



Città
metropolitana
di Milano



PARCO
AGRICOLO
SUD
MILANO

**Arte
e scienza
del cibo**

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



centro studi
anticontraffazione



**I dolci
artigianali**



**Intelligenze
in azione**

**Anna Cecilia Rosso
e Quanto**



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

Si fa per dire

*È un po' di tempo che noto il “mi colpisce”,
le due parole d'esordio con le quali molto spesso
gli intervistatori si rivolgono agli interlocutori*

Evidentemente sono persone parecchio resistenti allo stress (quante volte si può essere colpiti senza stramazzare?). È vero che sono tempi difficili: guerre, delitti, malasanità, separazioni coniugali turbolente, zuffe politiche al vetrolo, traumi di tutti i tipi, fatti e fatterelli di vario genere che sicuramente turbano i nostri giornalisti. Ma ho idea che dovranno farci il callo. Qualche esempio: tutti i giorni emergono misfatti pubblici e privati di diversa natura, rivelati spesso da intercettazioni telefoniche e ambientali (che però si vogliono limitare); intrecci di relazioni, spacciate come amori, che nascono, rinascono, si trasformano in avversioni feroci; alleanze politiche che si fanno e si disfano in un amen...

**Qui sotto,
la registrazione
di una intervista
per un podcast.**

Allora non prendiamoci in giro: ci sono fatti che, più che colpire, dovrebbero decisamente indignare o preoccupare (per esempio, i problemi degli adolescenti rabbiosi e violenti, spesso tutelati da genitori insipienti) e altri che suscitano curiosità e sconcerto, sentimenti che siamo ben contenti di provare. Altrimenti non si capirebbe come mai ci piacciono tanto le pubbliche liti e le struggenti confessioni. Chissà cosa ci riservano i prossimi giorni di festa.

In ogni caso, Buon Natale. ■

*Paola Chessa Pietroboni
direzione@cibiexpo.it*



Semi, seminati e semantica.
La voce degli agrari

Intelligenze in azione	5
di Camilla Riva	
C'è del buono I funghi medicinali	6
di Anna Francioni	
Ricerca e innovazione PlantVoice®, la tecnologia che dà voce alle piante	8
di Alessandra Meda	
Editing genomico	10
di Marina Greco	
Le tappe dei tappi Bianco Sciampagne	12
di Elisa Alciati	
Storia del cibo Ramen	14
di Riccardo Vedovato	
Protagonisti Anna Cecilia Rosso e Quanto	16
di Marta Pietroboni	
Segreti della spesa Panettoni in gara	19
di Tiziana Mazzitelli	

Alimentazione e salute Perché allenarsi in montagna fa bene?	20
di Andrea Fossati	
Made in Italy I dolci artigianali	22
di Daniela Mainini	
Ben fatto Manzo all'olio	23
di Giovanni Romano e Matteo Scirpoli	
La scienza in cucina La plastica che involontariamente mangiamo	24
di Giorgio Donegani	
Tendenze Il luccio	26
di Marta Pietroboni	
La parola agli istituti per l'enogastronomia e l'ospitalità Gare e concorsi	28
a cura della redazione	
Tendenze Lo spreco in cucina	29
di Lucia Massarotti	
Dronitaly	30
di Alessandra Meda	
La cultura materiale	31
di Lucia Massarotti	

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.

Libero Gozzini

Illustratore diplomato all'Istituto d'Arte applicata del Castello Sforzesco, è stato presidente dell'Associazione Illustratori. Ha collaborato con numerose agenzie di advertising. Dal 2009 è fra i fondatori di Mimaster Illustrazione, un contenitore di processi creativi dedicati all'illustrazione, al linguaggio delle immagini e alla pratica del mercato editoriale.
info@gozzinilibero-illustratore.com

Massimo Faustini

Laureato in Scienze delle Produzioni Animali all'Università Statale di Milano, conseguito a Sassari presso la Facoltà di Medicina Veterinaria il dottorato di ricerca in Fisiologia della Riproduzione degli Animali Domestici, dal 2017 è Professore ordinario di Fisiologia Veterinaria. È interessato agli aspetti funzionali del latte di differenti specie, alla riproduzione animale e all'endocrinologia neonatale.
massimo.faustini@unimi.it

SEMI, SEMINATI E SEMANTICA. LA VOCE DEGLI AGRARI

20/12/2024 anno 12, n 12

5

Intelligenze in azione

Il Festival BergamoScienza promuove un'intensa attività di divulgazione scientifica nella quale le scuole sono protagoniste insieme a scienziati di fama internazionale

Le sezioni in cui è articolato il Festival sono due: Sperimentiamo la scienza, laboratori tenuti da studenti per allievi di altri istituti, e La Scuola in Piazza, manifestazione che vede le scuole protagoniste di divulgazione scientifica attraverso semplici esperimenti rivolti ai passanti. Il tema proposto per questa XXII edizione è stato "intelligenze", nell'idea che proprio la scienza sia quel terreno in cui si incontrano tutte le forme di ingegno, umano e no. L'Istituto Mario Rigoni Stern quest'anno ha sviluppato tre progetti. Per la sezione Sperimentiamo la scienza, abbiamo proposto due laboratori. Il primo, "Come sta il fiume? Chiediamolo ai suoi abitanti", aveva per oggetto la qualità dell'acqua e gli organismi acquatici bioindicatori attraverso l'osservazione di macroinvertebrati con stereomicroscopi. Nel secondo,

Qui sotto,
un'immagine
dell'evento
bergamasco.

"Mens sana in corpore sano", ci siamo occupati del consumo consapevole di carne e degli alimenti che possono sostituirla, attraverso la campionatura di diversi cibi con il metodo Kjeldahi (che permette di determinare il contenuto in azoto delle sostanze) per stimare la quantità di proteine. Per la sezione La Scuola in Piazza abbiamo sviluppato il tema del Festival, "intelligenze", come "vita", per cui con semplici ma significativi esperimenti abbiamo portato passanti e curiosi in un "viaggio nel tempo". Partendo dalla formazione di litosfera, atmosfera e idrosfera della Terra, abbiamo mostrato come da composti inorganici siano nate le prime molecole organiche, proseguendo alla scoperta di minerali, piante primitive ed insetti, tuttora presenti in natura, per conoscere da vicino queste antiche "intelligenze"! Oltre al supporto teorico e iconogra-

fico, abbiamo proposto osservazioni dirette di fossili vegetali e animali, insetti in teca, come le libellule, e insetti vivi, come il bacillus rossius comunemente noto come insetto stecco, piante intere e parti di esse con strumenti di ingrandimento idonei. Nei due giorni dell'esposizione, 28 e 29 settembre, abbiamo incontrato persone differenti: chi si è trovato lì passeggiando in città, famiglie con bambini affascinate dagli stand, ragazzi dalle domande bizzarre, turisti dall'Italia e dall'estero incuriositi dal fermento creato da BergamoScienza. Se vedere persone, spesso così diverse, unite nell'interesse per la scienza, è entusiasmante, ancora più straordinario è stato essere parte viva e attiva della sua diffusione! ■

Camilla Riva 3^A
IIS Mario Rigoni Stern Bergamo



I contatti
della redazione

CiBi
Arte e scienza
del cibo
Periodico gratuito
Anno 12 - n 12
Milano
20 dicembre 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 Vigoni 8, 20122 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.

Il prossimo mese:
**Nicolò Reverdini,
contadino filologo.**



I funghi medicinali

Dalla ricerca ventennale di Hifas da Terra, gli alleati naturali della nostra salute e del nostro benessere psicofisico

In questa pagina, tre diversi prodotti Hifas.

I molteplici impegni, uno stato di connessione ormai permanente, l'impossibilità di staccare davvero la spina dalle responsabilità, a livello sia familiare che lavorativo, sono solo alcuni dei fattori che contribuiscono a rendere sempre più faticosa la nostra quotidianità. Recenti indagini – *CaWi 2024 condotta da Nomisma per l'Osservatorio Sanità di Unisalute* – stimano addirittura che il 60% (di cui il 43% è costituito da donne) degli Italiani soffra di stress, non ritenendosi in grado di affrontare la quotidianità.

A questa percezione di disagio e inadeguatezza si accompagna frequentemente una sensazione di debilitazione fisica: per esempio, insonnia, ansia, problemi intestinali, ormonali e, più in generale, un indebolimento complessivo del sistema immunitario.

Come recuperare quindi la giusta energia e magari giocare anche d'anticipo?

La risposta arriva dalla natura e in particolare dai funghi medicinali che, grazie alla ricerca, possono fornirci il sostegno e la protezione necessari per superare i momenti più critici.

Formule naturali ma al contempo innovative

Fondata 25 anni fa dalla dottoressa Catalina Fernández de Ana Portela, dottorata e ricercatrice dell'Università iberica di Santiago di Compostela, Hifas da Terra è un'azienda biotech leader in Europa nella ricerca e sviluppo di prodotti a base di funghi 100% puri e biologici, ottenuti dai corpi fruttiferi, regolamentati dalla normativa sugli integratori alimentari. Dispone di una delle più grandi banche di ceppi di funghi medicinali in Europa e questo le permette di selezionare il ceppo più adatto per ogni sviluppo. I partner vengono selezionati sulla base di rigorosi

criteri di eccellenza, tracciabilità e sicurezza stabiliti da Hifas da Terra nel Sistema di Qualità Hifas (HQS). Oggi l'azienda conta più di 15 studi clinici attivi che valutano i benefici per la salute derivanti dall'integrazione con i suoi prodotti.

Gli "adattogeni"

Definiti anche "adattogeni" i funghi medicinali hanno la funzione di ripristinare l'equilibrio nel nostro organismo, aiutandolo a far fronte a situazioni avverse, come per esempio stress fisico o ambientale, in modo da non comprometterne il normale funzionamento.

Proprio per questa capacità di favorire l'adattamento all'ambiente e prevenire i danni esterni, sono stati anche definiti "regolatori metabolici" dalla Food and Drug Administration (FDA), l'ente governativo statunitense che si occupa della regolamentazione dei prodotti ali-

mentari e farmaceutici, *ndr*).

I funghi, infine, contengono centinaia di composti biologici che risvegliano le difese naturali dell'organismo, sono inoltre ricchi di sostanze con azione antimicrobica, antivirale, antiossidante e antinfiammatoria. Nello specifico, i funghi Reishi, Cordyceps ed Hericium possiedono proprietà, che li rendono particolarmente utili per il nostro organismo. Scopriamo insieme perché.

Reishi

Studi condotti sui triterpeni del Reishi dimostrano l'effetto calmante e sedativo sul sistema nervoso da parte di questo fungo medicinale, che favorisce anche una maggiore durata del sonno. La natura immunomodulante del Reishi, inoltre, può contribuire a regolare la produzione di anticorpi. Può aiutare a ridurre l'ansia, mi-

gliora l'umore e potenzia la funzione cognitiva. Ha anche proprietà antinfiammatorie, che possono aiutare a ridurre i sintomi fisici dell'ansia, come tensione muscolare e agitazione.

