



Città
metropolitana
di Milano



PARCO
AGRICOLA
SUD
MILANO

Arte e scienza del cibo

Periodico gratuito
Anno 12 - n 01
20 gennaio 2024
www.cibiexpo.it



centro studi
anticontraffazione



Emanuele Magenta,
designer
della sostenibilità

**La melanzana
rossa di
Rotonda**



**L'istruzione
come
 trampolino
di lancio
per il futuro**



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

Dalla crisi al progresso

Il 2024 sarà un anno bisestile. *Bisesto*, dunque... funesto? Per far peggio del 2023 dovrà impegnarsi parecchio. Due disumane stragi di migranti – più di 700 morti tra l'una e l'altra – la prima a febbraio in Calabria, a Steccato di Cutro, e l'altra in giugno a Pylos, in Grecia, hanno fatto lievitare il totale degli annegati nel Mediterraneo (quasi 3.000 esseri umani, molti i minori), ai quali si devono sommare migliaia di caduti sulle rotte di terra.

Due guerre – l'invasione dell'Ucraina da parte della Russia e la spietata reazione d'Israele all'eccidio di coloni da parte dell'organizzazione islamica palestinese Hamas – ci hanno assuefatto a immagini tragiche di distruzione e morte; anche in questo caso, di tanti bambini. In Italia sono state uccise più di 100 donne; i dati Istat indicano che il 31,5% delle persone di sesso

femminile ha subito nel corso della vita una qualche forma di maltrattamento fisico o sessuale.

3.000 sono state le vittime della strada, una media di oltre 8 al giorno. Molti piloti si mettono alla guida in condizioni alterate da alcol e droga. A proposito di droga, il narcotraffico, dopo il rallentamento nelle fasi più aggressive della pandemia, ha ripreso a correre.

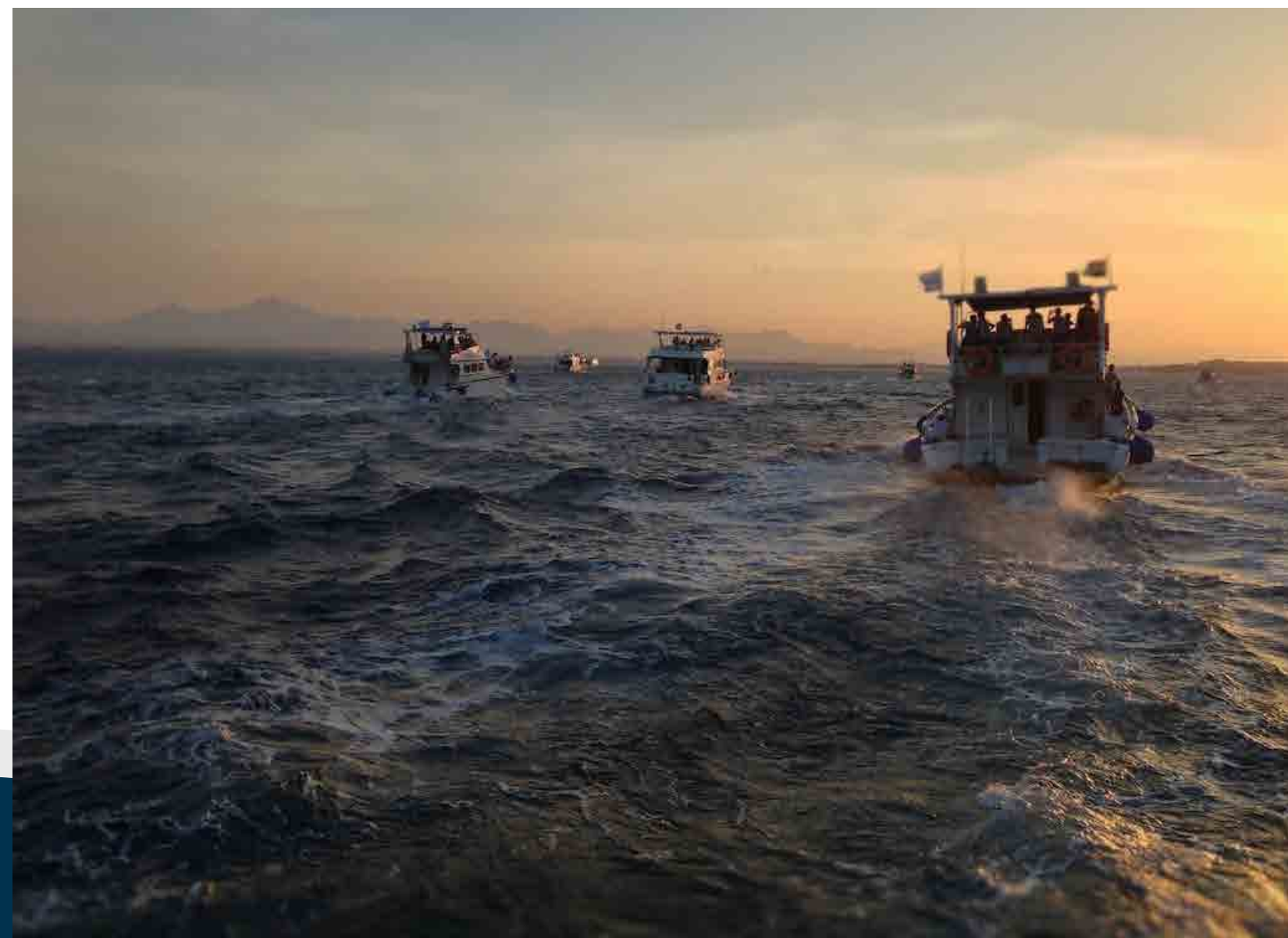
Diceva Albert Einstein (nel 1955) che la crisi può essere una vera benedizione per ogni persona e per ogni nazione, perché porta progresso. È nella crisi che nascono l'inventiva, le scoperte e le grandi strategie. È nella crisi che il meglio di ognuno di noi affiora.

Sarà vero? Non resta che sperarlo. ■

Paola Chessa Pietrobboni

direzione@cibiexpo.it

Nella foto sotto,
una scena
di salvataggio
dei migranti
in mare.



Ben fatto			
Sformato di panettone	5	Alimentazione e salute	
<i>di Giovanni Romano e Matteo Scirpoli</i>		Flusso e reflusso	20
		<i>di Marta Pietroboni</i>	
C'è del buono		Made in Italy	
Birra Peroni: obiettivo parità di genere	6	La sfida del gianduotto	22
<i>a cura della redazione</i>		<i>di Daniela Mainini</i>	
Ricerca e innovazione		La scienza in cucina	
La sfida del granchio blu	8	Alimenti	
<i>di Paola Chessa Pietroboni</i>		“ultra-processati”	23
		<i>di Giorgio Donegani</i>	
Redefine Meat	10	Semi, seminati e semantica. La voce degli agrari	
<i>di Marina Greco</i>		L'istruzione come trampolino di lancio per il futuro	24
Le tappe dei tappi		<i>di Patrizia Marini</i>	
Mornasca	12	Soft commodities	26
<i>di Elisa Alciati</i>		<i>di Marta Pietroboni</i>	
Storia del cibo		Melanzana rossa di Rotonda	27
Chiodi di garofano	14	<i>di Giovanni Romano</i>	
<i>di Riccardo Vedovato</i>		Il buono delle piante	28
Protagonisti		<i>di Marta Pietroboni</i>	
Emanuele Magenta	16	“L'Artusi” poliglotta	31
<i>di Marta Pietroboni</i>		<i>di Alessandra Meda</i>	
Segreti della spesa			
Le patate	18		
<i>di Alessandra Meda</i>			

CiBi I contatti della redazione

CiBi
Arte e scienza del cibo
Periodico gratuito
Anno 12 - n 01
Milano
20 gennaio 2024

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

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: Valentina Gallimberti Ballarin, fotografa emozionale.



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

Sformato di panettone

Un dessert facile, buono ma calorico...

Nelle immagini sottostanti, dall'alto verso il basso, gli ingredienti e la fase di preparazione dello sformato di panettone. Nella foto grande, il dessert pronto per essere servito in tavola.



In quanti dopo le feste natalizie si chiedono: “Di tutto il panettone avanzato cosa ne faccio?” Ecco la soluzione che vi suggeriamo! Lo sformato di panettone è un dolce semplice, sfizioso, che ci permette di utilizzare in modo alternativo i resti del dolce tipico delle feste natalizie. Soluzione, ancora una volta – quante sue ricette vi abbiamo già proposto, sicuri di non sbagliare? –, del Maestro Gualtiero Marchesi, il capo-scuela di tutti i cuochi, ispiratore della cucina italiana. Di seguito la ricetta.

Ingredienti (per 8 persone)

- 500 g di panettone
- 150 g di zucchero
- 4 uova
- 400 ml di latte
- 100 ml di panna
- 100 ml di marsala secco
- 1 bustina di vanillina
- 70 g di mandorle tostate
- 70 g di cioccolato fondente
- 20 g di burro
- 5 g di sale

Preparazione

Prendere uno stampo rettangolare da plumcake da 1,5 litri e imburrarlo. Se non lo si possiede, si può fabbricare una scatola con del cartone ondulato e qualche punto di cucitrice per lato; la si riveste poi di carta forno per evitare che il dolce unga l'involucro. In un recipiente lavorare le uova intere con lo zucchero. Aggiungere la panna, il latte, la bustina di vanillina e, infine, il marsala. Mescolare facendo amalgamare bene il tutto, stando attenti a non formare grumi. Tritare grossolanamente le mandorle e rompere a pezzettini il cioccolato fondente. Prendere il panettone, rimuovere la “buccia” esterna e tagliarlo a fette non troppo spesse, più o meno di 1 cm. Metterne alcune sulla base dello stampo e cospargerle con parte delle mandorle e del cioccolato fondente sminuzzati in precedenza. A questo punto, versare un po' del composto di uova, latte, panna, vanillina e

marsala. Continuare con un altro strato di fette, mandorle, cioccolato e composto. Terminare con l'ultimo strato di panettone. Fare attenzione a non riempire lo stampo fino all'orlo. Gli ingredienti devono occuparne i due terzi. Versare il composto avanzato fino a farlo assorbire totalmente. Preriscaldare il forno a 170° e cuocere per 60 minuti. Estrarre e lasciare raffreddare prima di sformarlo. Una volta freddo, servire con una crema di accompagnamento alla vaniglia (indicativamente, per 3 tuorli, 60 g di zucchero, 250 ml di latte, semi di 1 baccello di vaniglia). Conservare in frigo per un massimo di 3 giorni. Per un servizio più ricercato, è possibile preparare questo dessert anche in stampi monoporzione, sempre con una crema alla vaniglia alla base. ■

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



Birra Peroni: obiettivo parità di genere

Premiate le politiche e le attività dell'azienda birraria dedicate alla gender equity

Peroni è la prima azienda nel settore della birra – e in generale delle bevande – a ottenere la Certificazione sulla Parità di Genere UNI/PdR 125:2022, introdotta dal PNRR (il Piano Nazionale di Ripresa e Resilienza, ndr) con l'obiettivo di definire le linee guida sul sistema di gestione della gender equity. Un risultato importante in un'area strategica per l'azienda birraria che sta portando avanti numerose iniziative in questo settore, tutte incluse in un vero e proprio manifesto che prende il nome di #ShineAsYouAre (Brilla come sei, ndr), nato grazie al contributo diretto dei dipendenti che hanno partecipato alla sua definizione. Il percorso di attestazione, svolto insieme a Bureau Veritas, ente certificatore fondato nel 1828 e leader a livello mondiale nei servizi di ispezione, verifica di conformità e certificazione, ha riguardato, tra le altre cose, la Governance, i Processi HR (Risorse Umane, ndr) e le Policy sulla parità di genere, 3 settori all'interno dei quali le performance dell'azienda si sono particolarmente distinte.

