



Città
metropolitana
di Milano



PARCO
AGRICOLO
SUD
MILANO

**Arte
e scienza
del cibo**

Periodico gratuito
Anno 13 - n 04
20 aprile 2025
www.cibiexpo.it



centro studi
anticontraffazione



**Come seleziono
un buon vino?**



**Dazi USA
e burrata**

**Elisa Pozzi:
l'arte
di produrre
il formaggio**



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

3

Ma di che cosa stiamo parlando?

«Al centro di un'esplorazione culturale e sensoriale, una scultura effimera.» Sono incuriosita. Aspetto chiarimenti ma grande è la confusione sotto il cielo (citazione di Mao Tse-tung): «Il quotidiano si fa manifesto, il banale diventa sublime.» Cosa dire di più? O di meno, o di più chiaro, dipende dal tema. Che, in questo caso, è il burro. Il copywriter è un professionista che scrive testi allettanti per promuovere prodotti e servizi. Era dai tempi del film *Ultimo tango a Parigi*, con la famigerata scena del burro usato come lubrificante, che questo latticino non era al centro di tante riflessioni.

**Nella foto sotto:
BURROCRAZIA,
Forever Studio.
Il portaburro,
costo: 850 Euro.**

Ma torniamo al testo del nostro immaginifico copy: BURROCRAZIA (il fanta-brand che si propone di comunicare in modo innovativo, commercializzando accessori di lusso, ndr) «tra-

sforma il burro in un'esperienza estetica e culturale... Benvenuto nella rivoluzione spalmabile.»

Non mancano le ricadute: nasce un'alleanza tra BURROCRAZIA e Simple Flair, società fondata da Riccardo Crenna e Simona Flacco, architetti, consulenti creativi e strategici per il design. Il risultato è una collezione che, per esempio, trasforma il portaburro: «Una collaborazione per trasformare un oggetto quotidiano in un'icona... Un nuovo rituale sta per prendere forma.» Un rituale costoso, visti i prezzi stellari delle "icone". Ma certo estroso e stuzzicante. ■

*Paola Chessa Pietroboni
direzione@cibiexpo.it*



Semi, seminati e semantica. La voce degli agrari	
Il Futuro dell’Agricoltura Sostenibile 5	
<i>di Riccardo Martini e Eleonora Rosi</i>	
C'è del buono	
Impiego a cinque stelle 6	
<i>a cura della redazione</i>	
Ricerca e innovazione	
Agricoltura biologica 8	
<i>di Marina Greco</i>	
Il Ghana del presente e del futuro 10	
<i>di Marta Pietroboni</i>	
Una sfida elefantiaca 11	
<i>di Marta Pietroboni</i>	
A tutto vino: guida essenziale per bere bene	
Come selezione un buon vino? 12	
<i>di Elisa Alciati</i>	
Storia del cibo	
Il cibo come identità: il caso della diaspora 14	
<i>di Riccardo Vedovato</i>	
Protagonisti	
Elisa Pozzi 16	
<i>di Alessandra Meda</i>	
Segreti della spesa	
Miglio 19	
<i>di Lucia Massarotti</i>	

Alimentazione e salute	
I Fagioli ribelli 20	
<i>di Marta Pietroboni</i>	
Ben fatto	
Insalata Nizzarda 22	
<i>di Giovanni Romano e Matteo Scirpoli</i>	
Made in Italy	
Dazi USA e burrata 23	
<i>di Daniela Mainini</i>	
La scienza in cucina	
Nixtamalizzazione, un valore aggiunto 24	
<i>di Massimo Faustini</i>	
La parola agli istituti per l'enogastronomia e l'ospitalità	
La Zuppa Inglese: il dolce della tradizione tra storia e gusto 26	
<i>di Lorenzo Maiardi, Silvia Ciccarella, Martina Tonioni</i>	
Tendenze	
Il pesce persico 27	
<i>di Tiziana Mazzitelli</i>	
La pasta 28	
<i>a cura della redazione</i>	
In Italia è arrivato Normal 30	
<i>di Alessandra Meda</i>	
Lady Butcher 31	
<i>di Lucia Massarotti</i>	

Hanno collaborato a questo numero

Centro Studi

Anticontraffazione

Il Centro Studi Anticontraffazione è il dipartimento del Centro Studi Grande Milano che si occupa esclusivamente di tutela della proprietà intellettuale, made in Italy e lotta alla contraffazione. Monitora i settori più colpiti dalla contraffazione nelle aree metropolitane, in Italia e all'estero, collaborando con tutte le Forze dell' Ordine preposte al contrasto del fenomeno.

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



Il Futuro dell’Agricoltura Sostenibile

Il progetto Erasmus+ ProGreen per promuovere e migliorare le competenze verdi

Negli ultimi anni, l'agricoltura ha vissuto un'evoluzione significativa, puntando su sostenibilità e innovazione. In questo contesto si inserisce il progetto Erasmus+ ProGreen (Promoting and Upgrading Green Skills in Agriculture, Promuovere e migliorare le competenze verdi in agricoltura), che ha coinvolto gli studenti dell'Istituto Tecnico Agrario “Emilio Sereni” di Roma in un percorso formativo pratico e teorico legato all'Agricoltura 4.0 e alle biotecnologie. Cuore del progetto è stata una serra idroponica: un sistema di coltivazione senza suolo che, grazie a una soluzione nutritiva in acqua, consente di ridurre fino all'80% il consumo idrico. Dotata di tecnologie avanzate come LED, pannelli fotovoltaici e riscaldamento a pellet, la serra ha permesso agli studenti di coltivare ortaggi e verdure a foglia su pannelli galleggianti e substrati innovativi come la lana di

roccia, ottimizzando la crescita e la produzione delle piante. Parallelamente, ProGreen ha approfondito l'impiego delle biotecnologie in agricoltura, con applicazioni su colture e allevamenti. Tra le innovazioni, sono stati trattati il miglioramento genetico per resistenza alle malattie e qualità nutrizionale; le tecniche di riproduzione assistita dei bovini (inseminazione artificiale, FIV, o fecondazione in vitro, trasferimento embrionale); l'uso di software come AutoCAD e strumenti statistici per monitorare l'evoluzione delle fasi fenologiche delle piante (ovvero le tappe del loro ciclo di vita che si possono osservare visivamente). L'approccio Agricoltura 4.0 ha favorito lo sviluppo di competenze trasversali, integrando tradizione agricola con strumenti digitali e metodi scientifici. Uno degli obiettivi principali del progetto è stato sensibilizzare i giovani

sulle sfide ambientali e sull'urgenza di adottare modelli agricoli sostenibili. ProGreen ha dimostrato che è possibile aumentare la produttività riducendo al tempo stesso l'impatto ambientale, promuovendo l'agricoltura di precisione, il risparmio idrico e l'impiego di specie resilienti. Il progetto ha rappresentato un'opportunità concreta di apprendimento attivo, unendo teoria e pratica in un contesto reale. Grazie all'integrazione di idroponica, biotecnologie e analisi statistica dei dati, gli studenti hanno acquisito competenze fondamentali per affrontare le sfide dell'agricoltura moderna, sempre più orientata all'innovazione sostenibile. ■

*Riccardo Martini
Eleonora Rosi*

*Classe IV A, Indirizzo Produzione e Trasformazione
ITA “Emilio Sereni”, Roma*



CiBi
Arte e scienza
del cibo
Periodico gratuito
Anno 13 - n 04
Milano
20 aprile 2025

I contatti della redazione

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
Massimo Faustini - Ordinario presso Università degli Studi di Milano Dipartimento DIVAS - massimo.faustini@unimi.it
Flavio Merlo - Sociologo - flavio.merlo@unicatt.it
Illustratore: Libero Gozzini
info@gozzinilibero-illustratore.com
Collaboratore editoriale: Anna Francioni
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 Monforte 2, 20122 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: Simone Lunghi, l'angelo ribelle del Naviglio



Nelle foto sotto, una serra idroponica.

Impiego a cinque stelle

e-work apre le selezioni per oltre 600 posti nel settore alberghiero e della ristorazione di lusso. Le opportunità di lavoro sono in tutta Italia, dalle località balneari alle città d'arte

Con l'arrivo della primavera e l'avvicinarsi di ponti e vacanze, il settore dell'ospitalità e della ristorazione si prepara a una ripartenza. Nello specifico, e-work – gruppo italiano che ha al proprio interno una divisione specializzata nella selezione di profili Ho.re.ca. (acronimo di hotel-erie-restaurant-café, ndr) – seleziona 602 figure professionali per conto di importanti strutture ricettive. Si tratta di un'occasione da non perdere per chi cerca un impiego stagionale, ma anche per chi desidera fare un'esperienza lavorativa in un settore in continua evoluzione. La ricerca risponde alle esigenze di alberghi e resort 4 e 5 stelle lusso, attività di catering e organizzazione di eventi. Tra le figure più ricercate, ci sono camerieri, runner (la figura di supporto ai camerieri nel trasporto delle pietanze ai tavoli, ndr), cameriere ai piani, lavapiatti, cuochi e aiuto cuoco,

ma le opportunità gestite da e-work in ambito Ho.re.ca. spaziano tra diversi profili e riguardano strutture in diverse località: dalle grandi città (Roma, Napoli, Venezia, Firenze, Milano) e località marittime in Sardegna, Abruzzo e Sicilia, alle strutture del Lago di Garda e del Trentino-Alto Adige.

Le posizioni nelle principali città

In particolare, a Roma, la selezione si concentra su 320 figure, tra stagionali e per il settore eventi. Sono ben 100 i camerieri di sala e runner, oltre a 30 cuochi e aiuto cuochi, 50 lavapiatti e 20 addetti alla manutenzione negli alberghi. Ci sono anche 20 posizioni aperte per addetti al ricevimento, 50 per cameriere e facchini ai piani, 20 per addetti al bar, 10 per barman e altrettante per hostess. Inoltre, si ricercano 5 addetti al banco pasticceria e 5 pasticceri. Ve-

nezia offre diverse possibilità di impiego stagionale con 40 posizioni (10 per camerieri di sala e runner, 5 per addetti alla manutenzione, 10 per cameriere e facchini ai piani, 10 per lavapiatti e 5 per aiuto cuochi). A Firenze (25 posizioni aperte per la stagione) si cercano 10 camerieri di sala e runner, 10 cameriere e facchini ai piani e 5 addetti alla reception. Milano, invece, offre assunzioni a lungo termine (1 anno) con 5 posizioni per cuochi capo partita e altrettante per commis di sala (per entrambe le figure si propone contratto diretto per un anno).