Hericium

L'Hericium costituisce una risorsa preziosa per il benessere di corpo e mente. Grazie ai suoi componenti bioattivi, questo fungo è oggetto di numerosi studi per il suo impatto sulla salute del microbiota intestinale e sulla connessione tra intestino e cervello. Alterazioni del microbiota intestinale possono infatti compromettere questa comunicazione bidirezionale, contribuendo a disturbi come ansia e depressione.

L'Hericium si distingue anche per la sua capacità di stimolare la produzione del fattore di crescita nervoso (NGF), una molecola essenziale per

la salute cerebrale, legata al miglioramento della funzione cognitiva e anche della memoria.

Cordyceps

Gli studi scientifici hanno attestato che il Cordyceps aumenta i livelli di energia psicofisica, potenzia la funzione cognitiva e migliora la circolazione cerebrale, contribuendo così ad incrementare l'attenzione e la concentrazione. Importante infine ricordare che viene chiamato anche "fungo della vitalità", in virtù della sua funzione di regolatore endocrino, che può aiutare a normalizzare gli effetti dello stress sulla tiroide. ■

Anna Francioni
anna.francioni@cibiexpo.it

Qui sotto, una coltura di funghi in ambiente naturale.



PlantVoice®, la tecnologia che dà voce alle piante

Un'innovazione nel mondo dell'Agritech che migliora la produttività, la qualità delle coltivazioni e il pianeta

È una startup con sede a Bolzano, fondata dal Ceo Matteo Beccatelli insieme al fratello Tommaso. Chimico specializzato nello sviluppo di tecnologie brevettate nell'ambito della sensoristica il primo, il secondo imprenditore agricolo, tecnico elettronico ed esperto di tecnologie di additive manufacturing, processi che prevedono la creazione di oggetti tridimensionali attraverso l'aggiunta progressiva di materiale a partire da un modello digitale.

Come funziona?

Un sensore, definito dal Ceo uno "stuzzicadenti" in virtù delle sue dimensioni, è in grado – combinato a un software di intelligenza artificiale (AI) tramite dispositivi – di monitorare le piante. Que-

sta sonda biocompatibile, direttamente inserita all'interno del fusto, analizza in tempo reale, mediante un'analisi dei sali disciolti, il flusso di linfa. L'AI rileva i sottili cambiamenti nei segnali elettrici emessi dalle piante in risposta a stimoli ambientali e fisiologici. L'obiettivo è convertirli in dati leggibili e interpretabili che, dopo essere stati elaborati da un algoritmo, vengono tradotti in informazioni comprensibili e restituiti all'utente mediante un dispositivo digitale. Attraverso questa sensoristica innovativa, dalle "voci" delle piante è possibile identificare precocemente, prima che si manifestano visivamente, diverse malattie e livelli di stress, idrici o nutrizionali. Il risultato è un risparmio economico in termini di efficienza nell'uso

di acqua, fertilizzanti e fitofarmaci che consente alle aziende agricole di ottimizzare le risorse, incrementare la produttività e migliorare la qualità delle colture. Le stime indicano che l'agricoltura consuma il 70% dell'acqua globale, con il 60% perso a causa di irrigazione inefficiente. Diventa quindi sempre più urgente adottare pratiche agricole sostenibili. L'attività di PlantVoice® si impegna in questa direzione e, grazie ai dati del 2023 raccolti durante una fase sperimentale, ha documentato un risparmio idrico fino al 40%. L'azienda ha scelto la sede nel NOI Techpark Südtirol/Alto Adige, il polo scientifico e tecnologico d'eccellenza della Provincia autonoma di Bolzano. Questa tecnologia, protetta da brevetti in Italia, Europa, Stati Uni-

ti e nei principali mercati globali, è sempre più usata dai principali player del settore, specialmente nei comparti dei piccoli frutti, delle mele e del mais. È supportata da collaborazioni accademiche con istituzioni come Eurac Research (un centro privato), Fondazione Bruno Kessler (l'ente di ricerca della Provincia autonoma di Trento), le Università di Milano, di Parma e di Verona che hanno seguito le sperimentazioni e la validazione scientifica del brevetto.

PlantVoice® si distingue dagli altri sistemi per la sua capacità di "ascoltare" le piante, sfruttando un approccio sensoriale integrato che parte dall'analisi acustica.

Usa microfoni ultrasonici per rilevare segnali e vibrazioni non percepibili dall'orecchio umano, e questi, una volta registrati, vengono tradotti in "messaggi" che l'utente può comprendere e ai quali può rispondere in modo rapido ed efficace. Si tratta di un sistema sensoristico avanzato che riesce a integrare anche dati provenienti da altri rilevatori come quelli di umidità

del suolo, temperatura e luminosità, oltre ai livelli di nutrienti nel terreno come azoto, fosforo e potassio, così da aiutare a comprendere quando è il momento di fertilizzare. I dati multipli migliorano l'accuratezza e l'affidabilità delle analisi e forniscono un quadro completo della salute della pianta. Attraverso la piattaforma, utilizzabile da remoto, con un'applicazione o un'interfaccia web, si avvisa l'utente con messaggi tempestivi quando necessita di acqua, è esposta a temperature estreme, è collocata in un luogo troppo ombreggiato o poco aerato. Questa sensoristica è uno strumento fondamentale e può essere utilizzata per monitorare ampie aree agricole, ottimizzando la resa dei raccolti e riducendo gli sprechi. Le sue applicazioni sono molteplici e vanno dall'agricoltura di precisione all'orticoltura domestica. Utili per chi desidera coltivare piante in modo efficiente, responsabile e sostenibile o per gli appassionati di giardinaggio, che potranno prendersi cura del loro verde in modo più efficace e mirato.

Inoltre, sono ideali per la gestione degli orti urbani, sempre più diffusi nelle città, perché aiutano a mantenere le piante in salute e a favorire la sostenibilità. Si possono impiegare in botanica, per ricerche sul comportamento vegetale e sulle capacità di adattamento della vegetazione. Questo strumento innovativo rappresenta un nuovo capitolo, una svolta nella relazione tra uomo e natura, dal potenziale rivoluzionario, destinato a cambiare il mondo dell'agricoltura. L'adozione di PlantVoice® porta significativi vantaggi in termini di sostenibilità e ottimizzazione delle risorse e rappresenta un esempio concreto di come la tecnologia può migliorare la qualità della vita e proteggere l'ambiente. ■

*Alessandra Meda
alessandra.meda@cibiexpo.it*

Nella pagina accanto, Matteo e Tommaso Beccatelli, fondatori di PlantVoice. Qui sotto, l'impianto applicato direttamente sul campo.



Editing genomico

Sempre più ricerche scientifiche hanno dimostrato che un'alimentazione sana ed equilibrata è alla base del nostro benessere psicofisico

Ciò che mangiamo è in grado di fornirci i nutrienti necessari al corretto funzionamento del nostro corpo e anche della nostra mente.

Secondo i dati diffusi dall'Organizzazione Mondiale della Sanità sono quasi tre milioni le vite che si potrebbero salvare ogni anno nel mondo grazie a una dieta bilanciata.

Il cibo non va visto solo come un mezzo di sostentamento fine a sé stesso, ma anche come una potente arma di prevenzione nei confronti di patologie più o meno gravi quali l'insonnia, l'infertilità, il diabete, l'Alzheimer e il cancro. Cibarsi è fondamentale... sono il come e il quanto a fare la differenza! Se sul "quanto" abbiamo il pieno controllo, sul "come" non possiamo purtroppo dire la stessa cosa.

Esiste una vasta gamma di alimenti che, se consumati in eccesso o prodotti in maniera poco sostenibile, possono

provocare danni sia alla nostra salute sia a quella del nostro pianeta.

È stato negli anni ampiamente dimostrato che l'industria alimentare è una delle principali fonti di emissioni di sostanze inquinanti.

L'uso spropositato di risorse ha inevitabili ripercussioni traducibili, soprattutto, come perdita di biodiversità e cambiamenti climatici.

Ragionando in termini del "Green Deal europeo" e quindi di riduzione delle emissioni del 55% entro il 2030 e del raggiungimento della neutralità climatica entro il 2050, è ovvio che è necessario seguire una serie di strategie e piani di azione di sviluppo economico, ambientale e sociale. In questo senso, la scienza viene in nostro soccorso mettendo a punto una serie di nuovi metodi di sviluppo sempre più ecosostenibili.

L'editing genomico applicato agli organismi vegetali è un esempio di quanto

le nuove tecnologie possano esserci d'aiuto. Si tratta di una tecnica innovativa che permette di modificare, in maniera selettiva, una determinata sequenza di DNA di un determinato organismo. In questo modo, attraverso un processo di mutagenesi mirata e controllata, è possibile apportare variazioni di determinati e predefiniti tratti del genoma (insieme del patrimonio genetico) con specifiche caratteristiche.

Si può dar vita, così, a prodotti della terra maggiormente resistenti a parassiti e a malattie o più ricchi di nutrienti e acqua, limitando l'utilizzo di pesticidi e fertilizzanti.

Con l'editing genomico i tempi impiegati per ottenere il miglioramento genetico è relativamente breve, compreso tra pochi anni e alcuni decenni.

Attraverso questa tecnica del "taglia-cuci" o "copia-incolla" è possibile ottenere prodotti dalle caratteristiche

organolettiche inalterate, resistenti all'azione di agenti sia esterni che interni. Questo è il futuro, la base solida sulla quale costruire i fondamenti di un'agricoltura responsabile ed ecosostenibile. L'editing genomico sta attirando sempre più l'attenzione e l'interesse di diverse realtà economiche mondiali. È il caso, ad esempio, della Bayer, multinazionale tedesca che, in collaborazione con la società biotecnologica sud-coreana G+FLASH, sta brevettando lo sviluppo di una varietà di pomodoro geneticamente modificato e potenziato con vitamina D3.

È stato stimato che la carenza di vitamina D colpisca circa un miliardo di persone, diventando così un problema a livello globale soprattutto nei Paesi dove la luce solare, durante il periodo invernale, è limitata.

Nonostante i tanti benefici, l'editing del genoma è ancora oggi un

argomento in grado di generare una serie di accesi dibattiti che riguardano questioni sia etiche che sociali. Ragionando in chiave semplicistica, possiamo affermare che esistono due grandi correnti di pensiero. Una sostiene che questa tecnologia comporta rischi minimi in quanto accelera solamente i processi che avvengono in natura. L'altra si preoccupa del fatto che si possano creare una serie di cambiamenti al genoma delle piante in grado di provocare ripercussioni sulla biodiversità, sulla produzione del cibo biologico, sulla salute umana e su quella del nostro pianeta.

Dovrebbero esserci delle normative in grado di chiarire tutte queste controversie, ma in realtà non esistono, ad oggi, linee guida globali.