«Questo risultato ci rende molto orgogliosi – dichiara Gianluca Di Gioia, Direttore Risorse Umane di Birra Peroni – perché è frutto di un percorso iniziato con l'obiettivo preciso di realizzare qualcosa di concreto in tema di parità di genere e, in generale, di diffondere una cultura inclusiva a 360° nelle azioni di tutti i giorni. Siamo contenti che, grazie anche al supporto di Bureau Veritas, tale impegno sia stato riconosciuto ufficialmente, perché questo ci dimostra ancora una volta che il percorso da fare è quello che abbiamo intrapreso, e ci sprona a proseguire, portando questo impegno anche al di fuori della nostra realtà». Alle parole di Gianluca Di Gioia hanno fatto eco quelle di Andrea Filippi, Service Line Manager della divisione Certificazione di Bureau Veritas Italia: «Grazie allo slancio impresso dalla UNI/PdR 125:2022, la parità di genere è diventata una condizione imprescindibile per le aziende che vogliono fare business in modo responsabile. Con i suoi audit di certificazione, Bureau Veritas Italia è

orgogliosa di essere al fianco di aziende come Peroni – veri pionieri nel proprio settore – pronte ad abbattere pregiudizi e stereotipi, dando forma e sostanza alle pari opportunità».

Sono numerose le azioni di Birra Peroni rivolte alla parità di genere: tra le varie attività, l'azienda ha coinvolto il 100% dei suoi manager in percorsi di formazione per il superamento dei pregiudizi inconsapevoli, ha definito una nuova policy sui congedi parentali per ribilanciare i carichi di lavoro tra i neogenitori e ha supportato la nascita di un programma dedicato alla crescita professionale delle donne in azienda. A queste iniziative interne si affianca anche il programma STEMtoBEer, che ha messo a disposizione un percorso di orientamento e 6 stage all'interno del posto di lavoro a giovani studentesse di licei tecnico-scientifici.

Il Sistema di certificazione

Accompagnare e incentivare le imprese ad adottare politiche adeguate a ridurre il divario di genere in tutte le aree

maggiormente critiche per la crescita professionale delle donne: questo è in sintesi l'obiettivo del Sistema di certificazione della parità di genere previsto dal PNRR.

Solo contrastando le differenze ancora esistenti tra uomini e donne sarà possibile assicurare una maggiore qualità del lavoro femminile che consiste nel promuovere la trasparenza sui processi nelle imprese, ridurre il divario tra il salario annuale medio percepito dalle donne e dagli uomini, aumentare le opportunità di crescita in azienda e tutelare la maternità. L'introduzione del Sistema di certificazione della parità di genere dà attuazione alla Strategia nazionale 2021-2026, che ha come missione quella di ottenere, entro il 2026, l'incremento di 5 punti nella classifica dell'indice sull'uguaglianza di genere elaborato dall'Istituto europeo EIGE (Istituto Europeo per la Parità di Genere): ricordiamo che attualmente l'Italia è posizionata al 14° posto nella classifica dei Paesi UE.

Il Tavolo di lavoro permanente

Al fine di monitorare il Sistema di certificazione della parità di genere, con il decreto del 5 aprile 2022 firmato da Elena Bonetti, Ministra per le pari opportunità e la famiglia, è stato istituito un Tavolo di lavoro permanente che concorre al suo funzionamento attraverso approfondimenti, elaborazione di proposte e monitoraggio delle attività. È composto, oltre che da rappresentanti del Dipartimento per le pari opportunità, del Ministero del lavoro e delle politiche sociali, del Ministero dello sviluppo economico, anche da rappresentanti delle consigliere e dei consiglieri di parità, da componenti designati dalle organizzazioni sindacali maggiormente rappresentative dei lavoratori e da esperti con competenze specifiche sulle politiche di genere. ■

La redazione
info@cibiexpo.it

L'impegno di Birra Peroni

Guidata dal proposito di "Creare connessioni di valore", insieme a tutto il Gruppo Asahi di cui è parte, Birra Peroni è impegnata nel generare un influsso positivo per il pianeta e offrire una esperienza inclusiva per le persone e la società. Focalizzandosi su aree in cui può avere un impatto, Birra Peroni aderisce inoltre ai Sustainable Development Goals (Obiettivi di sviluppo sostenibile) sanciti dall'ONU con "Legacy 2030", il programma che impegna tutte le diverse aziende del Gruppo Asahi al raggiungimento di obiettivi sfidanti in termini di emissioni, approvvigionamento sostenibile, consumo di acqua, packaging, uguaglianza e consumo responsabile. Per più informazioni: www.birraperoni.it

Nella pagina di sinistra, due esempi di conciliazione tra impegni professionali e famiglia. Sotto: un team di lavoro al femminile.



La sfida del granchio blu

Questo grande crostaceo, una specie autoctona delle coste atlantiche del continente americano, sta infestando i nostri mari. Ma non tutto il male vien per nuocere

Due regioni italiane, Veneto ed Emilia-Romagna, hanno chiesto lo stato di emergenza perché questo “granchione” sta mettendo in crisi il comparto della pesca, attaccando cozze e vongole e mangiando gamberetti e pesciolini appena nati di sardine e acciughe.

La sua ingombrante presenza ha quindi spinto diversi esperti a pensare alle possibili contromosse. Che si basano su un dato interessante: il suo esoscheletro è ricchissimo di chitina, uno dei biopolimeri più abbondanti in natura, presente nella parete cellulare di funghi e di microalghe, ma, soprattutto, componente fondamentale del guscio di insetti e crostacei, al quale conferisce forza e durezza. La scoperta della chitina è attribuita al lavoro del chimico e farmacista francese Henri Braconnot (1780-1855). L'industria inizia a impiegarla a partire dagli anni '50; oggi si è arrivati a un mercato globale da circa 2 miliardi di dollari

per lo più concentrato nelle industrie alimentari (come addensante), in agrochimica e nell'assistenza sanitaria. Senza contare le prospettive nei compositi biodegradabili a base di fibre naturali, nei reticoli polimerici (utili per ripristinare le funzionalità di tessuti e organi danneggiati) e nella nanotecnologia.

Un team di ricerca dell'Università Ca' Foscari di Venezia – Dipartimento di Scienze Molecolari e Nanosistemi – guidato da Claudia Crestini, professoressa di Chimica generale e inorganica, sta attualmente concentrando i suoi sforzi sull'isolamento della chitina da questi gusci, trasformando così la crisi causata dall'invasione del granchio in una grande opportunità. Brevettata la possibilità di trasformare la chitina in nanomateriali intelligenti, sono state studiate 4 applicazioni: packaging sostenibile, protezione e conservazione di antichi materiali utilizzati per la scrittura, elettronica

ca flessibile e sensoristica, biomedicina. Il materiale potrebbe per esempio essere utilizzato per gli imballaggi alimentari, sostituendo l'attuale pellicola in plastica, che non è né biodegradabile né riciclabile. Il settore del packaging contribuisce per circa il 40% al consumo globale di materiali plastici.

La chitina ha inoltre una proprietà antifungina che allungherebbe la durata dei cibi. In più, soprattutto laddove il riciclo non è possibile a causa di agenti contaminanti non facilmente separabili, come nel caso dei liquidi provenienti dagli alimenti racchiusi, il packaging sviluppato aderisce pienamente ai principi di circolarità.

Altra area da sperimentare è il restauro di documenti antichi per rallentarne la degradazione. Con uno sguardo sempre rivolto alla sostenibilità, il gruppo di ricerca ha messo a punto una specifica formulazione per realizzare uno specia-

le rivestimento, la cui caratteristica peculiare è la capacità di rallentare e prevenire diversi fenomeni di decomposizione della carta inchiostrata, essendo in grado di combattere la proliferazione di microrganismi.

In aggiunta, le nanostrutture di chitina impediscono il deterioramento delle proprietà meccaniche della carta, svolgendo un'azione sia dal punto di vista fisico sia chimico. La prima viene esercitata grazie alla capacità delle nanostrutture di penetrare all'interno del foglio e interagire con le fibre di cellulosa, rinforzandole. La seconda, invece, è legata alla capacità antiossidante del rivestimento che rallenta l'effetto dell'ossigeno sulla carta. Ancora: dai gusci di granchio si potranno ricavare batterie più sostenibili. A raccontarlo, in uno studio pubblicato sulla rivista americana *Matter*, sono alcuni ricercatori dell'Università del Maryland, che hanno dimostrato come

l'utilizzo della chitina possa essere utilissimo per soddisfare la domanda di energia rinnovabile e permettere di abbandonare i combustibili fossili.

Per quanto riguarda il campo biomedico, un'applicazione riguarda la creazione di smalti per unghie 100% naturali, disponibili in diverse colorazioni, con notevole attività antifungina. Con, in aggiunta, un eventuale retrogusto amaro, per contrastare l'onicofagia.

Ma bisogna dire che questo settore è ancora da esplorare. A partire dai cerotti che aiuterebbero la coagulazione del sangue o, ancora, sviluppando sensori da inserire nei tessuti per monitorare dal battito cardiaco alla saturazione del sangue.

Ma non finisce qui: ora si sta pensando di usare il chitosano, risultante dalla lavorazione della chitina, per produrre asfalto. Oltre a essere adibito al consumo umano, infatti, questo crostaceo può essere usato

come polimero per fabbricare il selciato, una cosa che già accade con i gusci di cozze e vongole. I test sullo smaltimento circolare del granchio in questione sono, però, cominciati da poco.

Concludiamo dicendo che in molti hanno iniziato a parlare del crostaceo blu come ingrediente da usare nella cucina. Tra i cuochi noti citiamo Alessandro Borghese e il bistellato Donato Ascani. ■

*Paola Chessa Pietroboni
direzione@cibiexpo.it*

Nota: il chitosano, combinato con lo zinco, può dar vita a una nuova sostanza elettrolitica capace di alimentare una batteria fino a 400 ore. Inoltre, questa sostanza è estremamente biodegradabile, tanto che i due terzi potrebbero essere decomposti dai microbi in circa 5 mesi (mentre lo zinco può essere riciclato).



Il team dell'Università Ca' Foscari di Venezia

È composto da Claudia Crestini, professoressa di Chimica generale e inorganica, Matteo Gigli, professore di Fondamenti chimici delle tecnologie, e dal dottorando Daniele Massari, in collaborazione con le docenti Livia Visai e Nora Bloise dell'Università di Pavia.

Nella pagina di sinistra, alcuni libri antichi che, grazie alle proprietà della chitina contenuta nell'esoscheletro dei granchi blu, potrebbero essere conservati con maggiore efficacia.

Qui a fianco, un granchio blu, come quelli che negli ultimi anni popolano i mari italiani.

Redefine Meat

Siamo quello che mangiamo! Il cibo che scegliamo di ingerire ogni giorno influisce notevolmente sul nostro benessere sia fisico sia mentale

Esiste un rapporto molto stretto tra alimentazione e salute, cosicché una dieta equilibrata e consapevole può influire positivamente sulla qualità e la durata della vita.

Ragionando in una maniera più ampia, potremmo considerare questo rapporto come un sistema costituito da interrelazione ed equilibri, nel quale entra a far parte anche l'ambiente che ci circonda. Una dieta consapevole, oltre a ridurre il rischio di malattie croniche come per esempio obesità e diabete, ha infatti un impatto positivo sulla salute del pianeta.

La scienza ha ampiamente dimostrato che alcune abitudini alimentari, come ad esempio il consumo di carne, hanno un ingente costo ambientale. Basti pensare all'elevato consumo di acqua, alle emissioni dei gas serra, alla deforestazione, alla perdita di biodiversità. Nonostante queste siano certezze e non soltanto considerazioni o opinioni,

negli ultimi decenni si è verificato un sostanziale aumento del consumo di carne a livello globale.

La tendenza generale, dettata soprattutto dall'aumento della popolazione mondiale e dall'incremento del reddito medio pro capite, è in contrasto con un altro modello alimentare, anch'esso di grande interesse, che prevede maggior consumo di prodotti a base vegetale al fine di promuovere la salute individuale e ridurre danni ambientali sia su grande che su piccola scala. Agli allevamenti intensivi si contrappongono nuove realtà industriali che promuovono la produzione e il consumo di beni provenienti da fonti sostenibili.

È il caso di Redefine Meat, un'azienda leader israeliana che crea prodotti molto simili alla carne in termini di aspetto, sapore e consistenza utilizzando ingredienti a base vegetale. Tutto questo avvalendosi della tecnologia delle stampanti 3D.

L'idea di Redefine Meat è chiara, innovativa, a mio parere geniale, e si basa sull'utilizzo di una combinazione di proteine derivanti da fonti vegetali quali piselli, fagioli, soia, riso, lavorati insieme a fibre, amidi, oli e aromi naturali, al fine di ottenere un alimento gustoso, equilibrato dal punto di vista nutrizionale e al tempo stesso sostenibile da quello ambientale.

