello “Staisciupacco” il Fagiolo di Sarconi.

La gestione innovativa di Antonio Racioppi gli ha guadagnato, inoltre, un posto fra le 7 storie selezionate dalla Jacopo Fo Film per la Web serie “Cuori Lucani”.

Di questo giovane imprenditore sentiremo ancora parlare. ■

Tiziana Mazzitelli
tiziana.mazzitelli@gmail.com



KATSUO-BUSHI



FILETTO DI TONNO AFFUMICATO E ESSICATO,
CON I FIOCCHI GRATUGGIATI, IMMERSI
IN ACQUA BOLLENTE CON ALGHE KOMBU
SI OTTIENE IL BRODO DASHI,

NOTIZIE E INFORMAZIONI A PAG.27 SETTEMBRE 2022.