Il punto di forza dell'editing genomico è rappresentato dal fatto che questo processo è in grado di sviluppare or-

taggi e vegetali molto resistenti, capaci di sopportare durissime condizioni di siccità.

Ciò non è assolutamente un dato da sottovalutare poiché la siccità rappresenta una delle principali cause di insicurezza alimentare, dovuto alla difficoltà di reperire cibo salutare in quantità adeguata.

Secondo i dati FAO (Food and Agriculture Organization) "nel 2023 circa 282 milioni di persone in 59 Paesi e territori hanno sofferto la fame acuta, un aumento mondiale di 24 milioni rispetto all'anno precedente".

Con questi numeri non possiamo non affidarci alla scienza e alle nuove tecnologie. Dopo tutto siamo ciò che siamo ed è noto che "l'uomo è un animale razionale" (Aristotele). ■

Marina Greco

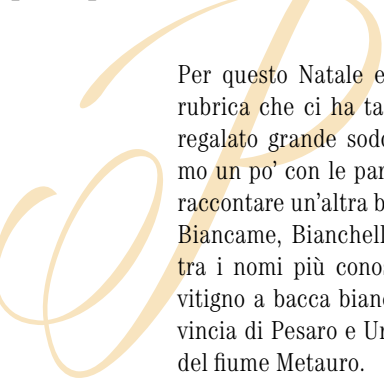
marina.greco83@hotmail.com

Qui a lato, un'immagine del DNA. Nella pagina di destra, una coltivazione di pomodori: le ricerche più recenti stanno brevettando lo sviluppo di una varietà di pomodoro geneticamente modificato e potenziato con vitamina D3.



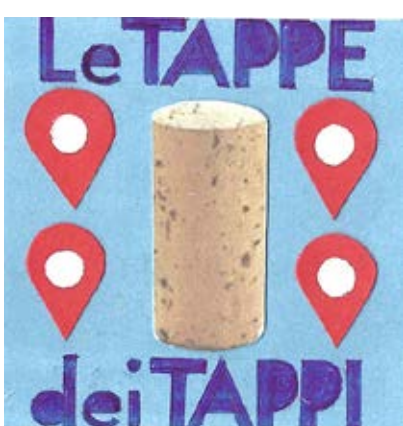
Bianco Sciampagne

Arriva il Santo Natale e chiama le bollicine. Per alcuni, quelle per eccellenza sono dello Champagne. E sia



Per questo Natale e per chiudere una rubrica che ci ha tanto appassionato e regalato grande soddisfazione, giochiamo un po' con le parole ma sempre per raccontare un'altra bella storia. Biancame, Bianchello o Biancone sono tra i nomi più conosciuti di un antico vitigno a bacca bianca coltivato in provincia di Pesaro e Urbino, in prossimità del fiume Metauro. Le sue origini sono antichissime: potremmo probabilmente datarle attorno al 200 a.C. e più precisamente all'epoca della seconda guerra punica. La storia, tra realtà e leggenda, racconta che i Cartaginesi di Asdrubale, fratello di Annibale, furono sconfitti dai Romani sulle rive del Metauro a causa dell'abbondante uso del buon vino che da questo vitigno derivava. Insomma, a voler essere irriver-

renti pare fossero tutti ubriachi. A vinificarlo in purezza è la Tenuta Ca' Sciampagne e a raccontarcelo è Leonardo Cossi. Nata nel 2008, si trova ad Urbino, immersa nel Parco Naturale dei Monti delle Cesane, a pochissimi chilometri dalla città che ha dato i natali al pittore Raffaello e fu dimora del duca Federico da Montefeltro. Qui si è lavorato per recuperare vecchi vitigni, tra cui il Biancame o Bianchello. **Partiamo dal nome, il vostro, cioè Ca' Sciampagne.** È dovuto alla località catastale su cui sono piantumati i vigneti. Ogni località ha un nome, e questa una volta era identificata con quello di "casa di campagna", poi in dialetto "ca' sciampagne". L'iscrizione al catasto contadino risale



al 1927 ed evidentemente chi l'ha fatta considerava questa come, appunto, la casa di campagna, e l'addetto del catasto deve aver scritto "tale e quale si diceva", da cui la dicitura dialettale. **L'assonanza col più famoso Champagne, fortuna o sfortuna?** Sicuramente l'abbiamo un po' pagata per il fatto che qualcuno l'ha pensata come fosse una furbata. Ma non solo; abbiamo avuto anche diverse diffide dal consorzio dello Champagne francese. Così abbiamo dimostrato che il nostro nome è ben più vecchio, perché il consorzio esiste dal 1962 mentre l'iscrizione del nostro nome al catasto esiste dal 1927. **Veniamo al vitigno.** In questa zona ha subito un po' la fama

dei vicini Verdicchio e Albana. Ma possiamo dire che vive oggi una seconda giovinezza, perché non è assolutamente un vino di seconda classe rispetto ad altri e nemmeno rispetto ai suoi più famosi vicini. **Esistono particolari difficoltà legate al vitigno?** Sì, ma sono legate non tanto al vitigno quanto al territorio. Il miglior Bianchello, si dice anche in citazioni storiche, si fa a nord del fiume Metauro; ma lì ci sono le montagne, quindi si hanno tanti piccoli vigneti, frazionati e in terreni di difficile coltivazione. Certamente meno appetibili in tempo d'industrializzazione. **Un vitigno che avete trovato nei vostri terreni o che avete scelto?** Lo avevamo nei terreni dei miei nonni; poi, quando abbiamo acquistato questa proprietà, lo abbiamo trovato e mantenuto ed era presente probabilmente dagli anni '60. **In quanti siete oggi a vinificare il Bianchello?** Oggi penso ci contiamo sulle dita di

Sotto, a sinistra, il Passito prodotto con vino bianco. A destra, invece, una bottiglia di Bello Ribelle, il Bianchello vinificato nella tenuta.

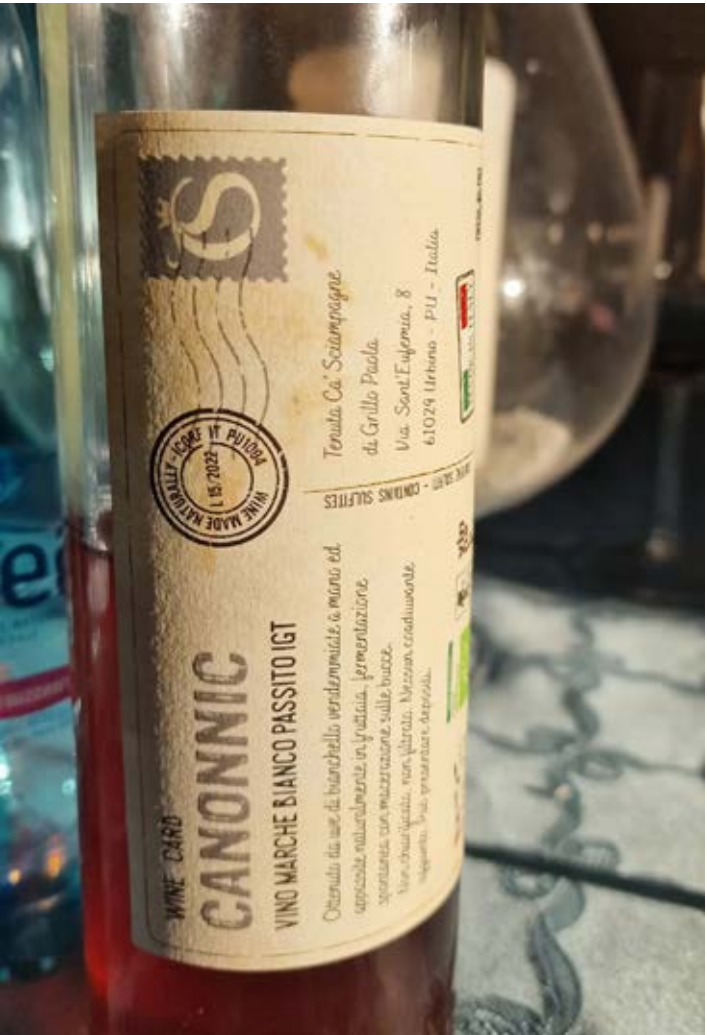
una mano. E in purezza forse restiamo gli unici. **Quali caratteristiche troviamo nel bicchiere?** Richiama il fiore di sambuco e il biancospino. Ha note vegetali di fieno appena tagliato e una più delicata di finocchietto selvatico. Inoltre, complice il terreno molto minerale, ha un piacevole e leggero sentore di mandorla amara. **Veniamo alla vostra produzione. Uno Sciampagne assolutamente adeguato ad una degustazione o a un regalo di Natale.** Sì, facciamo un vino da uve stramature, in diverse versioni. Una affinata solo in acciaio, altre in botti di legno diverse: frassino, ciliegio, ecc. In questo modo ogni versione ha un suo aroma peculiare. Questo l'ho scoperto demolendo le botti dei nonni di 200 anni fa per riutilizzarle nel pavimento della sala da ricevimento della cantina. Pensavo fossero tutte botti di rovere, invece ho trovato gelso, acacia e altri. Ogni botte dove affinavano il vino aveva caratteristiche diverse. Allora ho deciso di con-

tinuare questa tradizione utilizzando solo legni del mio territorio. **Che abbinamento consigiate?** Si abbina benissimo ai formaggi. O a un bel dessert ma, perché no, a un bel momento di relax e sigaro. Ma la cosa più importante di questo vino è un'altra. **Ovvero?** Quando nasceva un bambino, si facevano 100 bottiglie di passito cosicché, crescendo, potesse aprirne una all'anno. In questo modo si augurava lunga vita a chi le riceveva. È una tradizione che vive tutt'ora. Ho ancora bottiglie di mio papà che quest'anno ha aperto la novantesima. **Un vino da occasioni dunque.** Sicuramente un vino importante e ricco di storia. Si dice fosse il vino di Michelangelo quando dipingeva la Cappella Sistina. Ma se ci chiedono quando berlo, noi rispondiamo: ogni volta che se ne ha voglia. Ed è difficile non averne. ■ *Elisa Alciati*
elisa.alciati@cibiexpo.it

In questa pagina, una veduta delle particolari vigne della Tenuta Ca' Sciampagne.



Mattia Angelini photography



Ramen

Senza l'immigrazione non avremmo uno dei piatti più famosi della cucina giapponese, che però non ha origine in Giappone ed è molto più recente di quanto non si sospetti

Le origini del ramen risalgono alla Chinatown di Yokohama di fine '800 e inizio '900. Lo stesso nome, infatti, ha origine dal cinese *lamian* (da non confondere però con l'omonima ricetta tipica della Cina settentrionale) e deriva dalle portate tradizionali del meridione del Paese, come la regione cinese del Canton (riso alla cantonese vi dice niente?) da cui proveniva la maggior parte degli immigrati a Yokohama.