La stampante 3D è programmata per depositare i vari ingredienti secondo uno schema e un ordine prestabilito, in modo da creare, di volta in volta, un hamburger, un filetto o qualsiasi altro alimento desiderato.

Ogni fase di produzione è altamente controllata; l'obiettivo è che il risultato finale abbia caratteristiche organolettiche molto simili rispetto all'originale, non quello di creare un articolo adatto alla dieta vegetariana o vegana, ma piuttosto di far avvicinare le persone che seguono un regime onnivoro a uno

alimentare molto più sostenibile.

La "carne non carne" è in grado di replicare anche la struttura tipica di quella bovina, con fasci di fibre rosse e bianche a simulare muscoli e venature di grasso.

Anche il processo di cottura è simile a quello tradizionale: sulla griglia, in padella, al forno o su piastra.

L'unica nota dolente, a oggi, sembra essere rappresentata dal prezzo, più elevato rispetto a quello della carne tradizionale, a causa dei maggiori costi di produzione legati alla tecnologia 3D. Si pensa che, tuttavia, con il tempo, con l'aumento della domanda e una produzione su larga scala, Redefine Meat potrà andare incontro alle esigenze economiche del consumatore, che sarà maggiormente invogliato a comprare prodotti stampati. Così facendo, si potrà cercare di far fronte a due delle più grandi crisi globali, l'ambientale e l'alimentare, che

attanagliano il nostro tempo.

Come ho avuto modo di accennare precedentemente, l'attuale industria del cibo, fortemente incentrata su prodotti di origine animale, è altamente inquinante. Gli allevamenti intensivi sono responsabili di una percentuale preoccupante di tutte le emissioni di gas serra, come per esempio il metano.

Nonostante l'enorme disastro ambientale provocato, questi allevamenti non sono e non saranno mai in grado di soddisfare il sostentamento dell'intera popolazione mondiale in continua e costante crescita.

Trovare soluzioni "green" non deve essere assolutamente considerato un trend momentaneo, ma una necessità, ora come non mai, imminente.

Con Redefine Meat ci troviamo davvero davanti a una rivoluzione nel campo del cibo sostenibile. La carne stampata in 3D rappresenta, infatti,

un'alternativa pratica, etica, vantaggiosa sia dal punto di vista ambientale che salutare.

Ormai non abbiamo più scuse. Dobbiamo cercare di migliorare una situazione ambientale disastrosa che noi stessi abbiamo creato. Abbiamo l'obbligo di agire, di seguire uno stile di vita più consapevole che ci permetta di mantenere l'equilibrio con l'ambiente che ci circonda. Forse il cibo stampato 3D non sostituirà mai completamente tutti i prodotti che fanno parte della nostra tradizione culinaria, ma può sicuramente rappresentare una risorsa da prendere in considerazione, anche solo come spunto di riflessione per una dieta e, di conseguenza, una vita più consapevole.

Dopotutto si sa... Siamo quello che mangiamo! ■

Marina Greco

marina.greco83@hotmail.com



In queste pagine, da sinistra, diverse ricette preparate con carne sintetica: dagli hot dog, ai bocconcini e agli hamburger.



Mornasca

Questa rubrica festeggia con la Mornasca il suo primo anno. E sapete cosa c'è di meraviglioso? Che spesso riusciamo a portarvi racconti di vitigni e cantine che contano solo un numero: l'uno

Ufficialmente Mornasca, o Uva di Mornico, Ugone, Ugonà o Ugon di Mornico, talvolta anche Uvona. Pochissime le informazioni e nessuna scritta. Quello che si sa è che il vitigno era presente già nell'Ottocento e fino certamente al secondo dopoguerra; frecce al suo arco sono state la grande produttività e la resistenza alle malattie, tanto che si dice che l'Uva di Mornico fosse una delle più presenti nella zona (Mornico è in provincia di Pavia). Queste tutte le informazioni reperibili, stando ai racconti degli anziani del posto o dei nonni delle attuali generazioni di viticoltori. È quindi indispensabile ricorrere al consueto ausilio dell'esperto, che questa volta sarà Domenico Cuneo. Titolare di Cascina Gnocco, azienda nata nel 1923 grazie a Carlo Cuneo bisavolo di Domenico, che acquistò, a Mornico Lo-

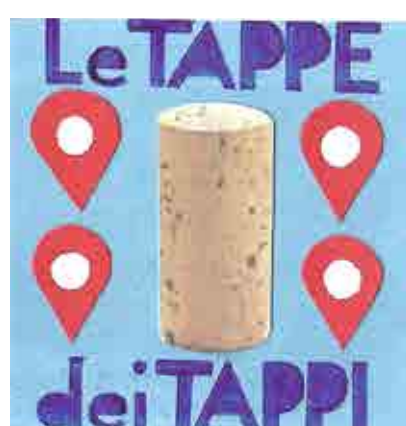
sana, i terreni in località "Gnocco".

Dunque, pochissime informazioni sulla Mornasca.

Sì, pochissime. Quello che sappiamo risale ai racconti dei nostri vecchi. Abbiamo cercato documenti scritti, ma non è mai emerso nulla. Posso raccontare però un fatto curioso.

Nel 1860 circa, Don Orione apriva la prima casa agricola qui, al Castello di Mornico. Lui con i suoi ragazzi faceva agricoltura.

È una mia supposizione, ma mi sembra possibile ritenere che, con la sua attività, abbia avuto un ruolo nella preservazione di questo vitigno. Ad ogni modo, venne abbandonato dopo gli anni Settanta, quando hanno preso piede le Denominazioni: si pensava a tutt'altro tipi di vitigni e che la Mornasca potesse



fare solo grande quantità ma poca qualità.

Da qui in avanti la Mornasca viene abbandonata, fino alla sua riscoperta in tempi recenti e della quale lei è certamente protagonista.

Avevamo un ettaro di vigneto che era coltivato metà a Barbera e metà a Uva di Mornico. Lo tenevamo perché 13 filari di quest'uva producevano come il doppio dei filari di Barbera. Ma poteva essere usata solo come uva da taglio. Sapevamo che aveva bisogno di una vendemmia tardiva, ma un anno, il 2005, non smetteva di piovere e questo ci ha costretto a posticipare ulteriormente la vendemmia. Fu la nostra fortuna. Abbiamo trovato un'uva sana, diversa da prima e molto zuccherina. Così abbiamo provato a vinificarla in purezza. Non era iscritta però tra i viti-

gni autorizzati, e questo ci ha obbligato a seguire tutta la trafila necessaria. Con l'Università degli Studi di Milano e il professor Failla, abbiamo seguito l'iter burocratico per richiedere l'iscrizione al Registro Nazionale. Successivamente, la Regione Lombardia, parliamo del 2010, ha approvato l'elenco delle varietà di vite per uva da vino coltivabili in Lombardia, ma solo in provincia di Pavia. Per quanto riguarda noi, dal 2016-2017 portiamo avanti unicamente questo vitigno.

Ha resistito bene alle lunghe piogge. Non è un fatto da sottovalutare.

No, infatti si tratta di un'uva molto resistente alle malattie. Per esempio, malattie fungine, oidio e peronospora difficilmente attecchiscono. Poi, come abbiamo potuto sperimentare, resiste anche alla pioggia; al contrario di quello che si potrebbe pensare, la buccia è sottile ma molto resistente, e questo è dovuto anche alla particolare conformazione del grappolo.

Attualmente siete gli unici produttori. Al contrario di quello che si

potrebbe pensare, questo non costituisce un vantaggio.

Sì, siamo gli unici produttori. Molti hanno lo sguardo su altri vitigni: penso per esempio al Pinot Nero, in tutte le sue versioni. Ma potrei citarne molti. Ho tentato diverse strade per portare questo vitigno a crescere un po' e farsi conoscere. Ma non vedo grande interesse. Eppure, quello che è accaduto nel Tortonese con il Timorasso dovrebbe insegnarci qualcosa.

Ci troviamo anche in un luogo "baciato dalla fortuna".

Sì, il nostro paese rispetto ad altri è meno noto, ma ha una fortuna notevole: è circondato da un circolo di colline più alte che ben lo riparano dalle intemperie. Un esempio di ciò? L'ultima grandinata risale al 1963. Il terreno tufaceo e argilloso è ideale per i rossi. Ma basta passare il torrente Verzate per trovare terreni di gesso, ideali per i bianchi.

Veniamo al vino.

Per usare un nome noto, potrei dire che somiglia al Sagrantino di Mon-

tefaleo. È un vino molto scuro, quasi impenetrabile. Ha una bella tannicità, poca acidità e buona struttura.

È necessario raccontare qualcosa anche del vostro Metodo Classico.

Quando facevamo il diradamento in vigna, buttavamo via alcune uve che, visto il periodo, erano ancora anonime, per colore e acidità. Un anno decidiamo di vinificarle e di sfruttare l'acidità per produrre un Metodo Classico. Ne stiamo ancora studiando la longevità; ora siamo a 110 mesi sui lieviti (si fa maturare il vino a contatto con i lieviti della fermentazione alcolica per aumentare il suo corpo, ndr).

Cosa ci si deve allora aspettare da questo vino?

Si tratta di un esemplare dai profumi molto complessi, senz'altro particolare e per il quale non è possibile ricercare paragoni, e questo vale senza dubbio anche per il rosso. Insomma, diciamo che più che spiegato, è un vino che va assaggiato. ■

Elisa Alciati
elisa.alciati@cibiexpo.it

Qui a fianco, tre diversi vini prodotti da Cascina Gnocco con l'uva Mornasca. Nella pagina a destra, veduta di Mornico Losana (PV).



Chiodi di garofano

È nelle isole Maluku – per noi Molucche – che la nostra storia comincia, migliaia e migliaia di anni fa, arrampicandoci su un sempreverde che alle volte raggiunge i 12 metri di altezza

Il vento soffia forte su queste isole, che osservano l'Oceano Pacifico sbirciando dall'abbraccio delle Filippine a Nord e di Papua a meridione, con la schiena appoggiata sulla linea dell'Equatore e dietro di essa Sulawesi, Timor, Nusa Tenggara e Java. Le foglie del *Syzygium aromaticum*, lunghe, slanciate, e ricche di olio essenziale, dal rosso delle più giovani invecchiano in un verde scuro. I suoi fiori sono raccolti in pannocchie, vale a dire grappoli di grappoli, e sfumano dal rosso al giallo. Sono proprio queste infiorescenze, raccolte ed essiccate dagli abitanti delle isole, che diventarono la spezia da noi conosciuta con il nome di chiodo di garofano. Gli isolani la indossavano come talismano e come segno distintivo del proprio rango, oltre a farne un'offerta per le divinità. Furono proprio questi antichi navigatori, che solcarono le onde dell'Oceano Indiano dall'Indonesia fino alle Seychelles e

al Madagascar, a introdurre per primi la spezia nelle arcaiche rotte commerciali, dove prenderà i nomi *lavangam* e *devakusuma* (fiore divino) in sanscrito, per giungere in Occidente ed essere chiamata *karyophyllon* (fiore di noce) in greco e mutuato poi nel latino *caryophyllum*. Il fatto che noi oggi la chiamiamo chiodo di garofano può sembrare strano, con il garofano non c'è alcuna parentela: *Syzygium aromaticum* è della famiglia delle *Myrtaceae* come, suppongo immaginerete, il mirto, anche se a separarle ci sono migliaia di miglia di distanza. Perché chiodi "di garofano", allora? Non è semplice da stabilire; la colpa potrebbe essere dei francesi, che pare per primi abbiano iniziato a chiamarla *clou de girofle*, ma in loro difesa c'è da dire che già greci e romani sembra utilizzassero i nomi sopracitati (fiore di noce) per indicare sia il fiore garofano che la spezia

indonesiana. Una cosa su cui possiamo sorridere e riflettere è però l'implicazione di questa confusione: i destinatari occidentali, come per la maggior parte delle spezie, non avevano la minima idea di quali fossero l'esatta origine e la fonte di quelle magiche ed esotiche merci, e tentavano di colmare l'ignoranza con una buona dose di inventiva e una comprensibile confusione. Confusione che per qualche ragione contagiò anche un'altra spezia, il "pepe garofanato", che sarebbe il pimento. Confusione o meno riguardo alla sua origine, gli antichi ne facevano largo utilizzo sia come ingrediente per profumi sia come medicinale già nella Cina del secondo millennio a.C., e pochi secoli dopo ne troviamo tracce a Terqa, in Siria, grazie alla scoperta dell'archeologo Giorgio Buccellati, che nel 1978 datò il ritrovamento della spezia tra le rovine

di un'antica abitazione andata a fuoco attorno al 1720 a.C. facendone il più antico reperto in Occidente prima dell'epoca romana.