Fare stagione al mare, al lago o in montagna

Per chi desidera lavorare in località marine, in Sardegna, nelle località di Pula e Porto Rotondo, le posizioni aperte per la stagione sono 125: si cercano 50 camerieri di sala e runner, 5 cuochi e aiuto

cuochi, 10 lavapiatti, 50 cameriere e facchini ai piani, oltre a 10 addetti alle pulizie nei ristoranti. Mentre in Abruzzo, a Pineto (Teramo), sono disponibili opportunità stagionali per 4 restaurant manager, 10 camerieri di sala e runner, 5 cuochi e aiuto cuochi, 5 lavapiatti e 2 addetti alla manutenzione, per un totale di 26 posti. E in Sicilia, a Taormina, e-work seleziona 5 barman, con ingaggio per la stagione. Sul Lago di Garda le posizioni aperte sono 25, in strutture di Lonato, Lazise, Limone, Desenzano e Riva. Si ricercano 3 commis di cucina (aiuto cuoco, ndr), 4 receptionist con conoscenza del tedesco, 5 cameriere ai piani, 10 camerieri di sala e 2 cuochi capo partita. Infine, in Trentino-Alto Adige, hotel e ristoranti cercano personale per la stagione in varie località (Trento, Aprica, Madonna di Campiglio, Folgaria). Le posizioni aperte che includono com-

mis di cucina, receptionist con conoscenza del tedesco, cameriere ai piani, camerieri di sala e cuochi capo partita, sono, in totale, 26. I candidati interessati possono trovare informazioni accedendo all'area riservata alle candidature per il settore Ho.re.ca. del portale e-work: <https://www.e-workspa.it/offerte-di-lavoro-nellhoreca/>. Inoltre è possibile anche inviare il proprio CV via mail all'indirizzo: horeca@e-workspa.it

e-work: al servizio del lavoro

e-work è un'agenzia per il lavoro nata nel 2000 e presente sul territorio nazionale con 38 sedi; attraverso il lavoro di 240 professionisti, serve annualmente oltre 1.200 aziende e 40.000 persone. Grazie a una rete di divisioni specializzate, anche nella ricerca e selezione di

profili di difficile reperimento, e-work è in grado di affrontare e gestire le necessità di compagnie multinazionali, enti pubblici, aziende dal profilo nazionale e regionale. I servizi offerti spaziano dalla ricerca e selezione alla fornitura di personale, dalla formazione anche finanziata alla gestione delle Politiche Attive del Lavoro. Nel 2016 e-work ha poi lanciato il format e-work-kafé: caffetterie del lavoro che creano un ponte diretto tra svago e mondo lavorativo. Attraverso la Fondazione Pino Cova l'agenzia si occupa di promuovere l'inserimento nel mondo del lavoro di giovani in condizioni di emarginazione sociale e disabilità, fisica e psichica. ■

Anna Francioni
anna.francioni@cibiexpo.it

In questa pagina, scorcio di Venezia, in cui sono aperte ben 40 posizioni.

Qui sotto, due foto che ritraggono alcuni dei profili più ricercati da e-work.



Agricoltura biologica

Un viaggio in grado di interrompere idealmente il continuum spazio-temporale per ritornare all'epoca dei nostri nonni

Allora era possibile coltivare un appezzamento di terreno senza l'utilizzo di sostanze chimiche, rispettando ritmi stagionali e seguendo solo le leggi di madre natura.

Questo è l'obiettivo principale dell'agricoltura biologica, un esempio di economia circolare che si ripromette di produrre beni di qualità nel pieno rispetto dell'ambiente e degli equilibri che lo governano.

Per fare ciò, questo modello si basa sull'utilizzo di pratiche ecologiche, sostenibili e soprattutto rispettose della biodiversità, che come sappiamo è indice di ricchezza di un determinato ecosistema.

In totale contrapposizione con l'agri-

coltura convenzionale, un metodo di coltivazione intensiva mirato allo sfruttamento massimo di una o più risorse al fine di ottenere un maggiore rendimento economico e produttivo attraverso, ad esempio, l'utilizzo di sostanze coadiuvanti quali fertilizzanti e pesticidi, l'agricoltura biologica può essere praticata usando solo ed esclusivamente sostanze naturali.

Ciò rappresenta sicuramente una sfida considerando la necessità di soddisfare il fabbisogno alimentare della popolazione mondiale principalmente attraverso la naturale produttività del suolo. Per far ciò, la coltivazione bio utilizza una serie di tecniche atte a rispettare i principi sul quale si fonda, come il

controllo biologico dei parassiti (attraverso la salvaguardia di insetti antagonisti quali, ad esempio, le coccinelle, predatori naturali degli afidi), la rotazione delle colture o avvicendamento (una tecnica agronomica che consiste nell'alternanza su base annuale o stagionale di diverse colture al fine di aumentare la fertilità del suolo), la scelta varietale (che richiede la scelta di pochissime varietà in grado di dimostrare elevata adattabilità al territorio), la creazione di siepi e alberature (che svolgono funzione di barriera fisica nei confronti di potenziali inquinanti esterni).

Ciò che è biologico viene stabilito e garantito da una serie di normative che

interessano il mercato di tutto quello che viene generato e di tutto quello che viene consumato.

Ogni step di produzione e di commercializzazione è regolamentato sia a livello europeo che mondiale, da una serie di atti normativi concepiti al fine di creare un sistema equo per l'economia e l'ambiente.

Secondo quanto documentato nel "The World of Organic Agriculture 2024" in Europa, nel 2023, la percentuale di superfici coltivate attraverso le tecniche dell'agricoltura biologica ha raggiunto un valore pari all'11%, confermando una tendenza positiva alla conversione agro ecologica.

Sicuramente l'Italia è uno dei paesi leader in questo ambito, confermandosi al terzo posto dopo Spagna e Francia. Un dato sicuramente rassicurante visto che l'agricoltura biologica, rappresenta un settore in continua e costante espansione.

Con 2,5 milioni di ettari e una superficie agricola utilizzata (SAU) di circa il 20%, quasi il doppio della media europea, il nostro paese dà un contributo significativo al raggiungimento del

target del 25% fissato dalla Strategia Farm to Fork – dal produttore al consumatore – un piano d'azione dell'Unione Europea, finalizzato al raggiungimento della neutralità climatica entro il 2050.

Tutto sembra quindi concentrarsi su un unico obiettivo, ovvero quello di conquistare quanto è stato definito nel Green Deal Europeo, per affrontare le sfide climatiche, economiche e sociali tipiche del nostro tempo.

Per il Green Deal è imprescindibile il concetto di biocontrollo, che è anche alla base dell'agricoltura biologica.

Nasce quindi la necessità di formare e informare, facendo affidamento su fondi economici a cui attingere per offrire soluzioni innovative di origine naturale, nonché potendo contare su collaborazioni tra enti diversi.

Questo è il caso, ad esempio, di Agrofarma (l'Associazione nazionale imprese agrofarmaci facente parte di Federchimica) e FederBio (la federazione di organizzazioni di tutta la filiera dell'agricoltura biologica e biodinamica) che hanno definito un protocollo d'intesa per andare incontro

alle diverse esigenze di questo tipo di produzione. Sarà probabilmente grazie anche a tali strategie che questo mercato sta vivendo in Italia, e non solo, un periodo prospero di crescita esponenziale. Basti pensare che nel 2024 le vendite alimentari dell'organico sono state caratterizzate da un aumento pari al 5,7% rispetto all'anno precedente. Positivi sono anche finora i dati relativi all'export, sottolineando il successo del binomio Bio-Made in Italy marchio di qualità e sostenibilità. Il prodotto biologico non è più un concetto di nicchia. Di facile reperibilità, "riflette la crescente consapevolezza di fare scelte alimentari responsabili, sia per la propria salute che per l'ambiente" (Maria Grazia Mammuccini - presidente FederBio).

In realtà per tornare all'epoca dei nostri nonni, dove era possibile coltivare un appezzamento di terreno senza l'utilizzo di sostanze chimiche, non è necessario nessun viaggio temporale ma solo più conoscenza e consapevolezza. ■

Marina Greco

marina.greco83@hotmail.com

In queste pagine, due esempi agricoltura biologica non intensiva.



Il Ghana del presente e del futuro

La storia di Philip Adaagonsa, brillante imprenditore agroalimentare

In questa pagina: in alto Philip Adaagonsa (a destra); qui sotto, il tubero lavorato dalla sua azienda.

In Ghana la sicurezza alimentare e la malnutrizione sono sfide complesse e mettono in luce notevoli disparità tra la regione settentrionale e quella meridionale, nonché tra aree urbane e rurali. Diversi imprenditori locali, negli ultimi anni, grazie anche a E4Impact Foundation – un'organizzazione di cui abbiamo parlato in un precedente articolo, che supporta l'inizio e la crescita di nuovi business in Africa – stanno avviando con successo start-up e progetti per contrastare queste criticità. Uno di questi è Philip Adaagonsa, fondatore di Phidago Ltd, una realtà che produce e distribuisce cibo biologico, utilizzando un modello di agricoltura sostenibile e trasparente, basato sulla valorizzazione delle comunità locali. I prodotti principali lavorati dal gruppo, igname (un tubero ad alta capacità alimentare, ndr), riso, granoturco e manioca, sono privi di sostanze chimiche e arricchiti

di vitamine e minerali essenziali, cosa che contribuisce, ovviamente, a migliorare la nutrizione dei locali. L'impatto dell'azienda si traduce in numeri significativi: 30 posti di lavoro, supporto a oltre 3.000 persone e alimentazione con cibi sostanziosi garantita per più di 10.000 individui. Inoltre, Phidago ha formato più di 50 giovani, uomini e donne, fornendo loro competenze in agricoltura sostenibile e autosufficienza. Le difficoltà non sono state poche: mancanza di supporto finanziario, elevate tasse e impatto del cambiamento climatico, che ha modificato le precipitazioni e aumentato le perdite post-raccolto. Nonostante queste sfide, l'impresa di Philip sta crescendo: nei prossimi 3 anni punta a esportare igname, raddoppiare il numero di dipendenti e raggiungere 20.000 persone con i suoi prodotti. L'impatto di Philip non è passato inosservato: la Phidago Ltd è stata premiata per



i suoi approcci innovativi alla sostenibilità e ha ricevuto concessioni da GIZ (Agenzia di sviluppo tedesca) e Ama-Karen Across Ghana (organizzazione non profit californiana). Ora, l'azienda cerca finanziamenti per espandere le operazioni, implementare la tecnologia Blockchain per la tracciabilità (e quindi la trasparenza) e acquisire macchinari. La visione per il futuro è chiara: diventare un punto di riferimento per l'agricoltura sostenibile nell'Africa occidentale, garantendo trasparenza e sviluppo economico per le comunità rurali.

Grazie all'impegno di Philip, la lotta contro l'insicurezza alimentare sta prendendo una nuova direzione, fondata su innovazione, resilienza e forte legame con il territorio.

Marta Pietrobboni
marta.pietrobboni@cibiexpo.it



Il percorso formativo di Philip

Ha sviluppato la sua strategia imprenditoriale grazie al Global MBA in Impact Entrepreneurship organizzato da E4Impact Foundation con la University of Professional Studies di Accra (UPSA) e ALTIS - Università Cattolica del Sacro Cuore e frequentato nel 2022 presso UPSA. Questo percorso gli ha permesso di affinare le competenze in pianificazione finanziaria, innovazione e strategie di business, migliorando l'approccio al mercato e la competitività dell'azienda. Il Global MBA in Ghana rientra nelle attività promosse dal progetto Azione di Stabilità Socio-Economica in Ghana, che contribuisce all'avvio e alla crescita di imprese ad alto impatto sociale e ambientale nelle regioni di Greater Accra, Western Region e Northern Region, affinché si creino nuovi posti di lavoro in comunità colpite dalle migrazioni. Finanziato dal Ministero degli Affari Esteri e della Cooperazione Internazionale, il progetto è implementato da E4Impact con l'Istituto di Studi sul Mediterraneo (ISMed) e il Consiglio Nazionale delle Ricerche (CNR).

Una sfida elefantiaca

Riportare in vita i mammut, per vedere camminare di nuovo nella tundra siberiana il mitico pachiderma

Dagli anni 2000, grazie ai progressi fatti in campo genetico, un ambito di ricerca nuovo e interdisciplinare ha preso sempre più spazio; stiamo parlando della de-estinzione, ovvero la possibilità di riportare in vita tratti genetici e caratteristiche di animali estinti. Questo progetto, estremamente affascinante, è visto dalla comunità scientifica soprattutto come possibile strumento di ripristino di ecosistemi compromessi dall'azione umana.