Il piatto guadagnò la sua fortuna soprattutto durante le carenze alimentari della Seconda Guerra Mondiale, fino a quando Momofuku Ando, inventore e imprenditore giapponese, brevettò e commercializzò i noodle istantanei, aprendo loro le porte per il successo nazionale e internazionale.

La parola "ramen" compare per la prima volta nel libro di ricette di Seiichi Yoshida *Come preparare piatti cinesi deliziosi ed economici*, Hakubunkan

Ed., Tokyo, 1928. Qui però è utilizzata solo per riferirsi ai noodle cinesi. Perché il termine "ramen" compaia come nome di un piatto della cucina giapponese dobbiamo aspettare 19 anni, quando nel 1947 Hatsuko Kuroda lo inserisce nel suo *Cucina casalinga divertente*, (Keihoku shobu Ed., Tokyo), per dire che era nata l'idea di ramen come lo intendiamo noi, mentre qualcosa di simile (ma non ancora maturato e affermato come concetto nella cucina nipponica) lo ritroviamo diversi anni prima nella Terra del Sol Levante.

Il più antico locale a servire una pietanza che potremmo chiamare un proto-ramen in Giappone fu il Rairaiken di Kan'ichi Ozaki nel distretto di Asakusa a Taito (si trova nella città metropolitana di Tokyo), il cui cartello ammiccava ai clienti con le scritte "Soba cinese" (la soba sono spaghetti giapponesi) e "Cucina cantonese".

Ozaki assunse 12 cuochi della Chinatown di Yokohama e diede vita a un ristorante cucina fusion sino-giapponese, in cui ai clienti veniva servita una prima versione del ramen – spaghetti in brodo con fette di *char siu*, maiale arrosto alle cinque spezie, pasta di fagioli rossi e salsa di soia – così come lo vediamo una puntata sì e una no di Naruto Uzumaki, il protagonista dell'omonimo manga, che compare anche nelle serie televisive Anime (in Occidente si chiamano Anime esclusivamente le produzioni animate giapponesi, mentre in Giappone questo termine è usato per indicare i film di animazione in generale).

Il Rairaiken originale non esiste più dal 1976, ma dal suo ceppo fiorirono vari locali: nel 1933, nel quartiere di Meguro (sempre a Tokyo), Fu Xinglei, uno dei 12 cuochi originariamente assunti da Ozaki, aprirà un locale con lo stesso

nome, e nel 1968 uno degli apprendisti inaugurerà invece lo Shinraiiken (il nuovo Raiiken) nella prefettura di Chiba, e infine nel 2020 il nipote e pronipote di Ozaki riapriranno il Rairaiiken originale all'interno del Museo del ramen di Yokohama.

Dopo la sconfitta dell'Impero giapponese nella Seconda Guerra Mondiale, l'esercito americano occupò il Paese dal 1945 al 1952. Proprio nel '45 il Giappone sperimentò il peggior raccolto di riso degli ultimi quarant'anni, perché durante il periodo della sua espansione coloniale ne aveva delocalizzato la produzione in Cina e Taiwan, ora non più sotto il suo controllo. Gli Stati Uniti inondarono il mercato con farina a basso costo per combattere la carestia, il che alimentò la popolarità del ramen che molti giapponesi compravano al mercato nero per sopperire ai costanti ritardi del Governo nella distribuzione

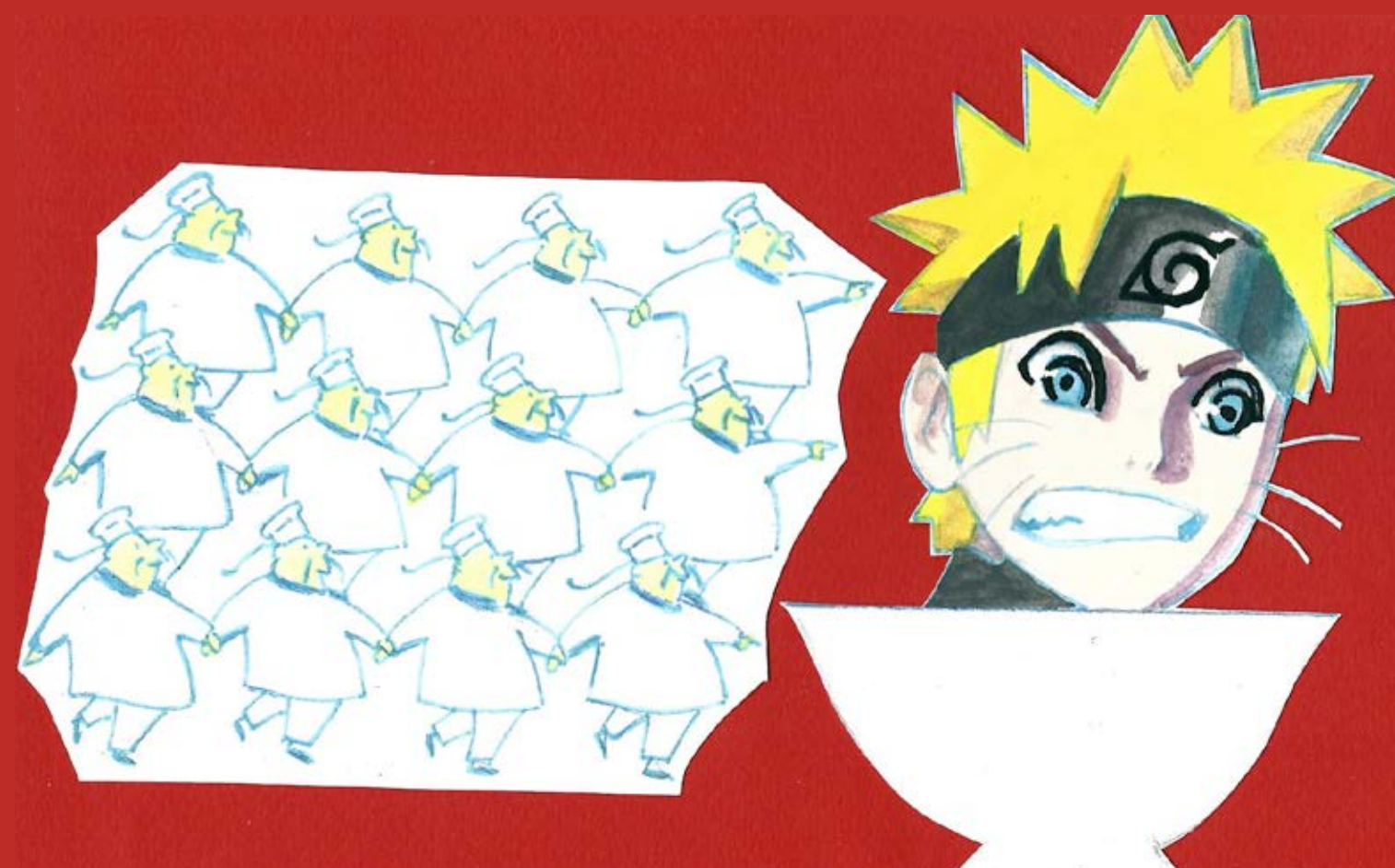
di cibo. Dopo l'invenzione di quello istantaneo nel 1958, di cui parlavamo all'inizio dell'articolo, il ramen crebbe sempre di più in popolarità, affermandosi come icona della cultura culinaria giapponese nel corso degli anni Ottanta. Tra i vari ingredienti che arricchiscono il piatto, a incuriosire è quella strana spirale bianca e rosa: il *naruto*, che condivide il nome con il protagonista dell'omonimo Anime.

Il *naruto*, o *narutomaki*, è un tipo di *kamaboko* (che potremmo indicare, riassumendo, come una sorta di pasta di pesce) spesso presente nel ramen stile-Tokyo. La sua forma a spirale pare sia dovuta e ispirata a sua volta ai Vortici di Naruto, un fenomeno legato alle maree che si manifesta nello stretto di Naruto, tanto famoso in Giappone da essere stato immortalato anche dal famoso artista giapponese Utagawa Hiroshige in una stampa

nella raccolta "Vedute famose di oltre sessanta province". Non è un caso che il ninja protagonista si chiami Naruto Uzumaki (uzumaki vuol dire a sua volta "vortice") e che per una buona parte del manga (fumetto) e dell'Anime (cartone animato) indossi sulla fronte una maschera-occhiale con due vortici disegnati. Pare che alla lunga Masashi Kishimoto, autore dell'opera, si sia stancato di dover disegnare ogni volta le spirali e che per risolvere il problema abbia ideato i famosi copri-fronte con i simboli dei vari villaggi ninja. ■

Riccardo Vedovato
riccardo.vedovato1994@gmail.com

Le immagini in queste due pagine sono state realizzate da Libero Gozzini, illustratore specializzato in editoria e pubblicità.



Anna Cecilia Rosso e Quanto

Il riso come veicolo per parlare di scienza e società

Anna Cecilia Rosso ha 42 anni e da poco – dopo un lungo periodo faticoso ma formativo – è diventata professore associato all'Università dell'Insubria, Dipartimento di Economia.

La intervistiamo perché ha avuto un'idea particolare, per entrare nel merito della quale è fondamentale scoprire qualcosa della sua storia personale.

Partiamo dalle origini, allora...

La mia è una famiglia vercellese, di produttori di riso. Sono nata all'estero, in Canada, e, anche se i miei genitori sono ritornati in patria quando ero molto piccola, mi è rimasta una sorta di connessione con i luoghi nativi, l'amore per l'aria aperta, la voglia di viaggiare. Ho fatto l'Università a Milano, la Bocconi, e poi un dottorato di economia a Londra, e da lì ho iniziato la mia carriera universitaria. Quando sono rientrata in Italia, è stata dura... Tutto si muove molto lentamente, e rendere concrete le idee, anche se

bellissime, è un processo complesso...

E così...?

Nel 2021 – la vita lavorativa andava benissimo, mi ero spostata a Varese perché avevo appunto vinto un concorso per diventare Professore Associato – ho iniziato a pensare a come avrei potuto ridare spazio nella mia quotidianità alla storia risicola della mia famiglia e supportare la ricerca in modo concreto e in tempi controllabili. Anche perché, soprattutto post Covid, l'attività di studio mi sembrava estremamente autoreferenziale. I ricercatori studiano e scrivono tantissimo, sono consapevoli di come funziona il mondo – vale soprattutto per noi che ci occupiamo di scienze sociali – ma non riescono a trasmettere questo sapere al resto della popolazione. Lo facciamo in modo confuso, utilizzando troppi canali, senza ordine e regia. Questa comunicazione scienziati-società è un po' inceppata. Ma la divulgazione è fondamentale. Se

oggi siamo, come collettività, consapevoli di alcune cose, è perché c'è stato qualcuno che prima ha studiato e poi, poco per volta, ha trasferito alla società le cose apprese; penso ai diritti, alla medicina...

Ti è venuta un'idea che mi sembra sia interessante sia non comune...