I romani, che la conobbero nel I secolo d.C., pare ne sfruttassero il potere anestetico per lenire il dolore ai denti, dato che una sostanza in essa contenuta ha delle interessanti proprietà antisettiche e anestetiche, che tutt'oggi trovano applicazione in odontoiatria. Questa sostanza è l'eugenolo, che prende il nome da una nomenclatura ormai obsoleta con cui si usava riferirsi al nostro *Syzygium aromaticum*, e cioè *Eugenia caryophyllus* (vi dice niente?).

Per tutto il Medioevo, la fornitura della spezia dipenderà dai commerci della Via Marittima della Seta, e si dovrà attendere il Cinquecento per vedere le prime importazioni dirette da parte degli europei, quando i portoghesi inva-

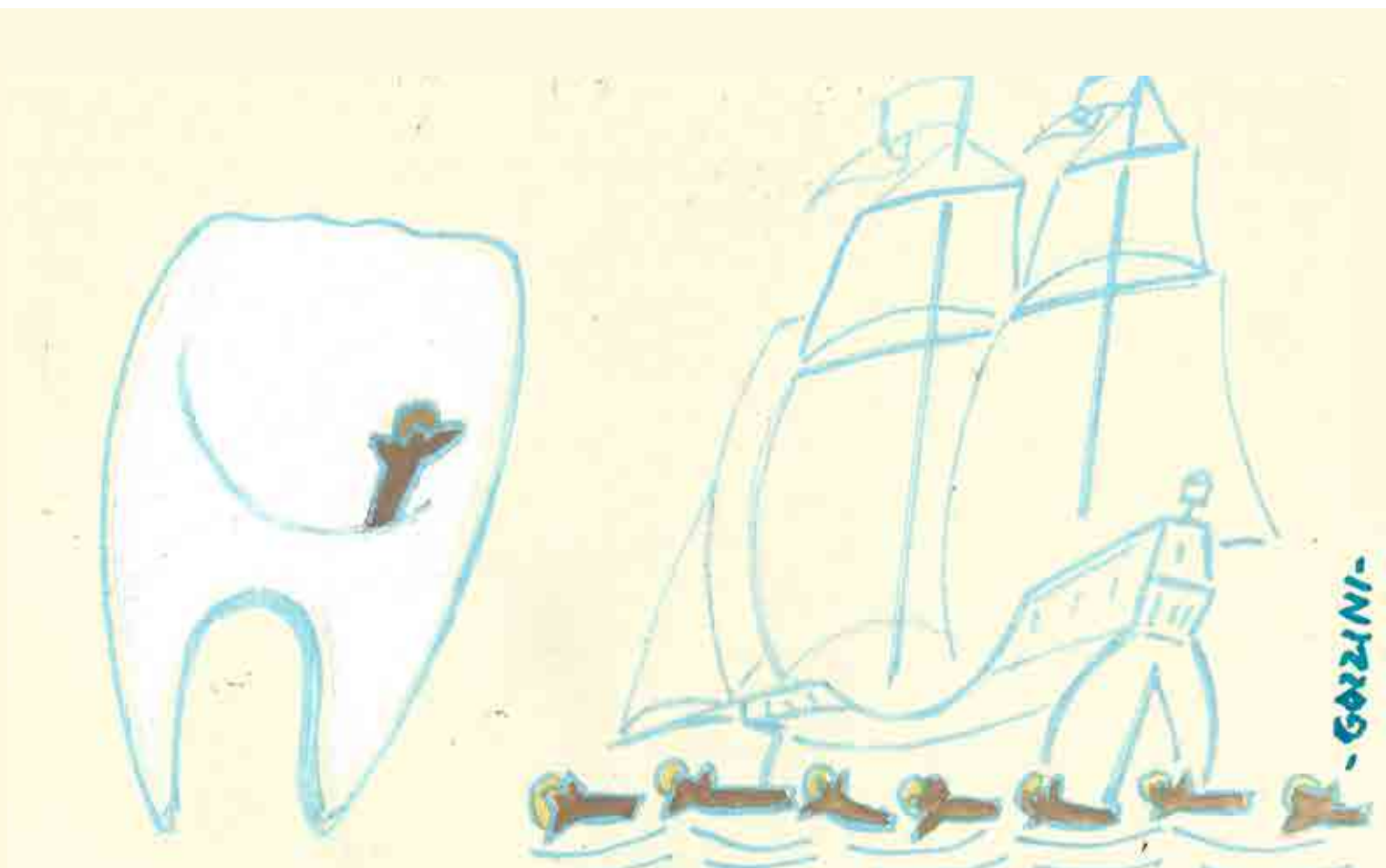
sero e conquistarono le isole Molucche di Bacan, Makian, Moti, Ternate e Tidore, per poi venir soppiantati a loro volta dagli olandesi. La compagnia olandese delle Indie Orientali consolidò il suo controllo sul chiodo di garofano durante il Settecento, tentando di ottenerne il monopolio, così come aveva fatto con la noce moscata, che però cresceva solo sulle piccole (e poche) isole Banda, mentre il nostro *Syzygium* si trovava in tutte le Molucche. Non passò molto tempo prima che il botanico francese Pierre Poivre, così come viene raccontato ai turisti, ne trafugasse alcuni semi per piantarli alle Mauritius e a Zanzibar. In Occidente, il profumo del chiodo di garofano stimolò l'invenzione di varie applicazioni; una particolarmente interessante, di moda vittoriana, era la creazione di *pomander*, "pomi d'ambra", che all'epoca consistevano in un'aran-

cia rivettata di chiodi di garofano utilizzata per profumare gli ambienti. Attualmente, il Paese che produce più chiodi di garofano è l'Indonesia, che però quasi fatica a soddisfare il suo fabbisogno interno; per cui sì, se ve lo state chiedendo, in Indonesia è molto probabile che troverete chiodi di garofano dappertutto.

Esiste persino un particolare tipo di sigaretta, detta *kretek*, che si caratterizza proprio per contenerne insieme al tabacco e il cui nome è onomatopea dello scricchiolio che i chiodi di garofano emettono quando vengono bruciati. ■

Riccardo Vedovato
riccardo.vedovato1994@gmail.com

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



Emanuele Magenta

Product designer, molto più che meno

Designer, con una lunga e importante esperienza nello studio di Piero Lissoni, a Milano, da quando ha aperto il suo atelier si occupa principalmente di progettare e disegnare accessori.

Ha creato diversi marchi e linee di prodotti, ha collaborato con Mandarina Duck, con aziende svizzere specializzate in trolley e accessori borse, e con l'arrivo del Covid – visto che molte delle aziende con le quali lavorava sono state costrette a chiudere – decide, grazie all'esperienza maturata nello studio Lissoni anche come interior designer, di dedicarsi al disegno d'interni.

Scelta giusta, che non gli impedisce però di tornare ogni tanto al passato e inventare altro.

Avendo studiato e realizzato diversi prodotti – accessori – caratterizzati dall'intercambiabilità dei componenti, due anni fa decide di dare vita a un nuovo progetto e applicare la stessa logica a dei capispalla; così, si mette a lavorare

da solo e a buttar giù questo piano “a lungo termine”. Dedica circa un anno e mezzo al suo sviluppo, si appoggia all'ufficio tecnico di Futureclo, che lo aiuta nel definire misure giuste, tagli, e in generale a mettere in pratica l'idea e, realizzati i primi prototipi, inizia quindi la produzione vera e propria.

E così è nata Piumeno.

Sì. Quest'anno Piumeno fa un test, che dura tutta la stagione invernale, e poi si ferma. Non perché siamo falliti, ma perché io e il mio socio – che è un broker assicurativo, quindi si occupa di tutto fuorché questo – vogliamo vedere che cosa succede. Abbiamo fatto un bell'investimento, e adesso dobbiamo fare dei ragionamenti; forse entrerà una persona nuova in società, in modo da poter poi sviluppare tutto quello che è Piumeno. Io ho già disegnato tre stagioni. L'obiettivo è quello di creare un brand e farlo crescere il più possibile.

Il centro del progetto è l'intercambiabilità, che effettivamente attira...

Dal punto di vista della sostenibilità è fantastica. Il mio sistema di progettazione fa sì che anno dopo anno, comprando accessori nuovi – si giocherà molto sugli accessori –, tutti potranno trasformare continuamente le loro giacche, rendendole sempre attuali. Conto di rispondere in modo intelligente a questa voglia collettiva (anche mia) di comprare in continuazione cose inutili. Aiutare a non buttare via ma a modificare in corso d'opera. Per questo, renderemo sicuramente possibile, stagione dopo stagione, utilizzare componenti di linee precedenti. E, sempre in tema eco-sostenibilità, abbiamo anche un sistema di vendita innovativo. Utilizziamo i negozianti come dress-room (camerino, ndr), dando a loro l'espositore con tutte le taglie e tutti i colori del modello della giacca attualmente in corso, e ai clienti la possibilità di provare prima di acquistare, e quindi di non tro-

varsì nella condizione di aver sbagliato acquisto, doverlo rendere, rispedire, riacquistare, ecc...; e poi spediamo a casa, dando vita a una sorta di internet point all'interno del negozio che ti permette di ordinare appena hai finito di provare, e di ricevere in 2 giorni a casa. Così, non abbiamo resi.

Restituire le giacche o i componenti delle giacche e riutilizzare i materiali per fare capi nuovi è una cosa davvero possibile?

Allora... Noi avevamo pensato di fare una community, dove la gente si scambia i pezzi. Il nome Piumeno, il marchio che abbiamo registrato, può contenere tutte le classi di attività possibili e immaginabili. Ci piacerebbe molto metterla in piedi. La nostra speranza è che un giorno la signora Maria il collo di Piumeno se lo faccia da sola.

E per quanto riguarda la scelta dei

materiali, come avete proceduto?

Ovviamente è in piuma d'oca, però riciclata. Non è più piuma d'oca maltrattata – si chiamano proprio così – ma è certificata. Per la precisione, è di anatre che vengono utilizzate per scopi alimentari. A quelle anatre che diventeranno cibo vengono tolte le piume, e quindi non c'è maltrattamento dell'animale. Parlavo poco fa con un ragazzo di Biella che ha brevettato un processo nuovo. Si tritano tutte le piume di scarto e si fa un materiale tipo il twinset – quell'imbottitura delle giacche che puoi tagliare e gestire come se fosse un tessuto – e mi contattava appunto perché vorrebbero collaborare con noi. Più avanti perché no?

Questa tua creatività si riversa anche in altro? Coltivi, cucini?

Mi piace moltissimo mangiare e far da mangiare, e anzi vorrei essere molto più bravo. Però sì, mi do da fare e poi sono

un grande pollice verde. Tutto quello che ha un seme cerco di farlo nascere. Sempre durante il periodo del Covid, in cui tutti avevamo tempo libero, ho coltivato un avocado e un mango, che esistono ancora oggi; l'avocado è enorme, me ne sono occupato perché avevo il tempo di farlo. In un momento di tranquillità potevo seguire quel processo naturale, lento. E in Sardegna, dove ho una casa su una piccola isola, e l'orto, cosa molto comoda, se no dovremmo andare sempre a fare la spesa in barca. Coltiviamo pomodori, basilico, melanzane... E ci vuole gran tempo a curare tutto e, quando mangi, sei molto più soddisfatto, perché l'hai autoprodotta. ■

Marta Pietroboni
marta.pietroboni@cibiexpo.it

Le foto in queste pagine spiegano la filosofia alla base di Piumeno.



Le patate

Dalle Ande allo spazio: storia del tubero che ha cambiato il mondo

Originaria della zona delle Ande, in America meridionale, la sua coltivazione è antecedente allo sviluppo dell'impero Inca, una delle maggiori civiltà precolombiane, che esordì nel 1150 e fu definitivamente sconfitta dai conquistadores spagnoli guidati da Francisco Pizarro nel 1532.

Gli Inca consideravano la patata una Dea Madre, in virtù della sua stretta relazione con la terra.