Le basi della de-estinzione sono state gettate da Svante Pääbo, premio Nobel per la medicina, che ha rivoluzionato la paleogenetica permettendo di recuperare il DNA dai fossili, riordinarne i frammenti e confrontarli con il patrimonio genetico di specie ancora in vita. A questa scoperta si è poi aggiunta la tecnica di editing genetico CRISPR, anch'essa premiata con il Nobel, che ha consentito di modificare un genoma

moderno introducendo caratteristiche appartenenti a specie estinte. Un ulteriore passo avanti è stato annunciato il mese scorso dalla Colossal Biosciences, l'azienda fondata dal genetista George Church che ha il sogno di riportare in vita il mammut e ha dichiarato di aver creato cellule staminali embrionali a partire dalla pelle di elefante. Questo risultato è cruciale: se tutto andrà come previsto, presto potremo avere un genoma di elefante editato con i tratti tipici dei mammut.

La strada è ancora lunga. La piattaforma CRISPR deve essere affinata per introdurre simultaneamente molte mutazioni. Un'altra sfida è quella legata all'embriologia: creare un utero artificiale potrebbe evitare il ricorso alle elefantesse per la gestazione, riducendo i problemi etici legati alla riproduzione di un animale che porta avanti una gravidanza per quasi 2 anni.

La biologa evoluzionista Beth Shapiro, oggi a capo della divisione scientifica di Colossal, sottolinea come l'obiettivo sia comprendere meglio la genetica delle specie attuali per proteggerle e favorire la loro sopravvivenza. Grazie ai progressi nel sequenziamento del DNA antico, oggi disponiamo di dozzine di genomi di mammut con cui confrontare quelli degli elefanti moderni. Questo non solo aiuta a ricostruire la loro storia evolutiva, ma apre nuove prospettive per la biologia della conservazione.

Nel frattempo Colossal ha già testato il trasferimento su organismi più piccoli: sono stati creati 38 topi geneticamente modificati con caratteristiche simili a quelle dei mammut, come una folta pelliccia dorata, per sperimentare le mutazioni prima di applicarle agli elefanti. ■

Marta Pietrobboni
marta.pietrobboni@cibiexpo.it

Dal topo all'elefante asiatico

Prima del più vicino parente vivente del mammut, i ricercatori di Colossal Biosciences hanno scelto un prototipo ben più piccolo: il topo, che ha caratteristiche uniche come organismo modello nella ricerca scientifica. Grazie alla sua rapidità riproduttiva, alla facilità di allevamento e soprattutto alla profonda conoscenza del suo genoma, il topo rappresenta il banco di prova ideale per testare tecniche di ingegneria genetica prima di applicarle su animali più grandi e complessi.

Nella foto accanto, un esemplare di topo mammut.



Come seleziono un buon vino?

«Tu come fai a scegliere una bottiglia di qualità?»

«Ah, io compro DOCG e non sbaglio»

Ho sentito queste parole assistendo a una conversazione tra due persone che facevano la spesa al discount. In quel momento ho pensato che l'argomento meritasse un approfondimento e quale miglior occasione di questa rubrica? Vediamo come scegliere una bottiglia di buon vino senza finire col pentirsi del proprio acquisto. È sufficiente che sia DOCG?

IGT, DOC, DOCG, cosa significano davvero?

IGT significa Indicazione Geografica Tipica. È la denominazione ritenuta "meno stringente". Per rientrare in questa categoria è necessario che almeno l'85% delle uve provengano dalla zona geografica indicata. Non dà particolari

vincoli sui metodi produttivi e sui vitigni utilizzabili e non vi è una valutazione organolettica obbligatoria da parte della commissione. In etichetta possono essere specificati vitigno e annata. DOC significa Denominazione di Origine Controllata. Qui le regole aumentano. Le uve devono provenire interamente dalla zona indicata, il vitigno utilizzato e le percentuali di impiego sono stabiliti dal disciplinare. Questo vale anche per: tecniche produttive, rese per ettaro, gradazione alcolica e caratteristiche organolettiche ovvero, colore, profumo, gusto. Inoltre il vino deve superare le analisi chimiche e l'assaggio da parte della commissione di esperti. DOCG significa Denominazione di Origine Controllata e Garantita. Siamo alla

vetta della piramide. È possibile richiedere la DOCG solo dopo aver ottenuto e mantenuto la DOC per almeno 10 anni. Valgono tutte le regole precedenti con qualche aggiunta. Per esempio l'imbotigliamento deve avvenire nella stessa zona di produzione. Infine i campioni di vino è necessario superino un esame chimico e organolettico. Far parte di una DOC o di una DOCG significa rispettare una serie di requisiti tecnici e geografici, un disciplinare di produzione a garanzia che il vino sia conforme a un determinato stile, prodotto in una zona specifica con metodi controllati e risponda a una certa tipicità e riconoscibilità. Ma questo non significa che il vino sarà automaticamente buono o qualitativamente impeccabile.



Un esempio concreto

Prosecco DOC, un vino amatissimo e onnipresente. Merito della sua versatilità. Si può dire che sia diventato lo spumante della quotidianità, quello che tutti conoscono. Insomma, quanti dicono Prosecco invece che spumante? Come fosse un nome comune. Tutti lo abbiamo sentito almeno una volta. Grazie al suo successo, che lo ha reso noto nel mondo, oggi lo si produce in un'area molto estesa, che comprende 9 province tra Veneto e Friuli Venezia Giulia. Il disciplinare ne fissa i parametri produttivi: uve Glera per almeno l'85%, rese per ettaro, gradazioni minime, caratteristiche organolettiche di base e colore, rispetto delle tecniche di spumantizzazione. Negli ultimi anni, per soddisfare la sempre crescente domanda di Prosecco, si sono impiantati vigneti di Glera un po' ovunque. La necessità di renderlo facilmente riconoscibile ha spinto verso una standardizzazione del gusto. L'urgenza poi di realizzarne grandi quantità a basso costo, unitamente a quella di esportarlo – specie per i prodotti a prezzo contenuto – ha reso necessari, con più frequenza, trattamenti

con maggiori quantità di anidride solforosa, per garantire che restino "stabili" a lungo su scaffali o container in giro per il mondo. Non si tratta di una pratica vietata, anzi: è perfettamente legale entro i limiti di legge previsti (e che abbiamo visto precedentemente). La maggior presenza di solfiti è percepibile? Sì. Se venisse mal di testa sarebbe una coincidenza? Probabilmente no. È possibile trovare produzioni qualitative di vino Prosecco? Assolutamente sì. Ma potrebbero far parte della DOC oppure no (certamente in questo caso non si chiamerebbe Prosecco). Non sta scritto da nessuna parte che non possa esistere un vino spumante a base uve Glera migliore di un Prosecco DOC. Magari si tratta di un produttore che segue un metodo "naturale" e il colore del suo vino non è esattamente quello previsto dal disciplinare di produzione. Sarà un vino spumante con un nome di fantasia, prodotto con le medesime uve di un vino Prosecco. Allo stesso modo è possibile che esista un eccezionale Prosecco DOC quando la cantina rispetta standard qualitativi molto elevati.

Quindi come fare? Qualche idea per evitare gli errori più comuni.

1. Non basarti solo sulla denominazione: è un punto di partenza, non di arrivo.
2. Consulta la retro-etichetta. Può indicare dettagli sulla vinificazione o sulla quantità di solfiti. A volte chi lavora in un certo modo ha piacere che si sappia.
3. Cerca produttori seri, magari prediligendo vini e piccoli produttori del territorio; non concentrarti solo su nomi altisonanti.
4. Non snobbare un IGT o un altro tipo di vino pensando che non possano avere grandi virtù.

Conclusione: certificare la qualità è qualcosa di molto complesso. Le denominazioni servono, eccome: tutelano territori, tradizioni, nomi storici. Ma non possono garantire tutto. Prova a conoscere la storia di un vino e di chi lo produce, gira, scopri, assaggia e fidati del tuo palato. ■

Elisa Alciati
elisa.alciati@cibiexpo.it

Nella pagina accanto, vigne di uva Glera, in Veneto, vitigno essenziale nella produzione di Prosecco DOC. Sotto, gli scaffali di una enoteca.



Il cibo come identità: il caso della diaspora

“Ma all'improvviso il ricordo mi è apparso. Quel sapore era quello del pezzetto di madeleine che la domenica mattina... mia zia Léonie mi offriva...” M.Proust, Alla ricerca del tempo perduto

Lasciare casa propria per non tornare mai più. Essere costretti dalla guerra, dalla povertà o da migrazioni forzate ad abbandonare la propria terra. Il proprio paese. Questa è la diaspora. Un popolo viene disperso nel mondo e scacciato dalla propria patria; eppure, una parte di essa li accompagna e resta con loro ovunque vadano. Perso il legame fisico con la terra, subentrano nuovi modi di “appartenere” e il cibo è uno di questi, un faro di identità e continuità culturale nella notte della dispersione.

Il cibo non è solo nutrimento: è un ponte verso il passato, un veicolo di memoria e un simbolo di nostalgia. Molto più della madeleine di Proust, che risveglia un mondo perduto attraverso il gusto, per milioni di persone in diaspora rappresenta un legame con la propria terra d'origine. Ma può

il cibo essere il simbolo di un passato che si ricrea nel presente? Le comunità della diaspora vi trovano spesso una radice solida in un terreno nuovo, un modo per ricostruire la loro identità lontano dalla terra natale. Nei mercati, nei ristoranti etnici e nelle case delle famiglie migranti, le ricette vengono tramandate di generazione in generazione, adattandosi ai nuovi contesti ma preservando un senso di identità collettiva, in una staffetta in cui il testimone passa di mano in mano e, pur modificandosi, non smette mai di ricordare il punto di partenza.

Claude Lévi-Strauss, nel suo celebre *Il crudo e il cotto*, ha evidenziato come le pratiche alimentari siano sistemi simbolici che strutturano il pensiero e l'identità culturale e Mary Douglas ci ricorda come il cibo sia un “codice sociale”, capace di definire chi siamo e a

quale gruppo apparteniamo. Per molti migranti, preparare e consumare piatti tradizionali non è solo un atto di nutrizione, ma una connessione emotiva con la propria storia personale e collettiva. Lo storico della gastronomia Krishendu Ray descrive il cibo come un “archivio commestibile”, dove il gusto e l'olfatto attivano ricordi e rafforzano identità frammentate dall'esperienza migratoria. Un esempio emblematico è la cucina ebraica sefardita, che ha seguito le rotte della diaspora dopo l'espulsione dalla Spagna nel 1492. I sefarditi hanno adattato le loro ricette alle nuove terre, mescolando ingredienti locali con tecniche culinarie ereditate dalla tradizione iberica. Il “pan de espía” (pane speziato) è una delle tante testimonianze di come il cibo possa raccontare storie di esilio e adattamento. Nella diaspora, svolge anche

un ruolo fondamentale nella costruzione di comunità.

Le *ethnic enclaves*, o quartieri etnici, come quelli cinesi, indiani o italiani nelle grandi città, sono caratterizzate da mercati, ristoranti e pasticcerie che diventano punti di aggregazione culturale. Luoghi come Chinatown a New York o la “Little Italy” di Toronto non sono solo centri commerciali, ma veri e propri spazi di resistenza identitaria dove il cibo agisce come un ponte tra il passato e il presente. Un caso interessante è quello del *banh mi*, il tipico panino vietnamita nato dalla fusione tra la baguette francese e gli ingredienti locali che, esportato dalle comunità in diaspora, è diventato oggi un simbolo di identità transnazionale che racconta una storia di colonialismo, resistenza e ibridazione culturale.

Il cibo della diaspora, come la cultura, non è statico: è un processo in continua evoluzione.