Mi sono detta: proviamo a vedere se utilizzando un prodotto, un bene di largo consumo come il riso, che è un po' la mia origine, posso provare a passare dei messaggi brevi a un pubblico più ampio ed eterogeneo. Credo tantissimo nella ricerca accademica, e per questo mi sono concentrata su come comunicare in un modo più pervasivo quello che noi ricercatori facciamo. Quando conduciamo dei sondaggi, scopriamo cose per me incredibili, convincendomi che a livello di divulgazione bisogna fare di più, sperimentare modi nuovi. Recentemente ne abbiamo fatto uno sulla violenza domestica. Come è possibile che

ancora oggi il 20% delle donne pensi che sia sua la responsabilità se, ubriaca, viene stuprata? Il fattore culturale, gli stereotipi, hanno una potenza enorme. Sono le ragioni principali in base alle quali si fanno le scelte; anche di fronte a politiche illuminate o a nuove occasioni offerte alla società, senza consapevolezza individuale non si imbeccano le strade migliori. Così è nato Quanto.

Raccontaci il progetto nel dettaglio.

Sono partita dall'idea di utilizzare uno strumento, il riso, per far arrivare informazioni scientifiche a persone che probabilmente dalla ricerca classica non sarebbero mai state raggiunte, partendo dal fatto che mangiamo tutti e tutti facciamo la spesa. Ho quindi lavorato sulla chiave di accesso. Proponiamo tre tipi di riso: il riso Carnaroli, perché è quello che piace a tutti e fa volume, quindi mi permette di

entrare sul mercato facilmente, e poi – dato che ho avuto la fortuna di conoscere la Strada del Riso Vercellese e il suo fondatore, Massimo Biloni, una persona molto innovativa che sperimenta la coltivazione e la produzione di tipologie di nuovi risi – due varietà particolari: l'Ebano, un riso nero, cicciottello e saporito, il nostro prodotto che piace di più, e il Rubinum, che introdurremo a breve sul mercato, un riso rosso, lungo, un pochino più sottile. Sono tutti sostenibili al 100%, hanno bisogno di pochissima acqua, hanno cicli brevi ed essendo risi giovani sono molto sani, quindi non richiedono trattamenti; sappiamo che questo è il futuro, l'innovazione verso la quale si sta andando. Bisogna lavorare sul DNA dei risi, che non vuol dire produrre OGM (Organismi Geneticamente Modificati), ma utilizzare le TEA (Tecnologie di Evoluzione Assistita) e cioè aiutare grazie alla tecnologia

processi che in natura avverrebbero comunque, ma in tempi più lunghi, e magari dando vita a variazioni non funzionali.

E poi?

E poi ci siamo concentrati sul materiale informativo nuovo da realizzare: un libretto da inserire nella confezione di riso, capace di affrontare in modo semplice tematiche complesse, come l'immigrazione nel nostro Paese, oppure qual è l'età giusta per avere uno smartphone ecc., e permettere a chi legge di trovare risposte e vivere meglio. E adesso cerchiamo sostegno economico, perché, per fare tutto quello che avremmo in mente, io e la squadra di giovanissimi consulenti che mi aiuta abbiamo bisogno di altre risorse. ■

Marta Pietroboni
marta.pietroboni@cibiexpo.it



Sopra, una immagine realizzata dall'illustratrice toscana Sofia Figliè per i canali social del progetto Quanto. Qui accanto, Anna Cecilia Russo tra le risaie. Nella pagina di destra, tre confezioni di riso Quanto.



Panettoni in gara

Patriottico ma internazionale, il panettone con il suo sapore intenso affascina i pasticceri di ogni nazione che si sfidano per il titolo mondiale

Perfetto per dare ai giorni di festa la giusta atmosfera di dolcezza, il panettone è principe indiscusso di ben 2 gare internazionali. In perfetto equilibrio tra ricerca e tradizione, è sfida alla ricetta perfetta. Il *Panettone Senza Confini* si disputa nel corso di una crociera tematica, mentre la *Coppa del Mondo del Panettone* è una tre giorni milanese, nella patria del dolce natalizio per eccellenza.

Panettone Senza Confini

È una speciale kermesse internazionale in navigazione, l'unica competizione itinerante, nata dalla collaborazione tra APEI – Ambasciatori Pasticceri dell'Eccellenza Italiana – e Costa Crociere. Giunta alla nona edizione, è un tour nel Mediterraneo ma anche un viaggio alla scoperta della creatività di maestri pasticceri che interpretano uno dei più famosi dolci italiani della tradizione. Capitanata dallo straordinario Iginio

Massari, la giuria quest'anno ha assegnato i premi di miglior panettone tradizionale e panettone al cioccolato a Pasquale Pesce, della Pasticceria Pesce di Avella (comune in Provincia di Avellino, in Campania).

Coppa del Mondo del Panettone

Dal mare alla terraferma, lo storico Palazzo Castiglioni di Milano è la cornice di questa competizione che alla sua quarta edizione ha raggiunto numeri da record. Patron d'eccezione il Maestro Giuseppe Piffaretti e, in giuria, ancora Iginio Massari e il Pastry Chef & Maître Chocolatier Ernst Knam. Per la prima volta, quest'anno si è avuta una proclamazione internazionale; infatti, il premio di miglior panettone tradizionale del mondo è stato assegnato a Ton Cortés, della bakery Suca'l di Barcellona. Tutto tricolore, invece, il podio della categoria panettone

al cioccolato, con Pasquale Iannelli, della Pasticceria Casa Mastroianni di Lamezia Terme, primo classificato.

Un prodotto vivo

«Il panettone rappresenta una pietra miliare dell'identità e della cultura enogastronomica italiana, la simbologia della festa e dell'unione della conoscenza e dei territori», dice Alessandro Beduschi, Assessore all'Agricoltura, Sovranità alimentare e Foreste di Regione Lombardia. «Uno dei nostri scopi è diffondere il Made in Italy», sottolinea e rafforza Giuseppe Piffaretti, ideatore di questa Coppa del Mondo, «portando in giro ovunque il tipico dolce artigianale milanese, che rimane la ricetta più difficile in assoluto da realizzare nell'ambito della pasticceria, perché si tratta di un prodotto vivo». ■

*Tiziana Mazzitelli
tiziana.mazzitelli@cibiexpo.it*

Nelle foto sotto, i due panettoni della Pasticceria Pesce vincitori della gara Panettone Senza Confini: al cioccolato (a sinistra) e tradizionale (a destra).

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



Perché allenarsi in montagna fa bene?

Vi sarà capitato di sentire che gli atleti, durante le pause dall'attività agonistica, si ritirano in montagna; vi siete mai chiesti perché vanno sempre in altura e mai al mare?

Il motivo risiede nel fatto che in montagna l'organismo, essendoci meno ossigeno, è costretto, attraverso adattamenti fisiologici, ad adeguarsi per riuscire ad avere le stesse prestazioni degli allenamenti in pianura. L'adattamento fisiologico altro non è che un aumento nel sangue del numero di globuli rossi. Questo, negli atleti, ha un grosso vantaggio, in quanto, una volta tornati in pianura, si ritroveranno a respirare per diversi giorni aria con molto ossigeno e ad avere tanti globuli rossi ("costruiti" in montagna) con conseguente miglioramento prestazionale. Nel 2019, il Premio Nobel per la medicina è stato conferito a William G. Kaelin, Gregg L. Semenza e Peter J. Ratcliffe per i loro innovativi studi sulla reazione delle cellule all'ipossia, cioè alla carenza di ossigeno; i loro risultati, oltre a confermare quanto

da tempo era già stato verificato dagli atleti con gli allenamenti in montagna, hanno aperto la strada a nuove prospettive per il miglioramento della salute di noi tutti, atleti e non. Dalle loro conclusioni, infatti, si evince che l'ipossia non serve solo a ottimizzare la prestazione degli atleti ma anche e soprattutto a dare benefici a tutto l'organismo in quanto migliora la qualità delle cellule. I tre ricercatori del Nobel sono partiti da una domanda: premesso che tutte le nostre cellule necessitano di ossigeno, cosa accadrebbe se improvvisamente ne ricevessero meno del necessario? Come potrebbero reagire? I loro studi hanno dimostrato l'esistenza dei fattori battezzati HIF (hypoxia-inducible factors), presenti in tutte le cellule del corpo, che svolgono ruoli essenziali a livello di metabolismo cellulare e che in con-

dizioni "normali", cioè in presenza di ossigeno, vengono immediatamente smaltiti. Quando però c'è meno ossigeno del necessario, questi fattori non vengono degradati, ed è stato scoperto che sono in grado di attivare la trascrizione di centinaia di geni che portano all'eliminazione dei mitocondri mal funzionanti e ad un aumento di quelli sani ed inoltre all'accrescimento del numero dei globuli rossi. I mitocondri sono organelli presenti in tutte le cellule e potrebbero essere visti come le loro centrali energetiche. Avere tanti, grandi e ben funzionanti mitocondri significa avere cellule più giovani e più sane, con grandi vantaggi sulla salute e sulla longevità. Finora, l'unico metodo per ottenere questo miglioramento era fare attività sportiva, allenarsi; è infatti noto da tempo che lo sport a bassa intensità

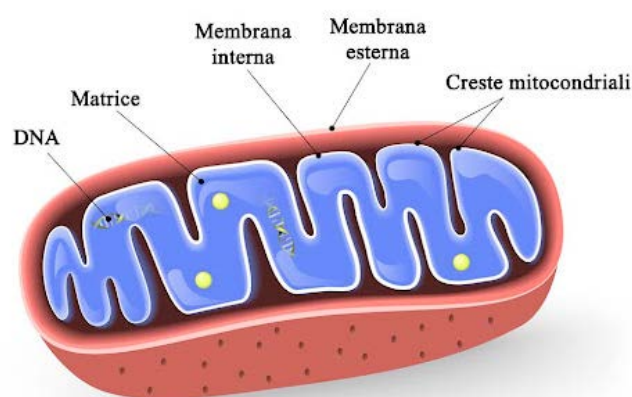
sia il metodo più efficace per restare giovani e in salute. L'ipossia, quindi, può a tutti gli effetti essere paragonata a un vero e proprio allenamento cellulare, e per questa ragione dal 2019 ad oggi molte industrie si sono cimentate nella produzione di strumenti in grado di simulare senza dover andare in montagna o eventualmente in palestra. I risultati delle ultime ricerche hanno dimostrato che il metodo migliore è quello di applicare un protocollo che preveda di respirare per circa 40 minuti due o tre volte alla settimana aria a basso contenuto di ossigeno (si scende fino al 12%) alternato però ad aria ad altissime concentrazioni (fino al 35%). Con questo metodo si ottengono i vantaggi ai mitocondri senza aumentare il numero dei globuli rossi. Infatti, se averne di più ha tornaconti

a livello prestazionale, pone però un problema al cuore che, trovandosi a dover pompare sangue più denso, fa più fatica. Con questo sistema, i trattamenti IHHT (trattamento di ipossia alternata all'iperossia. IHHT significa terapia ipossico-iperossico intermittente) sono diventati "aperti", sicuri e senza rischi, così che tutti, atleti e non, possano beneficiare dei vantaggi senza incorrere negli svantaggi. Ormai da qualche anno queste pratiche sono sul mercato soprattutto nell'Europa del Nord (molto diffuse in Germania e Svizzera) e solo da qualche mese sono arrivate in Italia, in quanto, per una legge decaduta nel 2023, qui da noi non era possibile utilizzare strumenti che modificassero verso il basso la percentuale di ossigeno, neanche per gli atleti. I dati sul campo derivanti quindi

dai risultati di Germania e Svizzera confermano che un percorso IHHT ha portato a molti miglioramenti a chi vi si è sottoposto, quali ad esempio: abbassamento della pressione arteriosa, dei livelli di stress e del sistema nervoso simpatico e della stanchezza cronica; superiore qualità nel sonno (con effetto anti russamento); aiuto nel dimagrimento (in montagna si dimagrisce più velocemente); HRV (variabilità della frequenza cardiaca) e regolazione del tono vascolare e dell'acidità tissutale (pH) ottimizzate; aumentata capacità glicolitica cellulare con conseguente miglior regolazione della glicemia e molto altro ancora. ■

Andrea Fossati
fossatiandrea@centroemnea.it
info@centroemnea.it
www.centroemnea.it

MITOCONDRI



Sopra, una illustrazione che presenta la struttura di un mitocondrio. Nella foto accanto, lo strumento per il trattamento IHHT. Nella pagina a destra, allenamento ad alta quota.