In Europa venne importata per la prima volta dagli Spagnoli tra il 1580 e il 1585, e poi dagli Inglesi. L'introduzione in Italia si deve ai Carmelitani scalzi. Arriva alla fine del XVI secolo presso gli orti botanici di Padova e di Verona, come pianta ornamentale; la sua coltivazione come alimento inizia tra il Settecento e l'Ottocento. Dapprima è accolta con estrema diffidenza in quanto associata alla stregoneria, al demonio e non citata tra i cibi commestibili nella Bibbia, ed è usata solo per gli animali. Nel XVIII

secolo, con la carestia e l'aumento demografico, diventa centrale nell'alimentazione prima dei poveri, poi sulle tavole di tutti.

Nel mondo vengono prodotte ogni anno circa 350 milioni di tonnellate di patate. La Cina è il principale produttore con una quantità di oltre 70 milioni di tonnellate l'anno.

Oggi è tra le risorse più importanti per l'uomo.

Cresce a ogni latitudine, in svariate condizioni climatiche; non ha bisogno di molta terra e, se ben conservata dopo il raccolto, può durare fino a 6 mesi.

È del 1995 il primo esperimento di coltivazione extraterrestre. La NASA sta eseguendo alcuni esperimenti con l'obiettivo di portarla anche su Marte.

Caratteristiche e proprietà nutrizionali

Alleata dell'intestino, aiuta a tenere sotto controllo il colesterolo e l'assor-

bimento degli zuccheri. La presenza di vitamine del gruppo B favorisce il funzionamento del metabolismo. È ricca di fibre, d'amido, di carotenoidi e di quercetina, sostanza che esercita una funzione cardioprotettiva. Grazie al potassio, è in grado di difendere le arterie e il cuore, e contribuisce a tenere sotto controllo la frequenza cardiaca. La buccia ha un'azione antiossidante e protegge l'organismo dalle infezioni.

La patata si presta a diversi regimi nutrizionali poiché è priva di glutine, lattosio e istamina. Trattandosi di un carboidrato, apporta un elevato valore energetico, circa 80 calorie per 100 grammi di patate crude. Ci sono, però, alcune controindicazioni, date dalla presenza di solanina e caconina, due alcaloidi tossici che, in quantità elevate, possono provocare mal di testa e crampi muscolari. Non sono indicate in presenza di gastrite ed è preferibile evitarle quando si fa uso di farmaci diuretici,

poiché l'uso potrebbe interferire con la loro azione.

In fitoterapia, alla patata vengono riconosciute alcune proprietà energetiche, protettive della mucosa gastrica, diuretiche ed emollienti.

È utilizzata in cosmesi per lenire arrossamenti, pruriti e punture di zanzare, oltre che per decongestionare gli eritemi.

Un aneddoto dalla Francia: si narra che la regina Maria Antonietta mettesse fiorellini di patate tra i capelli.

Varietà e uso in cucina

Ne esistono centinaia di tipi; si distinguono per il colore, la dimensione, la consistenza della pasta e per il gusto. L'uso in cucina dipende dalla varietà scelta, poiché la consistenza della polpa può cambiare da farinosa a soda e compatta. È reperibile tutto l'anno, ma la raccolta avviene in momenti diversi a seconda delle varietà.

Molto versatile in cucina, si presta a infinite preparazioni. Va consumata solo previa cottura e se non presenta germogli sulla superficie.

La più usata è a pasta bianca: *Daijla*, *Kennebec* e *Biancona di Esino* sono solo alcuni esempi. Ricca di amido, ha una polpa chiara, morbida e una consistenza farinosa. Ideale per la preparazione di purè, gnocchi, crocchette, o per l'impasto di torte salate e polpettone.

Quella a pasta gialla contiene meno amido e ha una polpa più soda. È perfetta per la frittura, per la cottura al forno o in umido, oppure semplicemente lessata al vapore. La patata da seme *Amany* è una varietà tardiva, con buccia gialla-marrone.

La rossa, simile a quella gialla, si differenzia per il colore rosato della buccia e per i pigmenti dalle proprietà antiossidanti; dunque l'ideale è consumarla senza pelarla, al forno o in padella;

ottima anche frita. Tra le più note troviamo la *Patata rossa di Colfiorito IGP*. Particolare è la *Zoe*, che ha rossa anche la polpa.

Esiste infine la viola, in virtù della colorazione violacea esterna, come la patata turca.

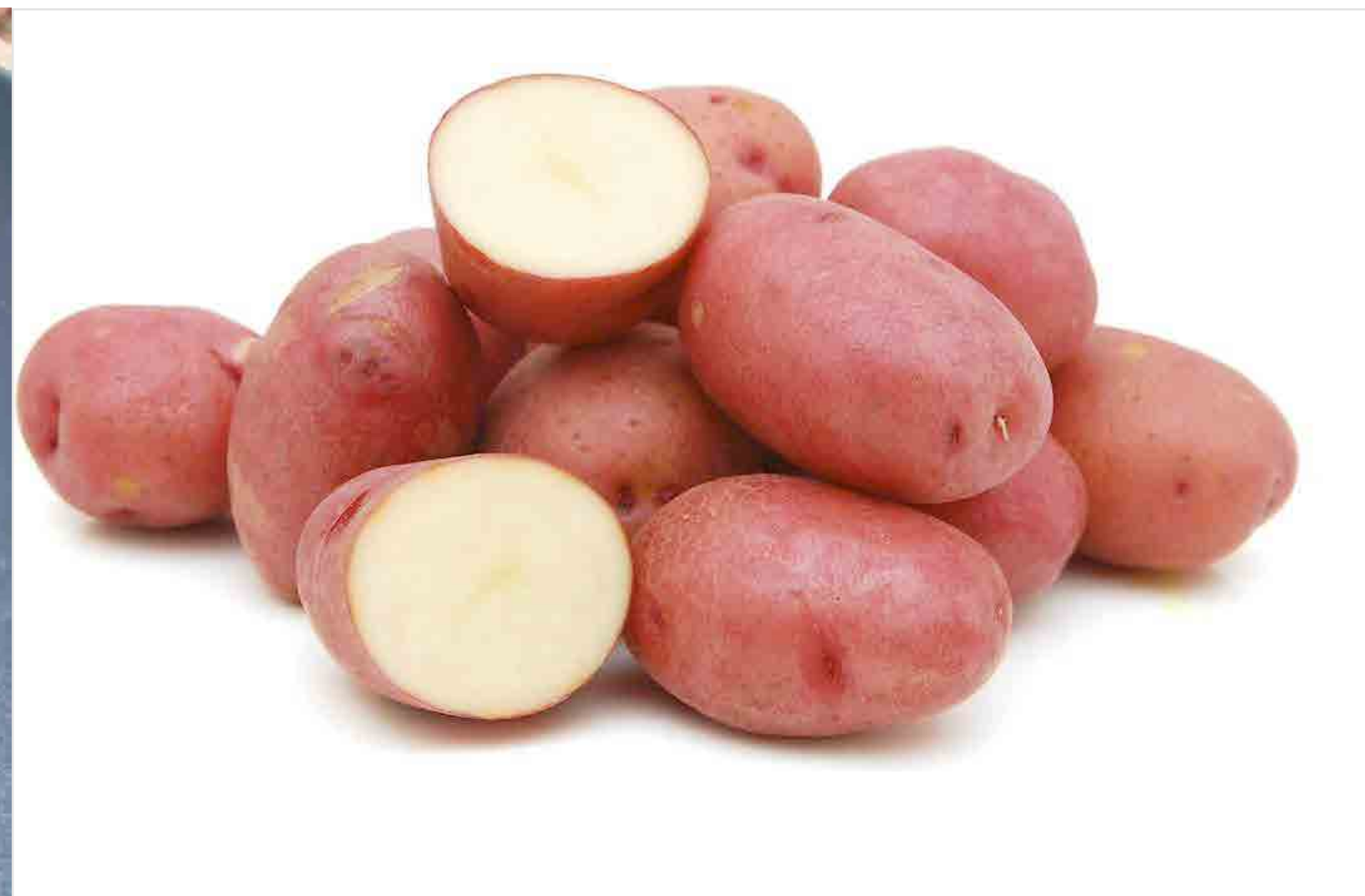
Tutti conoscono le novelle: patate comuni raccolte prima del loro sviluppo definitivo. Ottime in padella e al forno, da consumare intere e con la buccia.

Probabilmente non tutti sanno che le patate americane, pur assomigliando nell'aspetto a quelle tradizionali, non sono tuberi, bensì radici commestibili. Per conservarle più a lungo, l'ideale è non lavarle per non favorire la proliferazione batterica e riporle in un luogo asciutto e buio. Quando si acquistano, devono apparire sode, senza grinze né macchie. ■

Alessandra Meda
alessandra.meda@cibiexpo.it



© VICTOR A. VICENTE SEIJAS - OFEBA PROPIA



Flusso e reflusso

Uno dei disturbi della società ansiosa

Pensi di avere il reflusso gastroesofageo, vai da un medico ed esci con foglietti pieni di sigle: MRGE, GERD, GORD... e anche ERD e NERD. Niente di allarmante; sono una serie di acronimi equisignificanti che derivano dal modo italiano o inglese (due nella lingua anglosassone, in ragione della doppia versione di grafia della parola GastroEsophageal o GastroOesophageal) di chiamare questo comune disturbo digestivo. MRGE sta per Malattia da Reflusso Gastro-Esofageo, GERD deriva da GastroEsophageal Reflux Disease e GORD da GastroOesophageal Reflux Disease. Da ultimo, le sigle NERD e ERD specificano se la malattia è non erosiva (NonErosive Reflux Disease) o erosiva (Erosive Reflux Disease).

Ma di che si tratta e cosa si può fare per alleviare i sintomi o curarli?

Con reflusso gastroesofageo, o reflusso

acido, si intende la risalita di contenuto acido o biliare dello stomaco nell'esofago in una quantità e frequenza tali che non permettono a quest'ultimo di liberarsene e autopulirsi in maniera efficiente.

È necessario precisare che il passaggio di materiale dallo stomaco all'esofago è normale e avviene fisiologicamente durante la giornata, soprattutto in seguito ai pasti, e nella maggior parte dei casi non è associato a sintomi, e solo quando gli episodi di reflusso si verificano con troppa frequenza o con durata eccessiva danno vita a uno stato patologico.

Il reflusso colpisce milioni di persone in tutto il mondo, in percentuali molto alte in Europa e sembra più basse in Asia, probabilmente in ragione di stili di vita e diete diverse.

Le cause, come spiega Gaia Pellegatta, specialista in Gastroenterologia ed En-

doscopia Digestiva in Humanitas, sono diverse. Alla base della malattia c'è probabilmente una condizione di ridotta tenuta della "giunzione" che si trova tra esofago e stomaco, lo sfintere esofageo inferiore, che regola il passaggio di materiale tra i due organi e, quando perde tono, consente la risalita patologica di materiale acido o alcalino. Il tono di questa giunzione – che subisce variazioni nell'arco della giornata e fisiologicamente si riduce (temporaneamente) in seguito alla deglutizione per consentire il passaggio di cibo dall'esofago allo stomaco – può anche andare incontro ad alterazioni disfunzionali e croniche, che ne compromettono la perfetta efficienza. La ridotta tenuta dello sfintere, come si legge ancora nei testi della dottoressa Pellegatta, può dipendere da fattori di diversa natura: anatomici, alimentari, ormonali, farmacologici e funzionali. E

così, se da un lato obesità, sovrappeso e stato di gravidanza, per esempio, determinano un aumento della pressione intra-addominale che può alterare il tono della giunzione esofago-gastrica favorendo così episodi di reflusso, dall'altro anche una dieta squilibrata può avere un forte impatto. Alimenti come il cioccolato, la menta e l'alcol hanno la capacità di agire sullo sfintere esofageo inferiore riducendone il tono, e cibi grassi o alcol di diminuire la velocità di svuotamento gastrico, favorendo in entrambi i casi il reflusso. I sintomi più comuni sono bruciore di stomaco, dolore al petto – localizzato generalmente dietro lo sterno, capace a volte di irradiarsi anche posteriormente, tra le scapole, fino a raggiungere collo e orecchie – e rigurgito acido, ossia la percezione di liquido amaro o acido in gola e bocca.