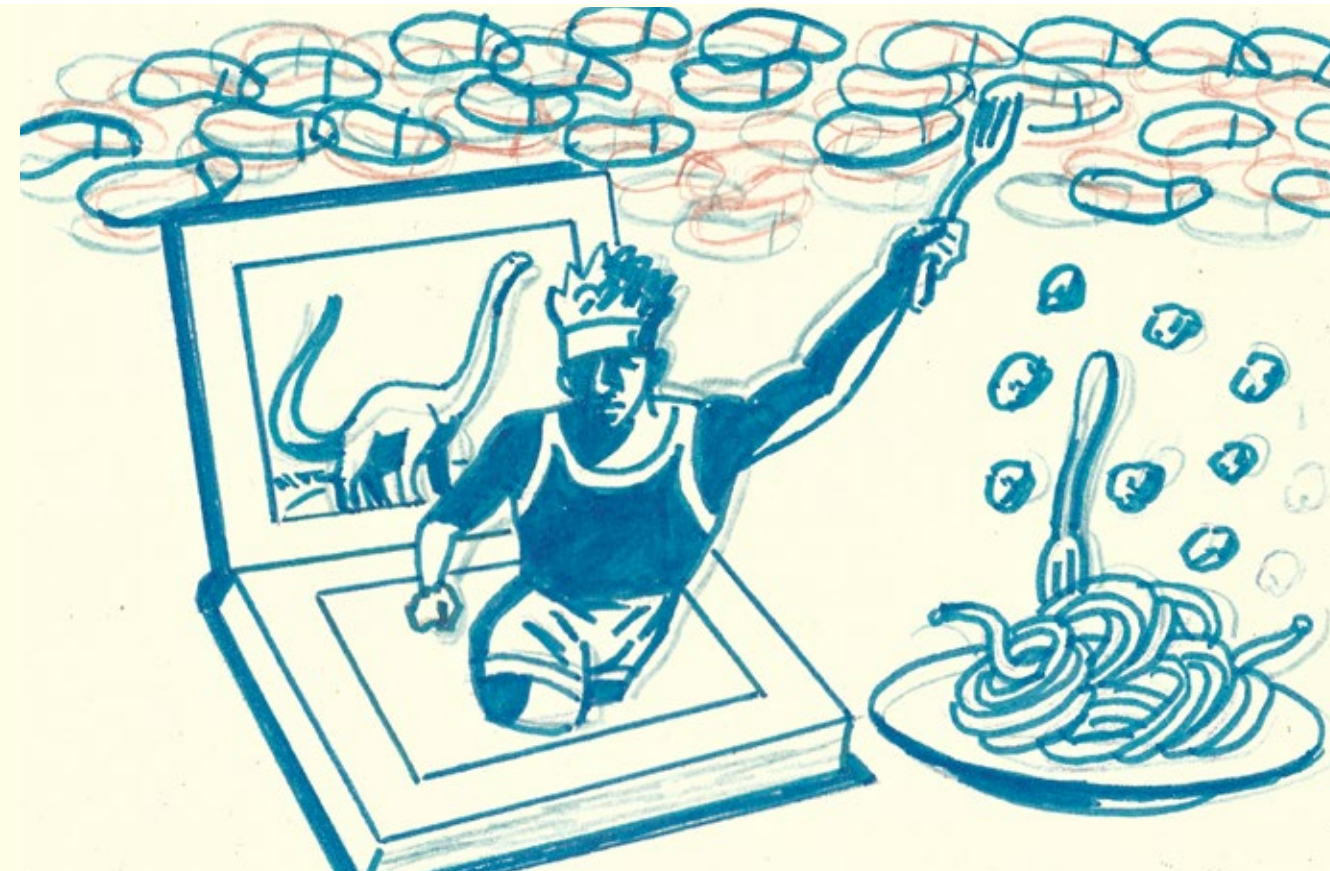
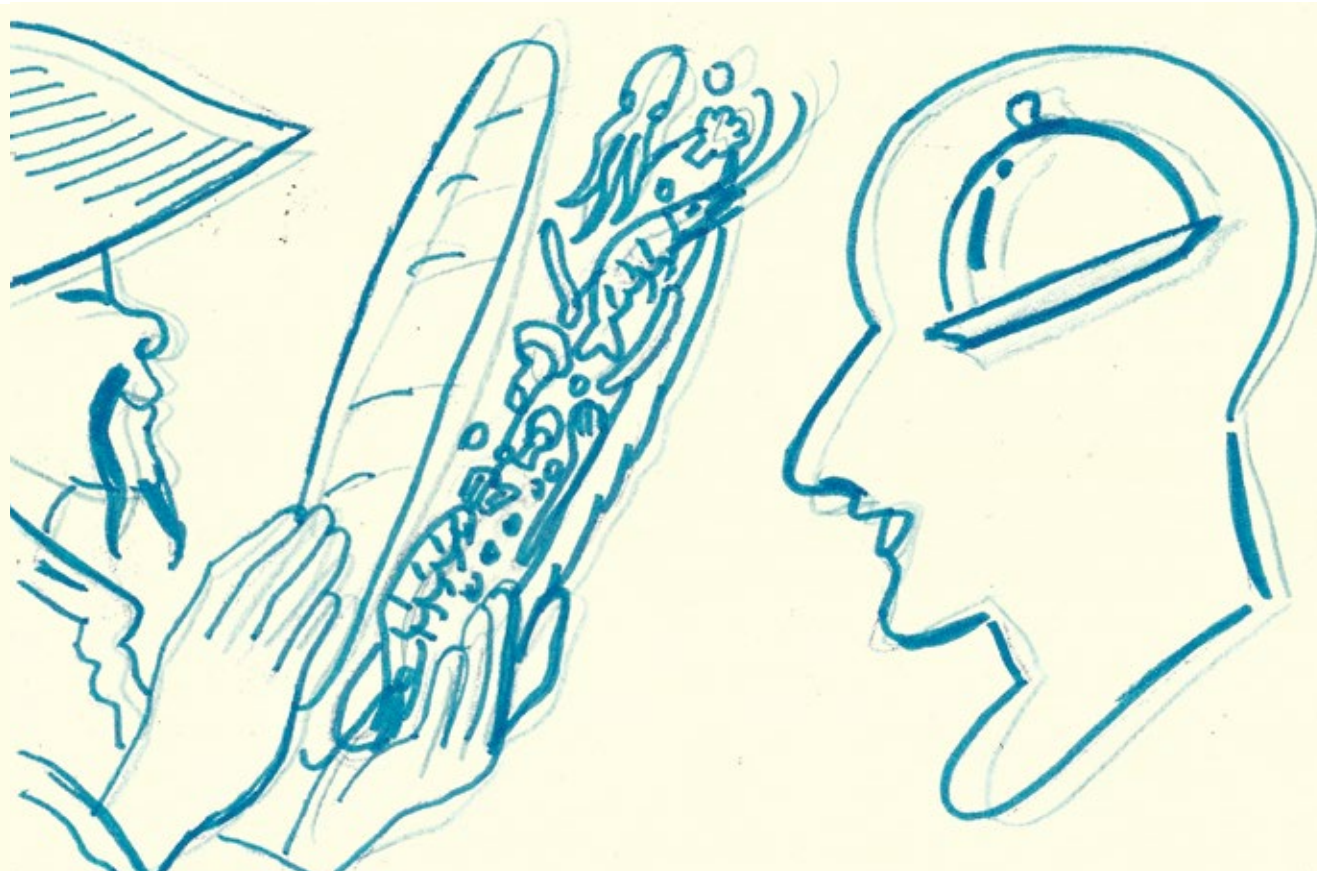
Molte comunità migranti cercano di preservare l’“autenticità” delle loro ricette, ma la realtà impone adattamenti e trasformazioni. Sidney Mintz e Christine Du Bois hanno esplorato come le ricette, nel loro viaggio attraverso le culture, si trasformino continuamente senza perdere la funzione identitaria. Un esempio è la cucina italiana in Nord America: piatti come “spaghetti con le polpette” o “chicken parmesan” non esistono nella tradizione italiana, ma sono nati dall'adattamento dei nostri immigrati alle risorse disponibili nei nuovi contesti. Questi piatti ibridi sono oggi parte integrante della cultura italo-americana e dimostrano come il cibo nella diaspora non sia solo memoria, ma

anche innovazione, reinvenzione e resilienza. Molto più di un elemento nutrizionale, è un linguaggio attraverso cui i migranti negoziano la loro identità, costruiscono appartenenze e reinterpretano la loro eredità culturale. Se da un lato rappresenta un legame con il passato, dall'altro è un elemento dinamico che si adatta e si trasforma, testimoniando la capacità delle culture di reinventarsi senza perdere le proprie radici.

Come scrive Lévi-Strauss (1964), “il cibo non è solo buono da mangiare, ma anche buono da pensare”. E nel caso della diaspora, è anche uno strumento per ricordare, appartenere e creare nuove storie per una nuova casa. ■

Riccardo Vedovato
riccardo.vedovato1994@gmail.com

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



Elisa Pozzi

Azienda Agricola Zipo: un viaggio autentico tra terra, natura e benessere animale

Nel 1959 i suoi nonni, appassionati di arte e storia, acquistano a Zibido una casa di caccia affrescata del Quattrocento. In quel luogo, ricco di fascino, avviano un piccolo allevamento di vacche Holstein, le frisone italiane. Negli anni '80, il padre avvia la produzione di latte destinata all'industria.

Elisa, raccontaci di te e di come sei entrata in azienda.

Dopo il diploma, ero indecisa sul mio futuro. Da un lato c'era Zibido, la mia casa e il desiderio – ancora non del tutto chiaro – di dare continuità all'azienda di famiglia.

Dall'altro la voglia di vivere a Milano dove mi ero trasferita per l'università. Realizzato che il caos non faceva per me, sono ritornata a Zibido con le idee più chiare: proseguire l'attività agricola dandole però un'impronta personale. Ho puntato su un allevamento sostenibile, introducendo pratiche agricole come la rotazione dei pascoli,

per consentire al terreno di recuperare, e la selezione di un toro da rimonta che garantisca un miglioramento genetico. La nostra produzione di latte è ridotta ma con una qualità nettamente superiore a quella degli allevamenti intensivi.

Nel 2005 abbiamo aperto il caseificio e iniziato la vendita diretta, con una proposta incentrata soprattutto sui latticini, anche se coltiviamo a riso una piccola parte di terreno.

Un altro aspetto a cui teniamo molto è legato all'ospitalità. Organizziamo visite guidate, laboratori didattici, esperienze che raccontano la nostra filiera: dall'alimentazione degli animali fino al risultato finale. È un modo per far conoscere il valore del prodotto e del territorio.

Qual è il tuo ruolo in azienda?

Sono la prima generazione a occuparmene a tempo pieno. Da quest'anno sono anche diventata la titolare.

Nessuna imposizione da parte di tuo padre?

No, è stata una scelta in piena libertà e ho sempre avuto il suo sostegno.

Seguite internamente tutte le fasi della lavorazione?

Sì, al 100%. Si lavora tanto, seguire tutta la filiera e l'intero processo, compreso marketing e comunicazione del prodotto, è molto impegnativo, ma gratificante.

Cosa rende speciale il vostro formaggio, secondo te?