I dolci artigianali

Il settore, fiore all'occhiello del patrimonio gastronomico italiano, è sempre più bersaglio di frodi, soprattutto nei periodi di alta domanda come le festività natalizie

Negli ultimi anni, i NAS hanno intensificato i controlli, portando alla luce un fenomeno in continua ascesa: la vendita di prodotti industriali spacciati per artigianali. Tra le irregolarità maggiormente rilevate, panettoni e pandori con etichette ingannevoli. Un dato per tutti: nel Natale scorso i NAS hanno sequestrato 39 tonnellate di dolci tipici non conformi, riscontrando irregolarità presso 382 strutture e oltre 423mila euro di sanzioni pecuniarie. Tra i casi più emblematici: panettoni industriali venduti come artigianali e dolci contenenti ingredienti non dichiarati o in pessimo stato di conservazione o addirittura contaminati. Le conseguenze per consumatori e produttori sono pesanti, poiché le frodi danneggiano non solo i primi, che pagano prezzi elevati per prodotti di bassa qualità, ma anche le aziende oneste che, rispettando standard rigorosi, subiscono molto spesso una concorrenza sleale.

Spacciare un prodotto industriale per artigianale significa commettere una frode in commercio, ossia la consegna di un prodotto con caratteristiche di qualità diverse da quelle dichiarate. Per difendersi dalle frodi è necessario prestare attenzione innanzitutto al prezzo troppo basso, che potrebbe essere sospetto, alle etichette che, se prive dell'indicazione di ingredienti, origine e produttore, sono un campanello d'allarme, e al punto vendita. È infatti consigliabile acquistare da rivenditori ufficiali o direttamente dai laboratori artigianali. Ma cosa rende un prodotto davvero artigianale? La realizzazione curata e l'attenzione al dettaglio. Spesso le idee sono concretizzate attraverso le abilità manuali. I prodotti industriali, anche se di buona qualità, sono fabbricati in serie con impianti destinati a garantire quantità elevate a costi ridotti. La qualità e la personalizzazione dei prodotti artigianali è unica e irripetibile e richiede tempi più lunghi e un lavoro più accurato, mentre gli industriali puntano alla standardizzazione, all'uniformità, alla rapidità di realizzazione e sono destinati a un mercato di massa. Ma, soprattutto, un prodotto artigianale racconta una storia e riflette la cultura e le tradizioni del luogo in cui nasce. Ogni dettaglio racchiude la passione e la dedizione di chi lo ha creato, collegando passato e presente e trasmettendo, di generazione in generazione, emozioni autentiche e valori intramontabili. Buon Natale artigianale a tutti! ■



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

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



Manzo all'olio

Il piatto simbolo della tradizione bresciana, semplice e irresistibile

È una delle ricette più iconiche della cucina bresciana, originaria di Rovato, in Franciacorta, dove si tramanda di generazione in generazione. Le sue radici affondano nella storia, con testimonianze che risalgono al Cinquecento, ma è probabile che abbia origini ancora più antiche. Questo piatto, nato dalla cucina contadina, si distingue per l'uso di ingredienti essenziali che, combinati sapientemente, danno vita a un sapore unico. Il segreto risiede nella cottura lenta, che rende la carne incredibilmente tenera, avvolgendola in una salsa ricca a base di olio, brodo e aromi. Solitamente accompagnato dalla polenta, il manzo all'olio è perfetto per un pranzo conviviale o per un'occasione speciale, offrendo un'esperienza gastronomica che celebra la semplicità della tradizione.

Nelle foto sotto:
1. la fase di cottura della carne con il trito di verdura;
2. il piatto finito, pronto per essere servito.



Ingredienti (4 persone)
- 1 kg di manzo (cappello del prete o polpa di spalla)
- 300 ml di brodo di carne

- 200 ml di olio extravergine di oliva
- 100 ml di vino bianco secco
- 50 g di capperi sotto sale
- 30 g di pangrattato
- 10 g di prezzemolo tritato
- 2 spicchi d'aglio
- 1 cipolla
- 1 carota
- 1 gambo di sedano
- sale
- pepe

Preparazione

Legare la carne con spago da cucina per mantenerne la forma durante la cottura. Tritare finemente cipolla, carota, sedano e aglio. Scaldare l'olio in una casseruola capiente e rosolare la carne su ogni lato, sigillandone i succhi (cioè scottandola ad alta temperatura su tutti i lati) per garantire morbidezza. Aggiungere il trito di verdure, facendolo insaporire a fuoco dolce, mescolando per qualche minuto. Sfumare con il vino bianco, lasciando evaporare l'alcol; poi aggiungere il bro-

do caldo fino a coprire a metà il manzo. Salare, pepare e chiudere la casseruola con un coperchio. Cuocere a fuoco basso per circa 2 ore, girando la carne di tanto in tanto. Verificare che il fondo di cottura non si asciughi e, se necessario, aggiungere altro brodo. Verso la fine, incorporare il pangrattato e i capperi dissalati, mescolando per ottenere una salsa densa e ben legata. Spegnerne il fuoco e lasciare riposare il manzo nella casseruola per 10 minuti, così che assorba tutti i sapori. Affettare la carne e disporla su un piatto da portata, irrorandola con la salsa calda. Completare con una spolverata di prezzemolo tritato. Servire subito, accompagnando con polenta morbida o patate lesse. Questo piatto conquisterà tutti per il suo equilibrio di sapori e la sua consistenza vellutata, celebrando al meglio la tradizione bresciana. ■

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



La plastica che involontariamente mangiamo

Secondo un'analisi commissionata dal WWF e realizzata dall'Università di Newcastle, in Australia, nel nostro stomaco ne finiscono in media circa 5 grammi ogni settimana

È un po' come se ogni domenica festeggiasimo mangiandoci una carta Bancoamat. In realtà, la questione è seria: tutti i giorni ingeriamo senza accorgercene una quantità tutt'altro che trascurabile di "microplastiche", particelle grandi al massimo 5 millimetri, considerate oggi un vero e proprio allarme in tema di contaminanti ambientali.

I dati in effetti sono preoccupanti: uno studio della University of Victoria (in Canada), pubblicato su Environmental Science & Technology, stima che ogni persona ingerisca addirittura da 39.000 a 52.000 microplastiche l'anno.

Da dove arrivano? In parte si formano per degradazione di rifiuti e materiali, ma vengono anche aggiunte volontariamente a prodotti come detersivi, vernici e persino scrub per la pelle. Dall'ambiente, poi, possono raggiungere in diversi

modi gli alimenti e con questi finire nel nostro stomaco, così in un anno rischiamo di mangiarne più di due etti e mezzo. Gli studi sugli effetti delle microplastiche sul nostro organismo sono in corso, ma i dati finora emersi sono tutt'altro che rassicuranti. Secondo una nuova ricerca dell'University Medical Center (UMC) di Utrecht, nei Paesi Bassi, possono danneggiare la salute accelerando la morte delle cellule del sistema immunitario. Gli scienziati hanno osservato che, in alcune condizioni, le nostre cellule di difesa si sbagliano e scambiano le particelle di plastica per germi pericolosi, così le incapsulano per neutralizzarle e dopo poco muoiono: un sacrificio inutile che indebolisce le nostre difese e che potrebbe favorire l'insorgere di una infiammazione.

Un altro motivo di preoccupazione viene

dal fatto che le microplastiche potrebbero veicolare nel nostro organismo sostanze chimiche pericolose usate nella loro produzione (per esempio, ftalati e bisfenolo A) e anche contaminanti ambientali che si possono depositare su di loro ed essere assorbiti durante l'uso o il permanere nell'ambiente.

Infine, ci sono batteri e germi nocivi che trovano proprio nella plastica un habitat ideale per vivere e che quindi possono, attraverso le microplastiche, entrare nel nostro corpo come ospiti tutt'altro che desiderati.

Ma in quali alimenti se ne trovano le maggiori quantità? C'è da dire che non è facile evitarle: la plastica persiste nell'ambiente per tempi lunghissimi e le rilevazioni eseguite indicano come le microplastiche siano ormai presenti dappertutto, sia nel terreno sia nell'acqua,

al punto che quantità elevate sono state trovate persino nei ghiacci dell'Artico. È proprio la presenza nelle acque marine (anche quelle del Mediterraneo) a preoccupare maggiormente, perché i pesci le ingeriscono facilmente, senza accorgersene oppure scambiandole per cibo o prede. Merluzzi, sugarelli, sardine, triglie, spigole... sono molte le specie nelle quali si trovano frequentemente microplastiche: una ricerca condotta dall'Università Politecnica delle Marche, da Greenpeace e dall'Istituto di Scienze Marine del CNR di Genova ha evidenziato che il 25-30% dei pesci e degli invertebrati analizzati, provenienti dal Mar Tirreno e dall'Adriatico, ne conteneva. Nei pesci le particelle di plastica si raccolgono soprattutto nel tratto gastrointestinale, così i rischi maggiori si corrono con le specie picco-

le che non vengono eviscerate prima di consumarle, ma ancora più pericolosi sembrano essere i molluschi a conchiglia, come le cozze, che traggono il nutrimento filtrando l'acqua e che quindi possono accumularne al loro interno una quantità elevata.