Vengono stimolati, di solito, da pranzi e cene troppo abbondanti ed elaborati, e dall'assunzione, subito dopo i pasti, di posizioni non funzionali a una corretta digestione, come quella supina (e, ovviamente, da movimenti come il chinarsi in avanti).

Nella maggior parte dei casi, la malattia da reflusso gastroesofageo si può tenere sotto controllo grazie a semplici accorgimenti nello stile di vita alimentare; solo in una percentuale ristretta di casi, invece, è necessaria una terapia farmacologica.

Con l'aiuto della dottoressa Letha More, stimata nutrizionista laureata in microbiologia e dottorata in scienze della nutrizione e della salute, che da poco ha pubblicato il libro *Dieta per il reflusso acido*, vi diamo qualche consiglio. Primo fra tutti, e probabilmente da tanti conosciuto, quello di

consumare pasti piccoli e frequenti e di evitare di mangiare subito prima di coricarsi. Poi, evitare per un periodo di tempo limitato (2 settimane) e in seguito re-inserire in piccoli quantitativi agrumi, pomodori, fritti, cioccolato amaro, cibi piccanti, alcol e caffeina, bevande gassate, menta, aglio e cipolla crudi. Terzo, ingerire più fibre, e cioè più frutta, verdura e cereali integrali. Quarto, mangiare più alimenti alcalini, come cetrioli, anguria, verdure a foglia verde, banane.

Chiudiamo con una lista di cibi che potremmo chiamare salvifici, perché, per motivi diversi, contrastano significativamente il reflusso acido: farina d'avena, zenzero, latte di mandorle, finocchio, aceto di sidro di mele. ■

Marta Pietroboni
marta.pietroboni@cibiexpo.it



2 tipi di reflusso

Oltre a quello gastroesofageo, è diffuso l'extra-esofageo. Il secondo provoca una risalita di materiale gastrico non verso l'esofago ma verso laringe e faringe. Questa condizione è in grado di produrre una sintomatologia che spesso è molto diversa rispetto al reflusso gastroesofageo. Alcuni esempi sono: tosse cronica, frequente necessità di schiarirsi la voce, affaticabilità vocale, sensazione di bolo in faringe.

Nella pagina di sinistra: zenzero e latte di mandorla, due tra gli alimenti che possono contribuire a contrastare il reflusso acido. Nella fotografia qui accanto, invece, una donna in stato di gravidanza, condizione spesso associata a temporanei malfunzionamenti dello sfintere esofageo.

La sfida del gianduiotto

Siamo in molti ad amare il gianduiotto piemontese fatto di nocciola, zucchero e massa di cacao, dal gusto tenero e goloso e avvolto in regale carta dorata

Le sue origini risalgono ai primi dell'Ottocento. La cioccolata con cui viene realizzato il *giandojòt* torinese, chiamata appunto gianduia, è nata infatti in quegli anni a Torino, ad opera degli intraprendenti cioccolatieri che, per aggirare il blocco economico imposto da Napoleone contro la Gran Bretagna e le sue colonie, iniziarono a usare la nocciola tonda gentile delle Langhe per sostituire una parte del prezioso cacao.

Fu la Caffarel, una tra le più antiche aziende dolciarie italiane, nel 1865, a produrre per la prima volta il gianduiotto, i cui ingredienti tutt'oggi sono i 3 citati – nocciola, zucchero e massa di cacao –, così come indicati nel disciplinare di produzione attualmente all'esame della UE per il riconoscimento dell'indicazione geografica protetta del Gianduiotto di Torino IGP, che conferirebbe una importante tutela al prodotto dolciario piemontese, realtà che crea

un indotto di circa 200 milioni di euro. Proprio con riferimento alla ricetta, è attualmente in corso un'accesa diatriba tra l'Italia e la multinazionale svizzera del cioccolato Lindt, proprietaria del marchio Caffarel, che vorrebbe inserire nel disciplinare anche il latte in polvere, cambiando in tal modo l'originale ricetta del cioccolatino più famoso del mondo. L'intenzione della Lindt parrebbe giustificata da motivi economici, poiché il costo del latte in polvere è notoriamente inferiore rispetto a quello delle nocciole.

Tale situazione ha creato uno stallo nella procedura di riconoscimento dell'IGP in sede comunitaria, che vede contrapposti: da un lato, chi ritiene che il gianduiotto debba rimanere privo di latte e, dall'altro, la multinazionale svizzera, che, forte della titolarità del marchio Caffarel, rischia di travolgere l'anima più purista del vero gianduiotto a discapito della tradizione storico-

dolciaria legata al famoso cioccolatino. A difesa dell'originalità del gianduiotto, dimostrando grande buon senso, oltre alla volontà di salvaguardare la categoria, sono insorte alcune tra le più importanti aziende italiane del settore e famosi maestri cioccolatieri convinti che aggiungere il latte in polvere nel gianduiotto sia un po' come allungare il vino con l'acqua.

Questa è una battaglia alla quale possiamo volentieri assistere, gustando, finché possibile, il vero gianduiotto senza latte, invece dei pop corn... ■

*Daniela Mainini
info@anticontraffazione.org*

Nella foto sottostante, i gianduiotti, i tradizionali cioccolatini piemontesi.



**centro studi
anticontraffazione**



Nella foto sopra, Daniela Mainini, Presidente del Centro Studi Anticontraffazione.

Alimenti “ultra-processati”

Da qualche tempo si parla con toni allarmistici di questo tipo di alimenti, dipinti come il nuovo male in campo alimentare. Ma cosa sono esattamente?

Esaurito il filone dei “veleni bianchi”, dal latte alla farina 00, dallo zucchero al sale, dimenticata la guerra all'olio di palma, accantonate le accuse alla carne rossa e ai salumi, si sentiva la mancanza di un nuovo “mostro alimentare”. Ecco allora comparire all'orizzonte il termine: alimenti “ultra-processati”. Ne parlano in molti, ma pochissimi lo fanno con cognizione di causa, perché il tema è talmente dibattuto, e al tempo stesso indefinito, da prestarsi alle interpretazioni più fantasiose.

Partiamo allora dalla base: cosa significa alimento “ultra-processato”?

Il termine ha cominciato a circolare quando, qualche anno fa, il ricercatore brasiliano C.A. Monteiro mise a punto un sistema di classificazione chiamato “NOVA”. Gli alimenti sono raggruppati sulla base delle trasformazioni (ovvero i processi) cui sono sottoposti: a un'estremità quelli “non

trasformati” (come la frutta fresca, la verdura, il latte...), all'estremo opposto gli “ultra-processati”, realizzati sottoponendo le materie prime a lavorazioni che ne modificano la struttura con tecnologie quali la cottura, la lievitazione, la surgelazione..., prodotti che abitualmente acquistiamo e consumiamo, come biscotti, torte, sughi pronti, salse.

Il concetto sul quale si basa NOVA è semplice: più un alimento è processato, più fa male. Come spesso accade, la semplicità non è garanzia di correttezza se non si sposa con le evidenze scientifiche o con il buon senso. Nel caso specifico, sono più che giustificati alcuni dubbi: siamo sicuri che non ci sia differenza tra la salubrità delle patatine fritte e quella degli omogeneizzati di frutta, entrambi “ultra-processati”? Perché i frollini industriali dovrebbero avere proprietà nutrizionali significativamente di-

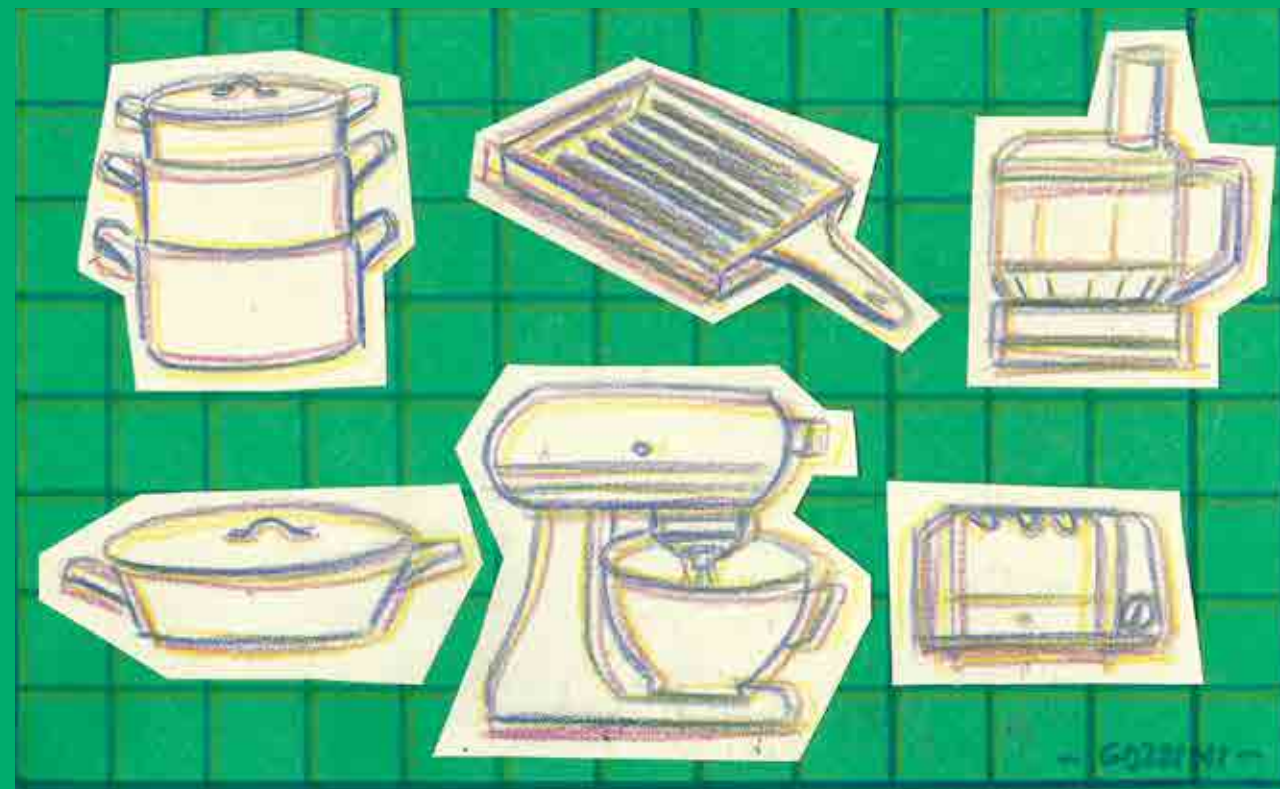
verse da quelli fatti in casa? E il latte che viene sottoposto a processi di microfiltrazione e bassa pastorizzazione contiene più o meno vitamine rispetto a quello raccolto in fattoria e bollito tra le mura domestiche?

Se si applicasse la classificazione NOVA al comportamento abituale in cucina, anche il sugo che prepariamo dovrebbe rientrare nella categoria degli “ultra-processati”, come praticamente tutto quello che costituisce l'essenza delle nostre tradizioni culinarie.

Insomma: se c'è un caso in cui vale il detto “non si può fare d'ogni erba un fascio”, questo è proprio quello degli alimenti “ultra-processati”. ■

*Giorgio Donegani
www.giorgiodonegani.it*

L'immagine qui sotto è realizzata dall'illustratore Libero Gozzini.



L'istruzione come trampolino di lancio per il futuro

Risulta difficile pensare all'Italia senza associarla alla bellezza dei suoi paesaggi agrari e alla varietà dei prodotti agroalimentari che il mondo ci invidia

Eppure, nonostante le enormi potenzialità di un settore in continua crescita, sono troppo pochi gli studenti che decidono d'iscriversi agli Istituti Agrari, eredi di una lunga e gloriosa tradizione.

Testimonianze di percorsi di studio orientati al lavoro agrario troviamo già nella piemontese legge Casati del 1859, estesa dopo l'Unità a tutta l'Italia. Nel corso dei decenni, ci sono stati numerosi e non sempre felici tentativi di definire l'identità dell'istruzione tecnica, ma bisognerà aspettare il 1962, anno dell'abolizione delle scuole di avviamento professionale, per assistere all'ingresso a pieno titolo dell'istruzione agraria negli istituti secondari di secondo grado. Oggi, il Diplomato nel settore "Agraria, Agroalimentare e Agroindustria", nelle tre articolazioni "Produzioni e trasformazioni", "Gestio-

ne dell'ambiente e del territorio", "Viticoltura ed enologia", ha competenze nel campo della organizzazione e della gestione delle attività produttive, trasformative e valorizzative del settore, con attenzione alla qualità dei prodotti e al rispetto dell'ambiente.