Ciò che ci distingue è la freschezza: se vieni in azienda, puoi acquistarne uno fatto la mattina stessa senza passaggi intermedi. È un'esperienza completamente diversa rispetto alla grande distribuzione, dove un manufatto arriva sugli scaffali seguendo un iter che dura alcuni giorni: il produttore lo realizza e lo consegna; il macchinista lo scarica e il vetrinista lo valorizza. Noi

lavoriamo in tutt'altra direzione: ci stiamo concentrando su un allevamento realmente in sinergia con il suolo e orientato al benessere degli animali, piccolo, ma equilibrato, pensato per rispettare l'ambiente in ogni fase. Su 60 ettari mungiamo solo 10 vacche, evitando sprechi e depauperamento del suolo. Scegliere i nostri prodotti significa sostenere un'agricoltura consapevole.

Come conciliate la tradizione con l'innovazione?

Si parte dalla materia prima: utilizziamo esclusivamente latte crudo, non pastorizzato, non inoculato con altri fermenti, così da mantenere intatta l'identità del territorio. Il formaggio riflette pienamente i pascoli e tutto il lavoro in caseificio: ogni prodotto porta la nostra impronta.

Hai un formaggio del cuore?

Sì, quello con cui siamo partiti, la

nostra prima caciotta: la Zipotta. Rimasta praticamente invariata nella ricetta originale, rappresenta il cuore dell'Azienda Agricola Zipo (da Zibido e Pozzi). Il bello di questo formaggio è che cambia gusto con le stagioni. Le vacche producono latte per circa 300 giorni all'anno, ma la loro alimentazione varia: in primavera e in estate si nutrono di erba fresca, mentre in inverno di foraggi. Sono i mesi nei quali la Zipotta risulta più grassa, pastosa e dal sapore più persistente; in primavera e in estate, invece, è più leggera e delicata.

È affascinante vedere come un piccolo dettaglio possa trasformare il risultato finale.

Per quanto riguarda il futuro hai in mente di produrre altri formaggi?

Sì, ci piace metterci alla prova. Amo sperimentare; in questo momento sto lavorando a un tipo di formaggio ricoperto da una crosta bianca edibile,

creata da muffe nobili, con interno cremoso, tipo brie.

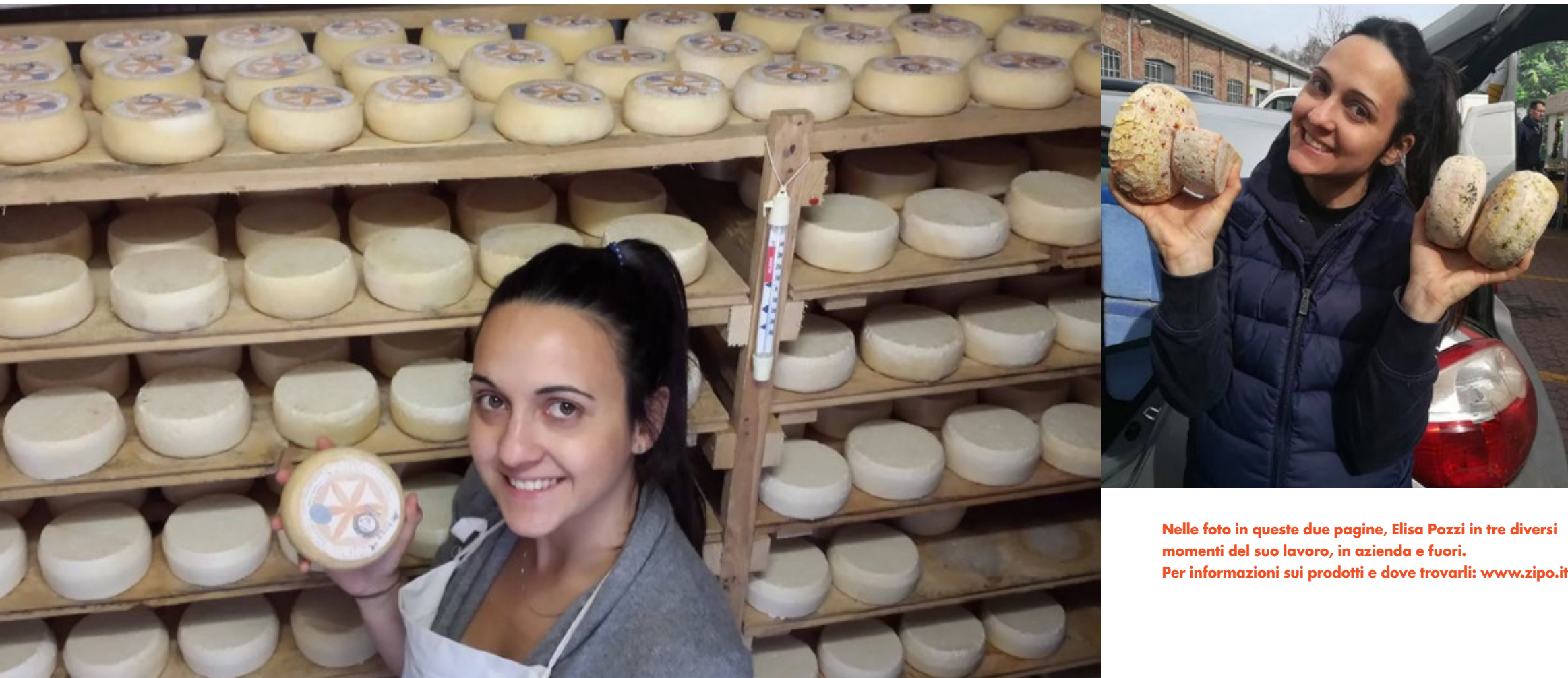
Hai accennato anche al riso...

Sì, lo coltiviamo da sempre. Usiamo una pilatrice degli anni '40, restaurata da mio padre, che lavora il chicco in modo delicato, senza impoverirlo. È un Carnaroli, molto buono anche solo con un filo d'olio. La maggior parte della produzione viene venduta direttamente in campo ad altri agricoltori; una piccola parte la teniamo per lo spaccio.

Se dovessi riassumere l'anima della vostra azienda in tre parole?

Abbiamo un motto che ci rappresenta: "Zipo dove le mucche sono felici". I nostri animali hanno 18-20 anni, mentre negli allevamenti intensivi vengono macellate a 4. ■

Alessandra Meda
alessandra.meda@cibiexpo.it



Nelle foto in queste due pagine, Elisa Pozzi in tre diversi momenti del suo lavoro, in azienda e fuori.
Per informazioni sui prodotti e dove trovarli: www.zipo.it

Il miglio

Dopo essere stato a lungo considerato un alimento povero – destinato per lo più a fungere da mangime per gli uccellini – il miglio sta vivendo un momento di grande popolarità in cucina

Pianta erbacea annuale appartenente alla famiglia delle Graminacee, si presenta composta da canne sottili e foglie lunghe con spighe al cui interno si trovano migliaia di piccoli frutti da decorticare per trovare i due semi gialli che poi si utilizzano. Molto diffuso in Africa e in Asia, i nutrizionisti sostengono che questo antico cereale un po' dimenticato andrebbe inserito anche nella nostra dieta quotidiana tanti sono i benefici che apporta. È energizzante, calorico perché ricco di carboidrati oltre che di sali minerali come il magnesio, il fosforo e lo zinco; include vitamine del gruppo B e antiossidanti. È un'ottima fonte di fibre con basso indice glicemico (l'indice glicemico, IG, è un valore che misura la velocità con cui un alimento aumenta la glicemia, ndr), quindi adatto alle persone che soffrono di diabete. Contiene anche il silicio, fondamen-

tale per la salute e il benessere della pelle, dei capelli, delle unghie e dei denti.

Facile da reperire in quasi tutti i supermercati, in commercio se ne trovano diverse varietà.

Il più conosciuto e diffuso è il miglio perlato o decorticato, cioè sottoposto a un processo di sbucciatura grazie al quale è stato rimosso il guscio esterno duro, cosa che permette una cottura più rapida. La sua consistenza soffice e leggera lo rende l'ingrediente ideale per zuppe, pilaf o insalate. C'è chi preferisce invece acquistare il miglio in grani interi, non decorticato, più adatto ai risotti o agli stufati perché il tempo di cottura è più lungo.

Il miglio non necessita d'ammollo e grazie al suo sapore neutro e delicato può essere impiegato in moltissime preparazioni. Una volta lessato in acqua – la cui quantità va

sempre calcolata nella misura del doppio del cereale – ci si può sbizzarrire aggiungendolo alle minestre, rendendolo saporito con l'aggiunta di verdure saltate in padella, proponendolo come alternativa al couscous, al riso bianco o alla quinoa. Ideale anche da servire a fine pasto come dolce, semplicemente aggiungendo un cucchiaino di miele, una spolverata di cannella o cacao, un po' di frutta secca tritata. Perfetto per iniziare la giornata con una colazione golosa ma sana a base di biscotti o gallette di miglio.

Gli appassionati di bevande vegetali ne apprezzeranno il cosiddetto "latte", molto facile da preparare anche in casa, velocemente. ■

Lucia Massarotti
lucia.massarotti@gmail.com

Nella foto, miglio cotto a vapore.

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



I Fagioli ribelli

Un progetto per raccontare la malattia renale pediatrica e l'importanza di un'alimentazione consapevole

Bruno Damini è uomo di teatro e di comunicazione, e un autore che ha intrapreso un progetto speciale. I suoi libri, *I fagioli ribelli* e *Il Mondo dei fagioli ribelli*, Ed. Minerva, raccolgono testimonianze legate alla malattia renale cronica pediatrica, un tema che merita di ricevere attenzione e spazio. Lo abbiamo intervistato per scoprire come è nata l'idea, le sfide incontrate e il messaggio da trasmettere.

Ci parli un po' di lei e di come è nato il progetto del libro.

Ho frequentato i primi anni di medicina, ma ben presto mi sono reso conto che non era la mia strada. Infatti poi ho fatto il direttore comunicazione e marketing dell'Arena del Sole, Teatro Stabile di Bologna. L'idea di scrivere questo libro è nata quasi per caso. Un amico, Andrea Pasini, nefrologo pediatra, mi ha parlato delle difficoltà alimentari legate alla malattia renale cronica nei bambini e mi ha colpito. Ho pensato di raccogliere storie

di vita di famiglie toccate da questa esperienza. Così mi sono immerso in questo mondo, raccogliendo testimonianze di genitori e figli attraverso interviste, con l'intento di dare loro una voce. La malattia renale cronica pediatrica è una condizione invisibile, silente, che non viene riconosciuta fino a quando non è avanzata.

Nel suo libro si parla molto di difficoltà alimentari per i bambini malati. Come si lega il tema della dieta a una condizione così complessa?

La dieta è un aspetto centrale per chi soffre di malattia renale cronica, specialmente per i bambini. Devono seguire un regime ipoproteico, cioè con una quantità limitata di proteine, e allo stesso tempo fare attenzione al sale e ai fosfati. Il rischio di danneggiare ulteriormente i reni è molto alto se non si seguono rigorosamente queste prescrizioni. Tuttavia, i piccoli hanno bisogno di crescere e di mangiare cibi che siano salutari ma al contempo gustosi.

Così, anche se inizialmente non era nei miei piani, nel libro ho incluso delle ricette. Menu ideati insieme a chef professionisti, come il maestro pasticciere Gino Fabri, che hanno messo a disposizione la loro esperienza. Il risultato è stato sorprendente: genitori e bambini finalmente potevano trovare gusto nel rispettare i regimi alimentari e a preparare piatti insieme.

Lei parla di momenti che hanno coinvolto grandi e piccoli. Può raccontarci di più?