Anche il sale se ne è rivelato una fonte importante, in particolare quello "integrale" che spesso si consuma pensando sia più sano, così come quantità significative si sono rilevate anche nello zucchero e nel miele... A questo punto viene da chiedersi cosa possiamo fare. È chiaro che quello delle microplastiche è un problema mondiale che affonda le radici in un'unica causa: l'eccessiva produzione e l'esagerato uso della plastica. Non possiamo certo smettere di mangiare per evitare di ingerirla, ma possiamo certamente fare in modo che il pro-

blema con il tempo si ridimensioni... Rimuovere le microplastiche che già sono disperse nell'ambiente è impossibile, ma si può impedire che continuino a formarsene, e devono essere prima di tutto i Governi e le imprese a dimostrare senso di responsabilità con provvedimenti davvero incisivi. Per esempio, vietandone l'aggiunta volontaria ai prodotti (primi tra tutti, i cosmetici e i detersivi, ma anche ad alcune sostanze utilizzate per l'agricoltura). Può fare molto però anche ciascuno di noi nel suo piccolo, semplicemente attuando in modo efficiente il riciclo ed evitando l'utilizzo della plastica ogni volta che si può. Ne vale davvero la pena... ■

*Giorgio Donegani
Tecnologo alimentare
www.giorgiodonegani.it*



Il luccio

Il pesce magico tra leggende, tradizioni natalizie e cucina

Il luccio – pesce d'acqua dolce lungo e schiacciato, con una caratteristica bocca a becco d'anatra dotata di denti acuminati e una colorazione della pelle che varia tra il bianco giallo e il verde marrone a seconda dell'habitat e del colore dell'elemento in cui nuota – è una delle creature marine che più ha attratto e alimentato, nei secoli, la fantasia popolare. Originario dell'Europa, dell'Asia settentrionale e del Nord America, oggi vive in laghi, fiumi e zone umide di tantissime aree del pianeta, prediligendo acque calme e vegetazione abbondante, che gli permettono di mimetizzarsi per cacciare. È un predatore versatile – si nutre di altri pesci, anfibi, e occasionalmente di piccoli mammiferi o uccelli acquatici – e svolge un importante ruolo di regolatore naturale dell'ecosistema: sceglie infatti, principalmente, come prede pesci malati o feriti. Probabilmente per questo suo ruolo ecologico,

per la sua morfologia particolare e le sue caratteristiche comportamentali, il luccio è una creatura che da secoli alimenta la fantasia popolare, arricchisce le tavole delle feste e, come simbolo della natura, è protagonista di vari racconti nelle culture russe e nei Paesi nordici.

In molte fiabe dell'Europa orientale, è un simbolo magico. Abitante delle misteriose profondità dei laghi e dei fiumi, rappresenta il legame con un mondo invisibile e sovranaturale. Nei racconti slavi, ad esempio, può esaudire desideri, mentre nel folclore nordico simboleggia forza e astuzia, ma anche generosità della natura verso chi la rispetta. Nella tradizione russa, il luccio parlante appare in tantissimi racconti e fiabe; quella più nota, conosciuta da tutti i bambini, è *Emelya e il luccio*, il racconto di un ragazzo stolto che, scavata una buca nel ghiaccio, vede nell'acqua un luc-

cio, l'afferra con la mano e, una volta che lo ha acchiappato, ne scopre la magia, sentendolo dire, con voce umana: «È il luccio che comanda, è Emelya che rimanda...».

Tradizioni natalizie e simbolismo

Non solo. Il luccio è associato al Natale in diverse culture dell'Europa centrale e settentrionale, specialmente in Russia, Polonia e Germania. Per due motivi, principalmente. Il primo perché in diversi Paesi nordici gli ornamenti natalizi riflettono elementi della natura locale, tra cui animali come uccelli, cervi e pesci, e il luccio è, tradizionalmente, un motivo decorativo natalizio; il secondo perché in molti luoghi dai climi rigidi è uno dei pesci più facili da catturare e conservare in ogni periodo dell'anno, e quindi, durante la vigilia natalizia, in cui tradizionalmente si osserva il precet-

Nella pagina accanto: a sinistra, un luccio nel suo habitat naturale; a destra, invece, lucci in versione decorazione natalizia. Nella foto sotto, la quenelle de brochet, un piatto tipico della cucina delle festività francese.

to religioso che richiede l'astinenza dalle carni, diventa ingrediente principale e re della tavola. In Polonia, il luccio in gelatina è addirittura uno dei 12 piatti simbolici della "Cena della Vigilia", rappresentando abbondanza e fertilità.

Anche in Italia questo pesce, soprattutto nelle regioni del Nord, è un elemento importante della cucina. Le ricette più note sembrano essere: luccio in salsa mantovana, una ricetta tipica lombarda, dove il pesce viene cotto e condito con una salsa a base di capperi, acciughe e pane raffermo e accompagnato dalla polenta; luccio alla certosina, specialità bresciana che prevede una cottura lenta con verdure ed erbe aromatiche; ma anche, in centro Italia, luccio alla bolsenese, preparazione laziale, nella quale il pesce viene cotto con aglio, peperoncino e vino bianco, esaltando in questo modo i

sapori mediterranei.

Facendo un rapido giro in Europa, si trovano altre ricette interessanti. In Francia è nota la *quenelle de brochet*, un elegante soufflé di luccio con salsa di gamberi; in Finlandia è una specialità tradizionale quello ripieno, cotto al forno, arricchito con erbe e spezie locali; in Germania e Austria è tipico servire durante le feste il luccio marinato, freddo, con salse agrodolci.

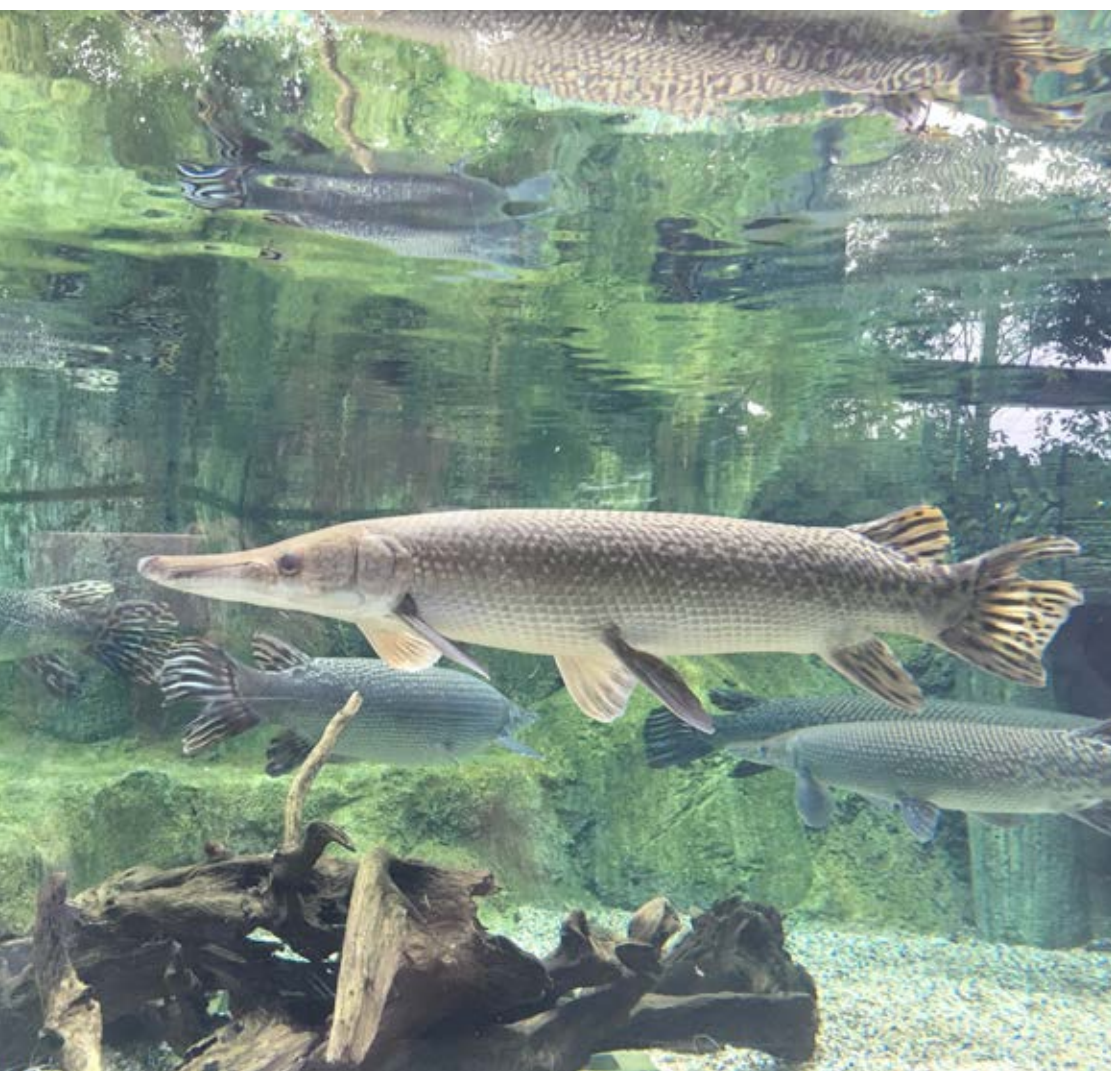
Valori nutrizionali e benefici

La sua carne è magra, ricca di proteine (circa 19 g per 100 g di prodotto) e povera di grassi (0,9 g per 100 g), con un apporto calorico contenuto (circa 81-88 kcal). È una buona fonte di vitamine del gruppo B, vitamina A e minerali come potassio, fosforo e ferro. Grazie al basso contenuto di grassi saturi e alla presenza di omega-3, il luccio è un alimento

salutare, ideale per chi cerca un'opzione leggera e nutriente. Tuttavia, il consumo dovrebbe essere moderato in caso di colesterolo alto, poiché ne contiene una certa quantità nelle membrane cellulari del muscolo e degli organi. Inoltre, è un pesce dalle carni delicate ma ricche di lisce, che richiede quindi attenzione nella preparazione.

Dalle acque gelide dei laghi nordici ai caldi fornelli delle cucine italiane, il luccio ha viaggiato attraverso secoli e culture, mantenendo intatta la sua magia. Protagonista di fiabe, piatti delle feste e tradizioni, questo pesce è un ponte tra natura, simbolismo e sapori. Se avete la fortuna di assaggiarlo, lasciatevi conquistare dalla sua eleganza e dalla sua storia senza tempo. ■

Marta Pietroboni
marta.pietroboni@cibiexpo.it



Gare e concorsi

Gli allievi degli istituti per l'enogastronomia e l'ospitalità possono cimentarsi, oltre che nelle materie di studio, anche in altre importanti opportunità formative: sfide e competizioni

Ne cito solo alcune a titolo di esempio: la 14° edizione del concorso *Basilicata a Tavola*, edizione 2025, riconosciuto dal Ministero come "Eccellenza Nazionale" con Decreto del 2024 e inserito come "Bene immateriale della Città di Melfi".