Per sostenere l'applicazione delle Linee Guida attraverso specifiche attività di formazione, ricerca, progettazione e scambio di buone pratiche, nel 2011 è nata la Re.N.Is.A (Rete Nazionale Istituti Agrari), di cui sono fondatrice e presidente in carica. Nel corso degli anni, la Re.N.Is.A. ha favorito importanti collaborazioni, mettendo in connessione gli obiettivi educativi della scuola, i bisogni del territorio e le richieste professionali espresse dal mondo produttivo. In un tempo di profonde trasformazioni, la sfida che ci proponiamo è dunque quella di creare

profili professionali capaci di coniugare la necessaria specializzazione tecnica e l'apertura ad altri ambiti del sapere. In questo senso, la collaborazione con CiBi – grazie alla quale, a partire dal prossimo numero, i nostri studenti potranno raccontare le numerose e talvolta straordinarie attività che si svolgono all'interno degli Istituti Tecnici Agrari italiani – rappresenta un'occasione preziosa per allenare il pensiero alla complessità, acquisire pratiche di lavoro interdisciplinare, consolidare competenze specifiche da mettere al servizio di questioni cruciali quali sostenibilità, sviluppo, innovazione. Un'occasione per costruire il futuro. ■

*Professoressa Patrizia Marini
Dirigente scolastica
ITA "Emilio Sereni", Roma
Presidente Re.N.Is.A.*

**Nella foto sotto,
una giovane
ragazza
impegnata
in una attività
agricola.**

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



Soft commodities

Il cibo nel mercato finanziario

Anche gli alimenti sono un bene negoziato sui mercati finanziari, così come tante altre materie prime. A differenza però dalle cosiddette hard commodities – proprie del settore energetico, dei metalli preziosi e di quelli industriali – i prodotti agricoli e alimentari, le soft commodities, frutto di coltivazione e allevamento, sono soggetti a fluttuazioni di prezzo in ragione di vari fattori, come le condizioni meteorologiche, le avversità e le malattie delle colture, la domanda globale e altri eventi, che ne influenzano in modo non prevedibile quantitativi e qualità di produzione. Per questo – dove la volatilità dei prezzi è maggiore, è più facile speculare, e quindi guadagnare – banche e fondi scommettono sempre più spesso sul prezzo di diversi alimenti. Ma non solo. Alcuni articoli di settore spiegano infatti come a partire dai primi anni 2000 la deregolamentazione dei merca-

ti delle materie prime abbia cambiato profondamente il volto delle piazze finanziarie che scambiano titoli legati al cibo. Se fino a quel momento, infatti, solo agricoltori e industrie alimentari avevano utilizzato strumenti finanziari come i futures – contratti in cui le due parti si accordano per scambiarsi a scadenza una determinata quantità di un bene (finanziario o reale) a un prezzo prefissato – per comprare e vendere cibo (e lo avevano fatto sostanzialmente per avere una sorta di garanzia rispetto alle oscillazioni dei prezzi), dopo il 2000, operatori esterni al settore food hanno immesso grandi somme di denaro in questo mercato per comprare e vendere materie prime agricole con l'obiettivo di ricavare liquidità a breve termine.

Gli investitori spesso cercano di trarre profitto dalle fluttuazioni dei prezzi di questi prodotti, basandosi – non senza

rischi – su previsioni riguardo a fattori quali appunto la produzione agricola, la domanda globale, le condizioni meteorologiche e gli eventi politici, come, per esempio, la recente guerra in Ucraina. La gamma di prodotti agricoli e alimentari negoziati sui mercati finanziari è vasta, ma quelli più comunemente oggetto di operazioni sono:

1. Cereali: grano, mais, riso, avena, ecc.
 2. Oli vegetali: olio di soia, olio di palma, olio di colza, ecc.
 3. Zuccheri: zucchero di canna, zucchero di barbabietola, ecc.
 4. Frutta e verdura: mele, arance, pomodori, patate, ecc.
 5. Carne: bovini, suini, pollame, ecc.
- E ogni anno c'è qualche specifico alimento che, secondo gli analisti, potrebbe essere la scommessa giusta... ■

Marta Pietrobboni
marta.pietrobboni@cibiexpo.it

Pillole tecniche

1. Mercato dei futures: i contratti futures sono uno strumento comune per negoziare soft commodities. In un contratto futures, sia l'acquirente che il venditore si impegnano a comprare o vendere una quantità specifica di una merce a un prezzo prestabilito in una data futura.

2. Speculazione e investimenti: gli investitori possono anche partecipare ai mercati delle soft commodities con l'obiettivo di ottenere guadagni attraverso la speculazione sui movimenti dei prezzi. Tuttavia, gli investimenti in soft commodities comportano rischi significativi.

3. Indicatori economici: i prezzi delle soft commodities possono anche riflettere indicatori economici più ampi. Ad esempio, un aumento dei prezzi dei cereali potrebbe segnalare una crescente domanda di cibo o una scarsità di raccolti.

4. Fluttuazioni stagionali: le soft commodities sono spesso soggette a oscillazioni dovute alle variazioni nella stagione agricola. Queste fluttuazioni possono essere utilizzate dagli operatori per prendere decisioni di trading.

5. Impatto degli eventi globali: cambiamenti climatici, epidemie, politiche agricole e tensioni commerciali possono influenzare significativamente i mercati delle soft commodities.

Melanzana rossa di Rotonda

È un prodotto Slow Food tipico della Basilicata

La melanzana rossa di Rotonda prende il nome dal paese di produzione che si trova nella parte meridionale della Basilicata, precisamente nel parco nazionale del Pollino in provincia di Potenza.

È un ortaggio originario dell'Africa e dell'Asia tropicale, importato in Italia agli inizi del XX secolo durante le guerre coloniali. Tonda e di piccole dimensioni, può essere scambiata per un pomodoro ramato.

La consistenza della polpa è spugnosa proprio come quella delle melanzane comuni; il sapore è delicatamente piccante, con leggere note di amaro.

È attualmente considerata un super food per la ricchezza di fibre, vitamine e sali minerali.

Dal 2000 la melanzana rossa di Rotonda è inserita come Presidio Slow Food tra i prodotti a rischio di estinzione, oltre a essere un marchio DOP, certificazione legata alla produzione in un territorio specifico.

Caratteristiche

È un ortaggio profumato, tondeggiante, leggermente appiattito, di piccole dimensioni e di peso non superiore ai 200 g, con una larghezza che non arriva ai 10 cm.

All'inizio della maturazione è di un bellissimo arancio; a maturazione completa, il colore si arricchisce di sfumature rosse lucide. Questa tinta, che caratterizza le ramature della melanzana, è data dall'elevata presenza di carotene che contraddistingue il suo sviluppo. La polpa contiene piccoli semi, è bianca e carnosa; a differenza delle classiche melanzane, non diventa nera dopo il taglio a causa del basso contenuto di acido clorogenico (noto anche come acido 3-caffeilchinico, un polifenolo diffusissimo nei vegetali, in particolare nel caffè verde). È disponibile per il consumo da luglio a novembre.

Come conservarla

Il metodo di conservazione è simile a

quello dei pomodori e dei peperoncini sott'olio.

Spesso le melanzane vengono legate insieme in grappoli e messe a essiccare sotto le tettoie per farle disidratare e per poi conservarle sott'olio o sotto aceto. Quelle fresche si possono tenere in frigorifero.

Come cucinarla

Numerose sono le ricette della tradizione lucana con la melanzana: fritta, aromatizzata con aglio e menta, in abbinamento con il caciocavallo podolico (la varietà prodotta esclusivamente con il latte delle vacche podoliche, una razza pregiata caratterizzata da corna lunghe e mantello grigio, proveniente dalle steppe europee e asiatiche).

Si possono utilizzare anche le foglie, più tenere rispetto alle altre tipologie di melanzana. ■

Giovanni Romano
giovanni.romano@cibiexpo.it

Nella foto, alcuni tra gli alimenti più presenti sui mercati finanziari.



Nella foto, una cassetta di melanzane rosse di Rotonda.



Il buono delle piante

Dalla radice al fiore che cosa (e quando) possiamo mangiare

Delle piante più comuni sappiamo riconoscere e distinguere tutte le parti costitutive: radici, tuberi e bulbi, che crescono sottoterra; fusti, foglie e fiori, che si sviluppano fuori terra; frutti e, ovviamente, semi.

Generalmente sappiamo anche – almeno facendo riferimento alle specie vegetali che si sviluppano nel nostro territorio e fanno parte della nostra cultura enogastronomica – quali sono le parti migliori da consumare di ognuna e come cucinarle per renderle gustose. Questo ci consente tra l'altro, magari inconsapevolmente, di avere una dieta varia e di assorbire componenti nutritive ogni volta diverse. Viceversa, sappiamo anche quali parti evitare, perché velenose. Ma vediamo alcune cose insieme. Le radici e i tuberi – come le carote, le patate, le barbabietole e il ravanello – sono ricche di aminoacidi (dei carboi-

drati complessi capaci di dare molta energia), sali minerali e specifiche vitamine come la B e la K. I bulbi, come aglio e cipolla, sono noti soprattutto per essere delle ottime fonti di composti bioattivi importanti per la salute, di carboidrati, antiossidanti, oltre ovviamente a sali minerali, vitamine e fibre. Le foglie – e tra queste menzioniamo lattuga, spinaci, basilico e prezzemolo – sono esempi di componenti che vengono spesso consumati, essendo leggeri, freschi e ottima fonte, in particolare, di acidi grassi come gli omega 3, di acido folico, di fibre oltre che di altri minerali e vitamine come la A. I fusti, che mangiamo solo di alcune piante, come il sedano, i porri, l'asperula, il rabarbaro, sono un raro concentrato di fibre. I frutti, inutile specificarlo, sono la parte più conosciuta e consumata delle piante. Dolci e succosi, dalle consistenze e dai

sapori variegati, ci forniscono zuccheri naturali, acidi organici, acidi grassi, sali minerali, antiossidanti, vitamine, fibre. Ma siamo sicuri di sapere tutto su questa ultima parte preziosa e amata delle piante? Frutto e bacca sono ad esempio sinonimi? No. Con bacca, infatti, in botanica si fa riferimento solo a un frutto carnoso, derivato da un singolo ovario, con buccia sottile o nessuna buccia esterna distintiva e semi incorporati nella polpa; esempi noti sono il pomodoro e l'uva e alcuni frutti di bosco. In merito a questi piccoli e squisiti esemplari, tra loro molto diversi – fanno infatti parte dei frutti di bosco i mirtilli, il ribes, come anche more, lamponi, fragole, gelsi... –, si possono aggiungere due note interessanti. I lamponi sono dei composti, cioè sono formati da un'aggregazione di piccole palline rosse ognuna contenente un seme, noti come drupe-

ole. E le fragole sono erroneamente considerate un frutto. Quella che noi comunemente chiamiamo fragola è in realtà l'ingrossamento del ricettacolo (parte del fiore) che sostiene i veri frutti, che sono i piccoli semi giallo-verdi sulla superficie della fragola, che è quindi, tecnicamente, un'infiorescenza (gruppo di fiori) modificata in un falso frutto.

Vero è, in ogni modo, che di fiori ne mangiamo molti. Sempre più di moda in tantissime preparazioni, colorano, profumano, ma sono anche preziose risorser di sostanze fitochimiche con proprietà antinfiammatorie e antivirali. Facciamo alcuni esempi. I fiori di zucca sono consumati in molte cucine, così come i fiori di alcune erbe aromatiche. E tantissimi sono usati oggi per decorare o dare una nota gustativa nuova a piatti diversi.

Una cosa interessante da notare è che, se è vero che mangiamo tendenzialmente frutta e verdura mature, il grado di maturazione in cui sono adatte al consumo non è lo stesso per tutte le specie. Giusto per fare un esempio, consumiamo carciofi e broccoli in uno stadio particolare del loro processo di maturazione: li scegliamo quando stanno iniziando a diventare fiori. Se li lasciassimo maturare di più, il carciofo sarebbe bellissimo da vedere, ma coriaceo e peloso, e i broccoletti anche. Subito dopo la fioritura, infatti, le piante iniziano a utilizzare tutta la loro energia per produrre i semi e perdono l'umidità, diventando fibrose, dure e amare.