In questi anni abbiamo organizzato tanti eventi di sensibilizzazione, che hanno visto la partecipazione diretta di bambini e famiglie. Uno dei principali è stato un incontro gastronomico che si è tenuto nel 2022, durante il quale chef e professionisti del settore hanno preparato piatti adatti alle necessità alimentari dei minori con malattia renale. L'evento è stato un grande successo: oltre a sensibilizzare il pubblico, ha permesso di creare un'esper-

ienza educativa, gustosa e divertente. È emersa una risposta molto positiva da parte delle famiglie, che si sono sentite supportate, ma anche unite, nell'affrontare la difficoltà quotidiana di gestione di una malattia così complessa. L'incontro ha evidenziato come l'alimentazione non debba essere vista solo come un sacrificio, ma anche come la possibilità di creare nuove esperienze insieme.

Cosa ha imparato da questo progetto? Ci sono stati momenti particolarmente significativi?

La malattia renale cronica pediatrica è spesso invisibile e poco compresa, anche dal punto di vista medico. Ho incontrato famiglie che devono affrontare una doppia sfida: quella di gestire una patologia difficile e quella di vivere in una società che non riconosce pienamente le loro difficoltà. Questo è stato un elemento importante che mi ha spinto a rendere il libro non solo un testo informativo, ma anche un mezzo per dare loro voce. Un momento significativo è stato quando alcune famiglie mi hanno raccontato quanto fosse difficile spiegare ai parenti e agli amici perché i loro figli non potessero mangiare certi alimenti o dovesse-

ro seguire una dieta restrittiva. Ma, al contempo, ho visto anche una grande determinazione e una forza straordinaria nel voler combattere per il benessere dei loro figli.

C'è qualcosa che si aspetta cambi grazie al suo lavoro con *I Fagioli ribelli*?

L'obiettivo principale del progetto è sempre stato quello di aumentare la consapevolezza riguardo alla malattia renale cronica pediatrica. Spero che, attraverso il libro e gli eventi correlati, ci sia una maggiore attenzione, sia da parte del pubblico che del sistema sanitario. Mi piacerebbe che sempre più famiglie si sentissero meno isolate, che potessero trovare un supporto e una rete di soggetti che vivono le stesse difficoltà. Ma, soprattutto, spero che il progetto contribuisca a una maggiore visibilità della malattia, rendendo le persone cosce di quanto sia importante una diagnosi precoce e una gestione corretta della dieta per migliorare la qualità della vita dei bambini malati. Ora si sta lavorando alla creazione di una rete nazionale di artigiani dell'alimentazione, panificatori e gelatieri, che aderiscano al progetto con la produzione di prodotti equilibrati e appetitosi, in

stretto contatto con dietiste e nefrologi degli ospedali del territorio. ■

Marta Pietroboni
marta.pietroboni@cibiexpo.it

Tanti problemi

Una delle difficoltà psicologiche più rilevanti che le famiglie affrontano quando si tratta di gestire la malattia renale cronica pediatrica riguarda l'acquisto di alimenti. Per molti recarsi in farmacia per acquistare cibi ad hoc per i propri bambini significa affrontare un'esperienza che sottolinea la condizione di malattia, evidenziando ulteriormente il divario tra la vita "normale" e quella di chi vive con una patologia cronica. La difficoltà non è solo economica o logistica, ma anche emotiva. Un'altra questione spinosa riguarda la gestione delle diete ospedaliere. In molte strutture, purtroppo, le diete speciali per bambini con malattia renale non sono sempre adeguatamente personalizzate.



Nella pagina accanto, il pane ipoproteico di Matteo Calzolari, compatibile con le esigenze dietetiche di chi soffre di malattia renale cronica.



Il titolo *I Fagioli ribelli*

Nasce da un episodio raccontato da una madre. Suo figlio stava per ricevere un trapianto renale, e lei gli disse: "I tuoi fagiolini non funzionano bene, ti do il mio fagiolone e puoi ricominciare a mangiare normalmente." I reni hanno una forma simile ai fagioli, "ribelli" perché non funzionano correttamente. È un termine perfetto per descrivere la condizione di malattia renale cronica, ma anche per trasmettere la determinazione e la resilienza dei bambini e delle famiglie che affrontano quotidianamente questa sfida.

Qui a sinistra, la copertina del libro *I fagioli ribelli* di Bruno Damini, edito da Minerva.

Insalata Nizzarda

Dalla Costa Azzurra un piatto semplice, colorato e ricco di storia

L'Insalata Nizzarda (in francese Salade Niçoise) non è soltanto un insieme di verdure, ma un vero emblema della cucina mediterranea, profondamente legata alla città di Nizza e alla sua cultura popolare. Nata come piatto umile, veniva preparata da contadini e pescatori con ciò che avevano a disposizione: tonno, acciughe, pomodori, uova sode e olive nere. Con il tempo, è diventata una specialità apprezzata ben oltre i confini della Provenza, conquistando le tavole di tutta la Francia e non solo. Nonostante il successo internazionale, la sua identità resta intatta: nessun ingrediente cotto, a eccezione delle uova, ed esclusi patate e fagiolini, presenti invece in molte versioni moderne. Questa insalata è un inno alla semplicità, dove ogni componente ha un ruolo preciso e contribuisce all'armonia del piatto. Nella variante che proponiamo, dal tocco fresco e attuale, si uniscono lattuga croccante, pomodorini maturi, tonno saporito, acciughe,

uova sode, cipollotto e olive nere. Un mix bilanciato di terra e mare, ideale per l'estate o per chi desidera un pasto leggero ma pieno di carattere.

Ingredienti (per 4 persone)

- 4 uova
- 300 g di lattuga
- 250 g di pomodorini
- 140 g di tonno sott'olio
- 100 g di olive nere denocciolate
- 40 g di cipollotto fresco
- 20 g di acciughe sott'olio
- olio extravergine d'oliva
- sale

Preparazione

Lavare e asciugare bene la lattuga, poi spezzettarla con le mani. Lavare i pomodorini e tagliarli a metà. Affettare sottilmente il cipollotto. Cuocere le uova in acqua bollente per circa 7 minuti, raffreddarle sotto acqua fredda, sgusciarle e tagliarle a spicchi. Disporre la lattuga in un grande piatto da portata. Aggiungere i pomodorini,

il cipollotto, le olive nere, il tonno sgocciolato e i filetti di acciuga. Completare con gli spicchi di uova sode. Condire con olio extravergine d'oliva. Condire con olio extravergine d'oliva. Un pizzico di sale a piacere. Servire subito, accompagnando con pane rustico o una focaccia leggera.

La variante più conosciuta in Italia è quella ligure, il condiglione, che contempla l'inserimento di fagiolini e patate bollite ed è particolarmente profumata grazie alle foglie di basilico spezzettate con le mani. Le olive sono le locali taggiasche.

Una regola che vale per tutte le versioni impone di utilizzare rigorosamente ortaggi di stagione. ■

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

Nelle foto: a sinistra alcuni tra i principali ingredienti; a destra, l'Insalata Nizzarda, pronta per essere portata in tavola.



Dazi USA e burrata

I prodotti alimentari italiani, simbolo di qualità riconosciuta a livello mondiale, sono messi a dura prova dai dazi imposti dal governo statunitense



Le nuove misure rischiano di compromettere l'esportazione oltre oceano di molte delle nostre eccellenze enogastronomiche, la cui delocalizzazione non è possibile essendo molte di queste indissolubilmente legate al territorio e tutelate dalle denominazioni di origine protetta concesse in ambito comunitario. Prodotti iconici come il vino, i formaggi, l'olio d'oliva, il prosciutto di Parma, la pasta, le conserve di pomodoro e molti altri alimenti tipici della tradizione italiana, sono tra i più colpiti. L'aumento dei dazi al 20% li renderà troppo costosi per i consumatori americani che potranno, per esempio, veder schizzare il prezzo del parmigiano reggiano sino a 59 dollari al chilo. La stessa sorte toccherà a molti altri formaggi come il gorgonzola, la mozzarella di bufala e il pecorino. L'impennata dei prezzi, spingerà molto probabilmente i consumatori statunitensi a cambiare abitudini alimentari e a preferire alternative più economiche provenienti da paesi non soggetti agli stessi dazi. Le difficoltà

potrebbero tradursi in una perdita di quote di mercato, un rallentamento delle esportazioni e la chiusura di molte piccole e medie imprese italiane con un impatto devastante sull'occupazione in un settore che è sempre stato cuore pulsante e spina dorsale dell'economia italiana.

Un altro pericolo concreto è l'escalation delle contraffazioni. Con il prezzo più alto, i consumatori americani potrebbero essere tentati da beni che, parassitariamente, sfruttano la notorietà dei prodotti "Made in Italy". Questo fenomeno, noto come "Italian Sounding", che anche prima dei dazi danneggiava pesantemente il settore agroalimentare italiano, rischia di compromettere ulteriormente la reputazione dei veri prodotti italiani agganciandosi in modo ingannevole al nome e all'immagine del "Made in Italy", creando notevole confusione tra i consumatori stranieri e alimentando allo stesso tempo una concorrenza sleale che mette a rischio l'intero settore agroalimentare.

La sfida per il nostro Paese ora è trovare soluzioni per mitigare i danni, facendo leva su strategie di marketing, diversificazione dei mercati e cooperazione tra produttori, istituzioni e consumatori. Siamo di fronte a una delicata e pericolosa guerra commerciale nei confronti dell'UE da parte dell'amministrazione Trump che mostra di ignorare che per fare più grande l'America non può prescindere dalla grandezza dei prodotti agroalimentari italiani. Good Luck! ■

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



**centro studi
anticontraffazione**

Nella foto in alto, Daniela Mainini, Presidente del Centro Studi Anticontraffazione. Qui sotto, una burrata di produzione italiana.



Nixtamalizzazione, un valore aggiunto

Dietro questo termine si cela un'antica procedura di trattamento del mais che offre numerosi vantaggi produttivi e nutrizionali

Per secoli, le popolazioni dell'America centrale hanno utilizzato il metodo noto come nixtamalizzazione, che ha lo scopo di permettere la lavorazione del mais rendendolo "malleabile", cosa difficile da attuare data l'assenza di glutine che caratterizza la sua farina. Oggi tale tecnica, applicata a livello sia domestico che industriale, offre una serie di vantaggi nutrizionali e di lavorazione.

Il termine nixtamalizzazione ha radici antichissime. È una pratica che risale all'epoca azteca. La parola stessa deriva dalla lingua azteca nahuatl, diffusa nella Mesoamerica, in cui il prefisso *nextli* sta per "cenere" e *tamali* (o *tamalli*) significa "pasta di mais non formata". Le popolazioni del Messico e dell'America centrale utilizzano da secoli questo metodo tradizionale di lavorazione. Sebbene i trattamenti termici e i periodi di ammollo possano variare da una comunità

all'altra, il processo complessivo rimane sostanzialmente invariato.

Ma cos'è la nixtamalizzazione? Si tratta di un trattamento del mais in cui i chicchi essiccati vengono cotti e messi a bagno in una soluzione alcalina, solitamente acqua e calce alimentare (idrossido di calcio). Successivamente, il mais viene sciolto e risciacquato per rimuovere la calce e la copertura esterna del chicco (il pericarpo); si ha quindi una macinatura per produrre la pasta (masa) che costituisce la base di numerosi prodotti alimentari, tra cui tortillas e tamales (sorta di involtini ripieni di carne, pesce o verdure).

La cottura e la macerazione nella soluzione alcalina inducono cambiamenti nella struttura del chicco, nella composizione chimica, nelle proprietà funzionali e nel valore nutrizionale. Ad esempio, la rimozione del pericarpo porta a una riduzione

della fibra solubile, mentre il processo di cottura a calce porta a un aumento del contenuto di calcio nel prodotto finale.