Andando a ritroso: nel 2024 l'Istituto Pellegrino Artusi di Forlimpopoli vince alla Gara Nazionale Istituti Alberghieri che si è svolta dal 7 all'11 maggio in Sicilia presso l'Istituto Professionale di Stato per i servizi dell'enogastronomia e ospitalità alberghiera Giovanni Falcone di Giarre. A salire sul gradino più alto del podio è stato Lorenzo Tedaldi, classe 4A indirizzo cucina, che ha realizzato un piatto a base di rollè di coniglio con formaggio ravgiolo e stridoli selvatici, erba spontanea eccellenza della cucina ro-

magnola. Il contest – spiega Mariella Pieri, Dirigente Scolastico dell'Istituto che ha guidato la delegazione forlimpopolese in Sicilia – è riservato agli allievi eccellenti del quarto anno e rientra nel programma per la valorizzazione delle eccellenze del Ministero dell'Istruzione e del Merito e premia i migliori studenti nelle tre diverse articolazioni: enogastronomia, sala-bar e accoglienza turistica. Il vincitore si è aggiudicato un tirocinio formativo presso ALMA, la scuola di eccellenza di alta cucina di Colorno. Nella Gara Nazionale Istituti Alberghieri 2023, il primo posto ottenuto nel concorso patrocinato dal MIM (Ministero dell'Istruzione e del Merito), che si è tenutosi a Vittorio Veneto dal 9 al 12 maggio, è stato una vittoria corale: il Maggia è primo tra gli alber-

ghieri grazie al totale dei punteggi ottenuti nelle 3 sezioni di cucina, sala e accoglienza. Un risultato raggiunto insieme dai loro tre studenti: Lorenzo Bacchetta per cucina, Leandro Degrate per sala e Giorgia Fasoli per accoglienza turistica.

Ancora: a conclusione della quarta edizione del progetto "La Salute nel Piatto" promosso dal Coordinamento LILT (Lega Italiana per la Lotta contro I Tumori) del Veneto, con il patrocinio della Regione, dell'Istituto Oncologico e dell'Unione Cuochi del Veneto, la classe 5Bec (Cambridge Business English Certificate) dell'Istituto Alberghiero G. Maffioli si è aggiudicata il primo premio. ■

La redazione
info@cibiexpo.it

Nella foto,
una delle
creazioni
culinarie
presentate
durante
la Gara
Nazionale
degli Istituti
Alberghieri.



Lo spreco in cucina

Se ne parla con frequenza perché è un problema emergente molto più complesso di quanto appaia

Bisogna subito infatti distinguere la perdita di cibo ancora commestibile che avviene nelle nostre case dalla dispersione di risorse alimentari lungo la catena di produzione e conservazione.

In quest'ottica, i dati diffusi dalla FAO – l'Organizzazione delle Nazioni Unite per l'alimentazione e l'agricoltura – rivelano che nei Paesi considerati ricchi ogni persona sciupa circa 95-115 chili di alimenti ogni anno, contro i 6-11 chili di chi vive nelle zone del mondo definite in via di sviluppo.

Nel 2024 questo fenomeno ha raggiunto nel nostro Paese dimensioni allarmanti. Dal rapporto intitolato *Il caso Italia* pubblicato dall'Osservatorio Waste Watcher International emerge infatti che nelle case degli italiani ogni giorno vengono buttati circa 81 grammi di cibo a persona, contro i 75 grammi rilevati nel 2023, per un totale di oltre mezzo

chilo alla settimana. Lo sperpero casalingo, aumentato dell'8,05% negli ultimi dodici mesi, si trasforma in un costo annuo di 290 euro circa per ogni famiglia. Si è osservato, poi, che lo sperpero maggiore avviene nelle città e nei grandi Comuni, mentre c'è più attenzione nei piccoli centri.

E, ancora, i dati più alti si registrano nel Sud Italia piuttosto che al Nord. È stato tristemente rilevato che le persone che rientrano nelle fasce socioeconomiche più fragili eliminano più risorse di chi invece gode di una posizione sociale e reddituale più solida. Questo accade a causa dell'effetto prolungato dell'inflazione, che abbassa il potere di acquisto e mette in condizione di comprare prodotti di qualità inferiore e, pertanto, più facilmente deteriorabili.

Quali sono i cibi che finiscono in pattumiera più frequentemente?

Al primo posto troviamo la frutta, seguita dall'insalata, dalle altre verdure e dal pane. Poi ci sono gli affettati, i formaggi e i latticini in genere; infine, la carne e gli avanzi che restano in tavola a pasto concluso.

Quali sono le buone abitudini per contrastare almeno un po' questo fenomeno?

I suggerimenti degli esperti fanno appello al buon senso. Può rivelarsi prezioso: preparare un menù settimanale e pianificare di conseguenza la lista della spesa; comprare prodotti sfusi; fare attenzione alle date di scadenza e leggere con attenzione le etichette; scegliere la giusta posizione per ogni alimento in frigorifero; riutilizzare gli avanzi con creatività o surgelarli; fare la spesa più volte a settimana degli alimenti freschi. ■

Lucia Massarotti
lucia.massarotti@gmail.com



Dronitaly

Un appuntamento imperdibile per professionisti e appassionati del mondo dell'Aviazione Senza Pilota: un mercato in forte espansione

Dronitaly è una fiera che si svolge a Bologna, dedicata al mondo dei Sistemi Aeromobili a Pilotaggio Remoto (SAPR). Ormai giunta alla decima edizione, rappresenta un punto di riferimento per l'Italia e non solo. Una "tre giorni" dove aziende leader o startup presentano nel corso di conferenze, workshop, dimostrazioni pratiche, prodotti, accessori, software e tecnologie, parlando di autonomia di volo, capacità di carico, sistemi di sicurezza e intelligenza artificiale. I temi sono vari: formazione, aggiornamenti sulle normative di sicurezza, consulenze tecniche e personalizzate; lo scopo è mostrare le capacità operative e le potenzialità dei droni in vari contesti come quello agricolo, industriale, edilizio, fotografico e cinematografico.

La scorsa edizione è stata un grande successo, anche grazie alla concomitanza con Fueling Tomorrow, evento

dedicato alla trasformazione dei carburanti e all'uso dei nuovi vettori energetici nel trasporto e nell'industria. Inoltre, ha visto la partecipazione di istituzioni e media partner di grande rilievo, oltre alla presenza di aziende internazionali come espositori dalla Corea, Stati Uniti, Cina, Spagna, Francia e Slovacchia. Grande attenzione è stata rivolta alle aree tematiche "Innovative Air Mobility & Delivery" (Mobilità Aerea Innovativa e Consegna) e "Aerial Operations" (Operazioni Aeree). La prima si concentra sull'uso di droni per rendere la mobilità urbana e suburbana più efficiente ed ecologica e ha tra gli obiettivi: lo sviluppo di droni-taxi e di aerei elettrici a decollo e atterraggio verticale per il trasporto di persone, la consegna di pacchi, medicinali, alimenti e altri beni in aree urbane, rurali e di emergenza. Oltre alla realizzazione di vertiporti,

aeroporti di aerotaxi, e al controllo dei sistemi di gestione del traffico e dei protocolli di sicurezza per l'integrazione dei droni nello spazio aereo. Le "Operazioni Aeree" si concentrano, invece, su applicazioni pratiche e operative per rispondere a bisogni specifici sul campo attraverso ispezioni, monitoraggio ambientale e di infrastrutture, sorveglianza, ricerca e localizzazione di persone disperse per migliorare la rapidità e l'efficacia delle operazioni di soccorso. Per scoprire le nuove frontiere, dobbiamo attendere la prossima edizione di Dronitaly che si svolgerà nell'ultimo trimestre del 2025. ■

Alessandra Meda
alessandra.meda@cibiexpo.it

**Nella fotografia qui sotto,
una immagine di Dronitaly 2023.**



La cultura materiale

Quanto dicono di noi i nostri oggetti? Molto più di quanto immaginiamo

Esiste un tipo di cultura, chiamata **materiale**, che racconta le storie delle persone attraverso gli elementi visibili e concreti della loro vita. Si va dalle città e dai manufatti urbani fino agli utensili che usiamo tutti i giorni nel tempo libero, per lavorare o coltivare i nostri interessi.

Da molto tempo, questo patrimonio è oggetto di studio da parte degli archeologi, che ne hanno fatto un metodo di indagine specifica grazie al quale è stato possibile ricollocare opere d'arte e fenomeni artistici all'interno di un tessuto storico omogeneo.

Nella foto qui sotto: pentole e utensili in rame che, insieme ad altri oggetti di utilizzo quotidiano, fanno parte della nostra cultura materiale.

Da qualche anno assistiamo alla riscoperta di questa cultura "concreta", accanto a quella astratta alla quale siamo più abituati a fare riferimento. Le nuove ricerche si concentrano in particolar modo sul significato che assumono gli oggetti per le persone, sull'interazione che sta alla base della

relazione tra noi e le nostre cose. Gli strumenti che ci permettono di esercitare una professione, i libri che ci piace leggere, gli arredi che scegliamo per le nostre case, i gioielli che portiamo, l'abbigliamento che utilizziamo e tutto ciò di cui amiamo circondarci trasmettono cultura, si fanno simbolo di un'identità sociale, del legame tra le generazioni, della cura della memoria familiare, perfino espediente didattico. La cultura materiale è oggetto di analisi e di studio non solo da parte degli archeologi ma anche degli antropologi. Esiste infatti la branca dell'antropologia, detta appunto culturale, che indaga proprio la relazione tra le persone e le cose. Osserva come gli esseri umani producano, scambino e consumino i beni concreti anche con l'obiettivo di creare delle connessioni tra loro. È così che gli oggetti hanno un "ciclo di vita", attraversano fasi diver-

se, incarnano regimi di valori, possono costituire dispositivi socio- tecnologici ma anche simbolici.

Non siamo abituati a pensare che in fondo tutte le nostre scelte, dalle più grandi alle più piccole, trasmettano un messaggio culturale. Basta pensare all'abbigliamento, per esempio. Ogni mattina, quando apriamo l'armadio e scegliamo cosa indossare, compiamo un gesto simbolico. Dicono infatti gli studi recenti che la moda abbia un grande potere nel contesto della comunicazione sociale e culturale.

E ancora, pensiamo alle case in cui abitiamo: oltre al contesto in cui si collocano o alla loro forma, sono anche un importante luogo di valori e di affetti, riparo non solo dal clima ma anche dallo sguardo esterno. ■

Lucia Massarotti
lucia.massarotti@gmail.com



TEMOLO



UNO DEI PESCI PIU' BELLI.
PARENTE DEL SALMONE
ABITA I LAGHI E FIUMI D'EUROPA.
OTTIME CARNI CON LEGGERO
RETROGUSTO DI TIMO,

NOTIZIE E INFORMAZIONI A PAG. 27 GENNAIO 2025