Anche nel caso della zuccina, la maturazione è fondamentale. Il momento perfetto per il consumo è quello iniziale; dopo, il frutto si riempie così

tanto di semi che diventa impossibile mangiarlo. A questo proposito, vale la pena di aggiungere un'altra piccola informazione. Alcune piante, come, ad esempio, l'asparago, vengono consumate solo quando sono dei germogli. Dalle gemme del suo rizoma spuntano infatti a inizio primavera i cosiddetti turioni (nome tecnico dei germogli di questa pianta), che vengono subito raccolti, prima che si trasformino in cespugli alti fino a un metro e mezzo. Un'ultima nota per le spezie. Queste sostanze aromatiche, utilizzate per aggiungere sapore e aroma ai cibi, sono ottenute da tantissime diverse parti di piante; lo sapevate? Le ricaviamo infatti sia da semi che da corteccia, radici, fiori o frutti. ■

Marta Pietroboni
marta.pietroboni@cibiexpo.it

Nella foto, un gruppo di fragole: in realtà si tratta di falsi frutti, vale a dire infiorescenze.

In questa pagina: un mazzo di ravanelli, ovvero tuberi.



Le resine

Molti alberi producono resine che possono avere vari usi, tra cui anche l'utilizzo come additivi, aromi o addensanti in alcuni prodotti alimentari. Non tutte sono commestibili; ce ne sono infatti di tossiche. Di seguito ne elenchiamo alcune che sono utilizzate come additivi alimentari, e ricordiamo che in Italia, in Sicilia, dal frassino viene prodotta una resina speciale, la manna, di cui abbiamo parlato in passato in un articolo specifico.

1. Resina di gomma arabica: proviene dalla gomma acacia e viene utilizzata come addensante in molti prodotti alimentari, come gomme da masticare, caramelle e bevande.
2. Resina di benzoïno: ottenuta dalla corteccia di alcuni alberi del genere *Styrax*, è usata come aroma in alcune preparazioni alimentari.
3. Resina di pino: in alcune culture, è stata tradizionalmente adoperata per fare sciroppi o tè, ma l'uso è limitato e varia a seconda della regione.
4. Resina di incenso: è stata utilizzata come ingrediente in alcune ricette della tradizione. Tuttavia, l'uso varia e non è affatto comune.



Valtellina Taste of Emotion è *Official Supporter* dei Giochi Olimpici e Paralimpici Invernali di Milano Cortina 2026

La Fondazione Milano Cortina 2026 e Valtellina Taste of Emotion, il Distretto Agroalimentare di Qualità della Valtellina, hanno annunciato l'avvio di una collaborazione che esprime la condivisione di valori e di obiettivi in vista dei Giochi Olimpici e Paralimpici Invernali di Milano Cortina 2026.

L'accordo segna l'inizio di un viaggio emozionante che permetterà al territorio della Valtellina di condividere le proprie eccellenze con un pubblico internazionale, celebrando il connubio con l'evento sportivo più importante al mondo.

Con l'ingresso del marchio Valtellina in veste di Official Supporter nella squadra di Milano Cortina 2026, gli incantevoli territori, circondati dalle maestose Alpi Retiche e Orobie, rinomati per la loro bellezza paesaggistica, la naturale biodiversità e le tradizioni enogastronomiche, si preparano a diventare protagonisti su un palcoscenico mondiale.



Le Olimpiadi e Paralimpiadi Invernali di Milano Cortina 2026 si svolgeranno rispettivamente dal 6 al 22 febbraio 2026 e dal 6 al 15 marzo 2026 e coinvolgeranno i territori di Lombardia e Veneto e le Province autonome di Trento e Bolzano, coprendo un'area di oltre 22.000 km quadrati.



Valtellina
Taste of emotion

Valtellina Taste of Emotion rappresenta 9 denominazioni Dop e Igp, per un valore di 300 milioni di euro (+3,63% sul 2022): parliamo della Bresaola della Valtellina IGP, dei prodotti DOP Bitto e Valtellina Casera, del Valtellina Superiore DCG, dello Sforzato di Valtellina DCG, del Rosso di Valtellina DOC e degli IGT Alpi Retiche, della Mela di Valtellina IGP e dei Pizzoccheri della Valtellina IGP. Importanti sono anche le ricadute in termini di indotto, con oltre 5200 occupati nei 9 comparti tradizionali.

“L'Artusi” poliglotta

“La cucina è una bricconcella;... quelle volte che riuscite o che avete superata una difficoltà, provate compiacimento e cantate vittoria.”

La scienza in cucina e l'arte di mangiar bene, opera conosciuta con il nome del suo autore Pellegrino Artusi (1820-1911) gastronomo, scrittore e critico letterario) è il manifesto della Cucina Italiana. È, indiscutibilmente, l'emblema dell'arte culinaria moderna e ne costituisce le fondamenta.

Considerata un'opera di rilievo, molto più di un semplice ricettario, ha segnato la storia dell'identità gastronomica del nostro Paese. Fonte di ispirazione per generazioni di grandi chef e non solo, ancora oggi è un punto di riferimento insostituibile. È interessante anche sotto il profilo linguistico, perché ha contribuito alla diffusione dell'italiano nella penisola.

Potenza narrativa, stile acuto, ironico e brillante sono elementi che caratterizzano il manuale. Nel testo emergono, intrecciandosi, valori come: identità,

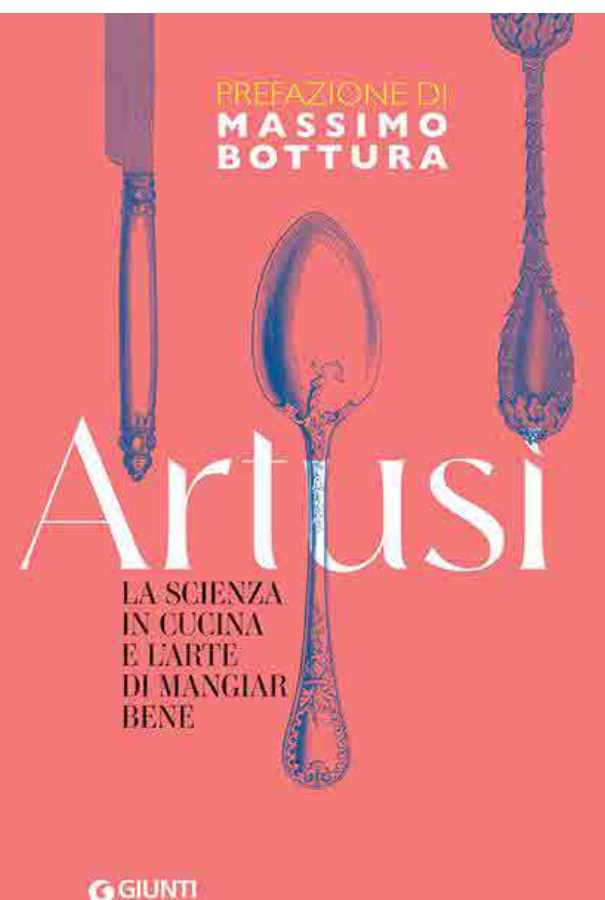
tradizione, territorio, agricoltura, ambiente, zootecnia e biodiversità.

Il volume ha un forte e indissolubile legame con gli italiani, tanto da essere considerato un “must have”, qualcosa che non si può non avere. L'opera ha venduto oltre un milione di copie. È stata pubblicata per la prima volta nel 1891 e, in seguito, periodicamente aggiornata; oggi conta 111 edizioni.

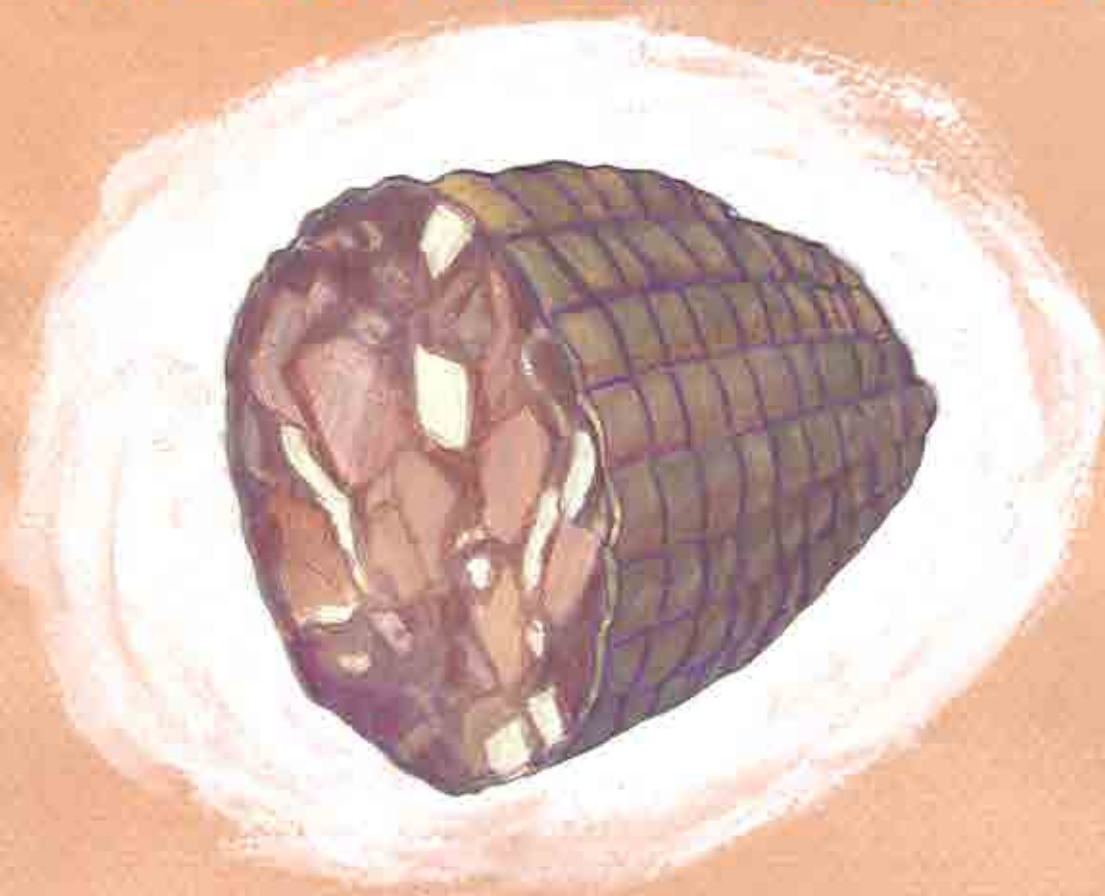
Rieditata, copiata e tradotta in francese, in inglese, olandese, portoghese, spagnolo, tedesco, polacco, russo, giapponese, adesso “parla” anche cinese. Questa versione del volume di Pellegrino Artusi è stata presentata il 17 novembre 2023 presso l'Ambasciata d'Italia a Pechino durante la VIII Settimana della Cucina Italiana nel Mondo. Un'impresa titanica iniziata nel 2021, realizzata dall'editore cinese Hunan Fine Arts Publishing House, con il contributo di AIFE/Filiera Ita-

liana Foraggi e della Fondazione Casa Artusi. Inoltre, ci sono state le collaborazioni della Regione Emilia-Romagna, del Comune di Forlimpopoli, città natale di Artusi, dell'Ambasciata d'Italia e dell'Istituto Italiano di Cultura a Pechino. La presentazione di un grande classico nazionale dall'intramontabile successo apprezzato in tutto il mondo è un forte motivo di orgoglio. “Lo sbarco in Cina” ha rappresentato una straordinaria opportunità di valorizzazione del nostro patrimonio gastronomico e culturale. Ha anche reso possibile uno scambio e un confronto con l'enorme ricchezza e tradizione della cultura cinese. Un'ulteriore conferma che sancisce la rilevanza “indiscussa” dell'agroalimentare italiano nel mondo. ■

Alessandra Meda
alessandra.meda@cibiexpo.it



VENTRICINA



VENTRICINA
È UN SALUME STRAORDINARIAMENTE
RICCO DI AROMI E SAPORI
CHE CONTRASTANO
TRA IL DOLCE, IL SALATO
E LO SPEZIATO.

NOTIZIE E INFORMAZIONI A PAG. 27 FEBBRAIO 2024