Oltre a modificare le caratteristiche organolettiche (odore, sapore e colore) dei prodotti, la nixtamalizzazione apporta diversi benefici nutrizionali, tra cui l'aumento della biodisponibilità della vitamina B3 (niacina), che riduce il rischio di pellagra, malattia dovuta alla carenza di tale vitamina, e un incremento dell'apporto di calcio (circa il 50% in più rispetto al mais non trattato) grazie al suo assorbimento da parte dei chicchi durante il processo di macerazione. Inoltre, si assiste a una riduzione significativa della presenza di micotossine molto diffuse, come le fumonisine e le aflatossine. Il trattamento assicura anche un aumento della biodisponibilità di ferro, riducendo il rischio di anemie.

Questi vantaggi nutrizionali sono parti-

colarmente importanti nelle aree in cui il mais è la base della dieta e il rischio di aflatossine è elevato, poiché si ritiene che la rimozione del pericarpo contribuisca a ridurre i livelli di tale contaminazione nei chicchi fino al 60% qualora il carico non sia gravemente inquinato. Inoltre, la nixtamalizzazione aiuta a controllare l'attività microbiologica e quindi aumenta la durata di conservazione dei prodotti alimentari trasformati a base di mais, generando reddito e opportunità di mercato per le comunità agricole delle aree non industrializzate.

Oggi la farina nixtamalizzata viene prodotta anche a livello industriale e si stima che più di 300 prodotti alimentari comunemente consumati nel solo Messico siano derivati da mais nixtamalizzato.

Il mondo agricolo e i consumatori di ogni regione della terra possono beneficiare della nixtamalizzazione: il processo può

certamente essere adattato e adottato da tutti i paesi consumatori di mais, apportando benefici nutrizionali soprattutto a coloro che vivono in aree con bassa varietà alimentare; basti pensare, ad esempio, alle popolazioni contadine del nord Italia di qualche centinaio di anni fa che basavano sul mais non trattato la loro alimentazione, incorrendo nella piaga della pellagra.

Inoltre, dato che la rimozione parziale del pericarpo può contribuire a ridurre la presenza di micotossine, la nixtamalizzazione potrebbe avviare in parte al problema della contaminazione da aflatossine in paesi pesantemente colpiti come Cina, Guatemala o Kenya, che hanno subito negli ultimi anni ingenti perdite nella produzione di mais.

Mentre la formazione degli agricoltori sulle tecniche di essiccazione e conservazione dei cereali ha un impatto signi-

ficativo sulla riduzione delle perdite post-raccolta, questa tecnologia potrebbe anche avere il potenziale di prevenire la contaminazione da tossine e aumentare significativamente la sicurezza alimentare, se usata in modo appropriato.

Se adattata alle diverse esigenze dei consumatori, la moderna tecnologia di nixtamalizzazione potrebbe anche contribuire ad aumentare la diversità degli usi del mais con lo scopo di aprire orizzonti culinari ancora sconosciuti. ■

*Massimo Faustini
Università degli Studi di Milano
Dipartimento DIVAS
massimo.faustini@unimi.it*

A sinistra, una ciotola di nixtamal. Qui sotto, mais appena raccolto.



© GIANEZ



La Zuppa Inglese: il dolce della tradizione tra storia e gusto

Sebbene il nome possa ingannare, rappresenta un simbolo della pasticceria nostrana, particolarmente apprezzato in Emilia-Romagna, Toscana, Marche e Lazio

La sua caratteristica è la stratificazione di soffice pan di Spagna o savoiardi imbevuti di alchermes, alternati a crema pasticcera. Ancora oggi, la Zuppa Inglese continua a deliziare i palati con il suo perfetto equilibrio tra dolcezza, cremosità e un leggero sentore alcolico.

Le origini di questo dessert sono avvolte nel mistero, con varie teorie che tentano di spiegarne la nascita. Secondo la versione più accreditata, la ricetta risalirebbe al XVI secolo e sarebbe stata creata alla corte dei duchi d'Este a Ferrara. Un'altra teoria, invece, racconta di una governante al servizio di una famiglia inglese in Toscana, che avrebbe tentato di ricreare un dolce tipico della sua terra.

Gli ingredienti sono semplici: la base è formata da pan di Spagna o savoiardi, che vengono imbevuti nell'alchermes, un liquore dal caratteristico colore rosso brillante e dal sapore speziato e leggermente dolce. La crema pasticcera,

preparata con latte, tuorli d'uovo, zucchero e farina o amido, rappresenta l'altro componente fondamentale del dessert. In molte varianti metà della crema viene arricchita con cioccolato o cacao, creando una piacevole alternanza di sapori. Pellegrino Artusi, nel suo famoso libro *La scienza in cucina e l'arte di mangiar bene*, dedica un posto speciale alla Zuppa Inglese, fornendo una ricetta che è considerata un riferimento imprescindibile per chi desidera prepararla nella sua forma più autentica.

Ingredienti per la crema pasticcera

- Latte: 500 ml
- Zucchero: 85 g
- Farina o amido in polvere: 40 g
- Tuorli d'uovo: 4
- Baccello di Vaniglia: 1

Ingredienti per assemblare il dolce

- Savoiardi
- Alchermes

- Rosolio bianco (o, secondo preferenza, un altro liquore dolce chiaro)
- Burro per ungere lo stampo
- Confettura di frutta (albicocche, pesche o cotogne).

Una delle varianti più comuni è quella priva di alcol, pensata per i bambini o per chi desidera un dolce più delicato. In tal caso, l'alchermes viene sostituito con sciroppi di frutta o succo di melograno, che dona comunque un bel colore rosato al dessert.

Anche le versioni vegane hanno guadagnato popolarità, utilizzando latte vegetale e creme a base di amido o agar-agar per ricreare la consistenza vellutata della ricetta tradizionale. ■

Lorenzo Maiardi,
Silvia Ciccarella,
Martina Tonioni

classe IV C - indirizzo enogastronomia
IPSSAR "Pellegrino Artusi", Riolo Terme

A destra,
la zuppa
inglese nella
variante
con il cacao.



Il pesce persico

Una vera star delle acque dolci,
protagonista indiscusso dei laghi italiani
fa parlare di sé anche in cucina

In Italia da circa 5 secoli, il *Perca Fluviatilis*, nome scientifico del pesce persico, è originario dell'Europa e dell'Asia e ha trovato il suo habitat ideale nei laghi prealpini del Nord, come il Lago Maggiore, il Lago di Como e il Lago di Garda, diventando una presenza familiare nella tradizione culinaria locale.

Immediatamente riconoscibile per la forma ovale e compatta, per la doppia fila di pinne dorsali ma, soprattutto, per il mantello verde zebrato, il pesce persico non passa inosservato per le sue tipicità, in natura e in cucina.

Un piccolo predatore pigro

Discretamente longevo, il pesce persico può vivere fino a 21 anni ma anche in giovane età le sue abitudini sedentarie gli fanno preferire ambienti lacustri caratterizzati da correnti molto deboli.

Non bisogna però sottovalutarne

l'indole; infatti è un piccolo temibile predatore d'acqua dolce, estremamente vorace, caratterizzato da una eccezionale capacità di adattamento che lo rende capace di nutrirsi di vermi, larve, crostacei, insetti, gamberi e piccoli pesci, come anche di alborelle e scarafaggi d'acqua.

Il suo spiccato istinto di sopravvivenza gli permette di resistere anche in ambienti poveri di cibo, dove, se necessario, può persino diventare cannibale.

E proprio per garantire la sopravvivenza della prole depone le uova in lunghe strisce gelatinose che si adattano sulla vegetazione acquatica, confondendosi con essa, proteggendole così dai predatori.

Squisitezze in cucina

Apprezzato per la sua carne saporita, priva di spine e particolarmente versatile, il pesce persico ha conquistato

generazioni di buongustai.

Si presta perfettamente a diverse preparazioni, in padella con burro e salvia, alla griglia, marinato con olio, limone ed erbe, o gratinato al forno, impreziosito da una croccante panatura di pangrattato e aromi.

Gli chef consigliano una vera prelibatezza: il risotto al pesce persico, i cui filetti vengono infarinati, rosolati con burro e salvia e sfumati con vino bianco. Quello stesso vino viene conservato e usato per insaporire il riso cotto nel brodo insieme allo scalogno. Solo una volta che la mantecatura è ultimata, raggiunta la giusta cremosità, il risotto è servito con i bocconcini di filetti dorati per un perfetto mix di consistenze e sapori, che metterà d'accordo tutti in famiglia, dai nipotini ai nonni. ■

Tiziana Mazzitelli
tiziana.mazzitelli@cibiexpo.it



La pasta

Un viaggio attraverso origini e formati della regina delle nostre tavole, la protagonista della cucina italiana che ha conquistato il mondo

Le origini della pasta si perdono tra storia e leggenda. Spesso associata all'Italia, in realtà alcuni storici ne fanno risalire le prime tracce all'antica Cina, dove venivano preparati fili di impasto a base di farina di miglio; invece per altri si consumava qualcosa di simile presso gli Etruschi. Quel che è certo è che in Italia, nel corso dei secoli, è diventata il simbolo gastronomico universale che tutti amano.

Già nell'antica Roma esistevano composti a base di farina e acqua, come il "laganum", una sorta di focaccia piatta che non veniva però cotta in un liquido, ma a secco, in forno o in padella. Nel Medioevo tali impasti si diffusero lungo tutta la penisola grazie alla crescente coltivazione del grano duro, ma fu solo durante il Rinascimento che conquistarono popolarità, arricchendosi di nuovi formati e condimenti. Con l'industrializzazione, nel XIX secolo, la loro produzione divenne sempre più accessibile e ciò rese la

pasta un alimento popolare in tutte le classi sociali.

Tipologie

Per orientarci, è utile partire dalla distinzione tra secca e fresca. La prima, prodotta con semola di grano duro e acqua, è più resistente, ideale per sughi robusti e cotture prolungate. I formati più comuni sono: spaghetti, penne, fusilli, farfalle, rigatoni e maccheroni. Quella fresca, invece, viene preparata con farina di grano tenero e uova che le conferiscono una consistenza più morbida; si abbina perfettamente a sughi delicati e cremosi e a piatti che richiedono una cottura rapida. È spesso protagonista delle tavole festive: tagliatelle, ravioli, tortellini e lasagne.

Un'ulteriore distinzione è tra pasta lunga, corta e ripiena. La prima è costituita da fili più o meno sottili e comprende: spaghetti, bucatini (simili ai primi ma forati), linguine (leggermente schiac-

ciate), fettuccine, trenette, tagliatelle e pappardelle, più o meno larghe.

Questi formati sono generalmente ideali per sughi a base di pomodoro o di pesce e frutti di mare. Molto apprezzate le lasagne, che si prestano a condimenti più ricchi, come ragù alla bolognese e besciamella. La pasta corta, in tutte le sue varianti, è più indicata per condimenti sostanziosi e piatti freddi grazie alla sua capacità di trattenere il sapore.

Per esempio, la forma delle penne le rende perfettamente aderenti ai sughi; i rigatoni, invece, catturano all'interno i pezzetti di verdura o carne; i fusilli sono ideali per insalate di pasta perché la spirale favorisce la distribuzione omogenea del condimento.

La pasta ripiena è preparata con impasti variegati di carne, pesce, formaggi o verdure: ravioli, agnolotti e cappelletti, spesso serviti in brodo o con condimenti semplici per esaltarne il sapore.

Molto più di un alimento

La pasta è convivialità, patrimonio culturale, una tradizione che vive e si rinnova. L'Italia ne vanta oltre 300 formati; sarebbe impossibile elencarli tutti, ognuno con una storia da raccontare. Sono numerose le varianti regionali. Per citarne alcune: le orecchiette pugliesi fatte a mano, ottime con le cime di rapa; i troccoli, spessi e ruvidi, tipici della Basilicata o, dalla Sardegna, i malloreddus, piccoli gnocchetti rigati. I bigoli, simili a spaghetti ma più spessi, fanno parte della tradizione veneta o i picci, lunghi e grossi, di quella toscana. La pasta all'uovo emiliana è famosa per la sua sfoglia sottile, mentre la pasta di Gragnano, in Campania, è apprezzata per la consistenza tenace e il sapore intenso.

Un altro aspetto da considerare è il metodo di lavorazione: esistono paste trafilate al bronzo, con superficie più ruvida, in grado di trattenere meglio il

sugo e altre trafilate al teflon, più industriali, con una superficie liscia e meno porosa. L'essiccazione è una delle fasi più delicate e determinanti per la qualità della pasta: lenta a bassa temperatura (da 12 a oltre 48 ore) mantiene i valori nutrizionali e viene usata da pastifici artigianali; mentre quella rapida ad alta temperatura è tipica dei processi industriali.

Principi nutritivi e farine usate

Una fonte importante di carboidrati complessi, nutriente e versatile, è ideale per sostenere l'attività fisica e mentale. Sono molti i tipi di farina impiegati nella sua preparazione: semola di grano duro, farina 00 di grano tenero, farina integrale ricca di fibre e dal gusto più rustico.

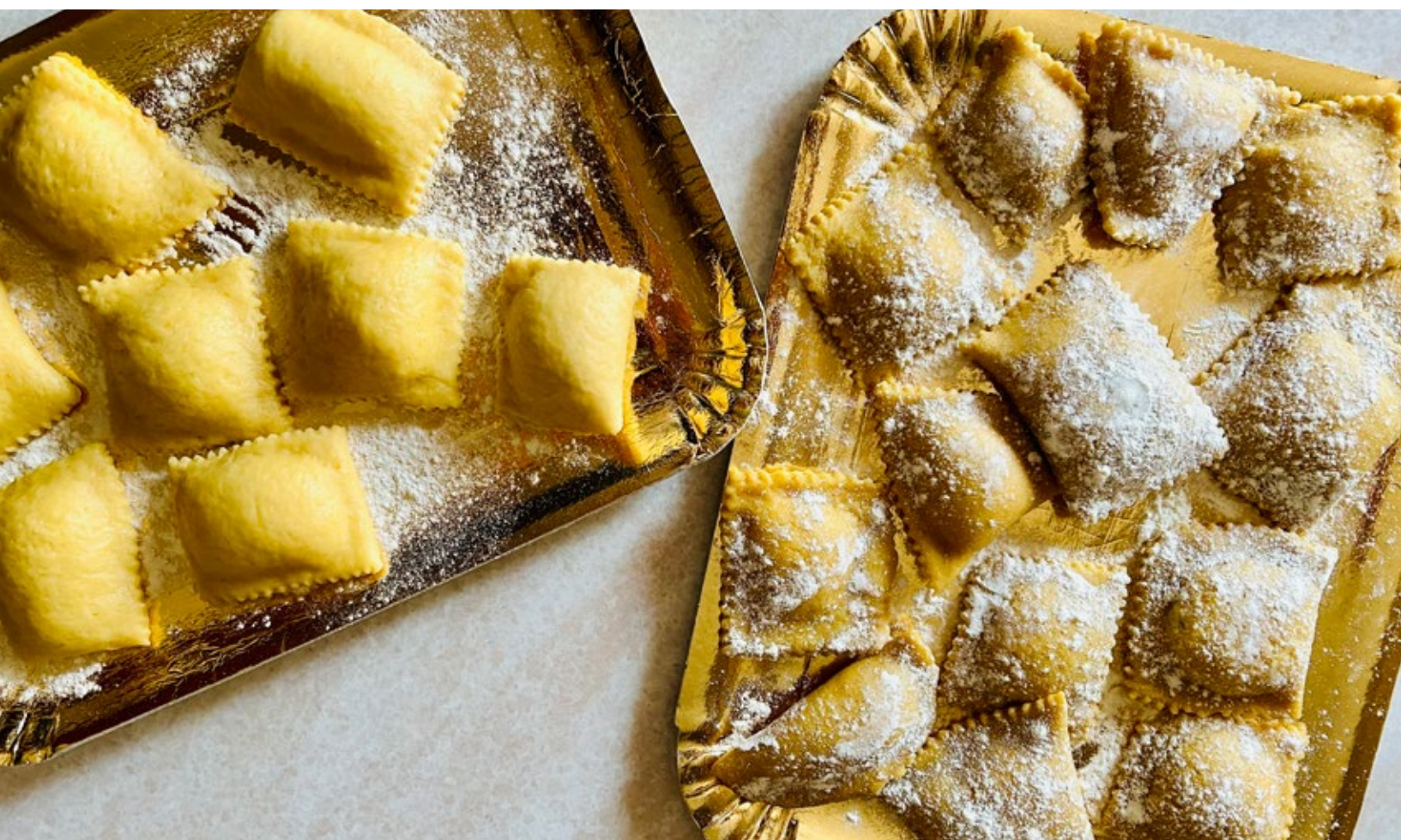
Anche i grani antichi – come Senatore Cappelli, Khorasan, Kamut – meno raffinati, sono sempre più apprezzati.

Inoltre, si sono fatte strada le alternative prive di glutine, adatte a persone con intolleranze o celiachia, e quelle con un alto valore proteico: farro, grano saraceno, avena, segale, riso, mais, quinoa e legumi come ceci o lenticchie rosse.

Il mondo della pasta è in continua evoluzione per soddisfare sempre più i consumatori e adattarsi alle loro nuove esigenze. Negli anni ha saputo rinnovarsi, diversificando e ampliando l'offerta in termini di formati, ingredienti e lavorazioni, continuando a restare una delle espressioni più autentiche del nostro patrimonio gastronomico. ■

Alessandra Meda
alessandra.meda@cibiexpo.it

Nella pagina di sinistra, due vassoi di pasta ripiena. Qui sotto, invece tagliatelle fresche.



In Italia è arrivato Normal

Per rafforzare la sua presenza nell'area del Sud Europa, a metà marzo Normal ha aperto nel centro commerciale RomaEst il suo primo store italiano

Il gigante danese di negozi al dettaglio fa parte di una catena di oltre 850 punti vendita in 8 Paesi europei (Danimarca, Norvegia, Svezia, Paesi Bassi, Francia, Finlandia, Portogallo e Spagna) con un totale di quasi 14 mila dipendenti. Cosa si trova da Normal? Un assortimento di prodotti di vario tipo, in particolare in ambito beauty e make-up, per la cura della pelle e dei capelli, per l'igiene orale, ma anche casalinghi, strumenti per la pulizia della casa, oltre a integratori, snack e bevande. Oltre 4 mila referenze. Marchi noti e altri sconosciuti, per la prima volta in Italia, con prezzi stabili e convenienti che partono al di sotto di 1 euro e non superano i 20.

“Dopo il successo degli ultimi anni in Portogallo e Spagna, non vediamo l'ora di esportare il nostro concept in Italia e di far crescere ulteriormente le no-

stre attività nel Sud Europa”, dichiara Jesper Due, amministratore delegato. Si tratta di un “concept retail” originale. L'assortimento dell'ampia selezione di prodotti per la cura personale, la bellezza, la pulizia, oltre a numerosi spuntini e bibite, viene costantemente rinnovato, con oltre 100 nuovi prodotti a settimana, offrendo sempre qualche novità da scoprire. La struttura dei negozi, con il dedalo ben studiato dei percorsi, invita i clienti a vivere continue sorprese tra i tanti articoli interessanti di marchi più o meno conosciuti. Il format commerciale di Normal, che ha decretato il suo successo in tutta Europa, non prevede sconti o offerte speciali, tanto meno saldi, ma garantisce sempre prezzi fissi e accessibili su tutti i prodotti.

“Il nostro obiettivo è di offrire ai clien-

ti un'esperienza unica ogni volta che visitano uno dei nostri negozi”, sottolinea Jesper Due. “Per questo motivo, in aggiunta all'assortimento permanente, continuiamo a inserire nuovi prodotti e articoli, in modo da rendere sempre interessante e divertente per tutti esplorare i nostri punti vendita. Non vediamo l'ora di offrire anche ai clienti italiani fantastiche esperienze di acquisto. Ogni volta che apriamo un nuovo negozio in un Paese estero, veniamo sommersi dalle numerose risposte positive che riceviamo dalla clientela. Siamo davvero elettrizzati di poter presto verificare come anche agli italiani piacerà il concept di Normal e non vediamo l'ora di iniziare”. ■

*La redazione
info@cibiexpo.it*

**Nella foto:
un punto
vendita
Normal.**



Lady Butcher

Alcuni lavori nell'immaginario collettivo sono ancora quasi esclusivamente maschili

È ancora piuttosto raro, infatti, andare a fare la spesa e imbattersi in una donna al banco della macelleria. Raro ma non impossibile.

Una storia per tutte è quella di Mara Labella, la prima “Lady Butcher” internazionale che ha partecipato con la squadra italiana alle Olimpiadi della macelleria a Parigi di fine marzo, forte del suo motto “tacchi alti e coltello in mano” che racchiude una nuova visione della professione, più ampia e inclusiva.

Come spesso accade, l'avventura lavorativa è cominciata per amore. A 16 anni, quando ha conosciuto Orlando di Mario, che oggi è suo marito oltre che Presidente della Nazionale Italiana Macellai, Mara ha iniziato ad avvicinarsi con curiosità al mondo della macelleria, fino ad appassionarsene. Racconta infatti di aver scoperto un'arte affascinante con una tradizione consolidata. Nel

tempo ha poi imparato a scegliere la materia prima, a conoscere le tecniche di lavorazione, senza mai dimenticare un orientamento etico.

Con il passare degli anni ha deciso di voler rappresentare le donne in un settore tradizionalmente maschile, aprendo sempre più la strada alle sue colleghe. Per questo crede fortemente che essere riconosciuta a livello internazionale possa dare un esempio e un messaggio di apertura. Nello stesso modo, anche l'ingresso delle donne nella Nazionale Macellai ha avuto un forte impatto, sostiene ancora la signora Labella, sottolineando quanto la presenza femminile abbia migliorato le dinamiche di squadra grazie a contatti più collaborativi e inclusivi. In particolare, sembra che le signore della macelleria siano in grado d'innovare il settore grazie alla loro capacità di portare idee inedite e d'allargare

le prospettive. Spesso, infatti, sono loro le più attente ai dettagli e alla qualità. Inoltre pongono l'attenzione sulla scelta degli ingredienti con una particolare attenzione per la sostenibilità. L'approccio femminile poi crea maggiore empatia con i clienti, incoraggia il lavoro di squadra e l'utilizzo e la condivisione di pratiche migliori.

Per quanto riguarda, infine, la competizione parigina, Mara Labella assicura che le aspettative erano molto alte, ma la squadra femminile risultava pronta a dimostrare la propria abilità proponendo una combinazione di competenza tecnica e innovazione, eseguendo tagli precisi e presentazioni creative, senza dimenticare l'originalità delle idee e il rispetto delle pratiche sostenibili. ■

*Lucia Massarotti
lucia.massarotti@gmail.com*

**In questa pagina,
Mara Labella
(in uniforme
nera, a destra),
insieme alle altre
signore del suo
staff.**



AGRETTI



ANCHE CONOSCIUTI
COME BARBA DEI FRATI
SONO UN ORTAGGIO
PRIMAVERILE
OTTIMI COME CONTORNO.

NOTIZIE E INFORMAZIONI A PAG. 27 MAGGIO 2025