




MILANO 2015

NUTRIRE IL PIANETA
ENERGIA PER LA VITA

**-99 giorni
all'inaugurazione
dell'esposizione
universale**

**Arte e scienza
del cibo**



periodico gratuito
anno 3 - n. 1
22 gennaio 2015
www.cibiexpo.it

Con il Patrocinio di



MILANO 2015
NUTRIRE IL PIANETA
ENERGIA PER LA VITA

Con il Patrocinio di

Milano



Comune
di Milano

Zuh Ke: dalla cuCina con amore



Zuh Ke, chef del ristorante
Zen Ci, dove è possibile
provare la vera cucina cinese

FILO DIRETTO



Viziati da Le Zie

**I SEGRETI
DELLA SPESA**



**Arte e scienza
della pasta**

**A PROPOSITO
DI ACQUA**



Case dell'Acqua

>>>
**Tutto quello che
dovreste sapere
sull'Expo 2015
e non sapete
a chi chiedere**

#Expottimisti

Guida pratica all'Esposizione universale di Milano
per chi vuole capirne di più e per le aziende
che vogliono guadagnarci.

Giacomo Biraghi
Alvise De Sanctis
Luca Ballarini

-/ **BELLISSIMO**
DAL 1998

**Cos'è un'Esposizione universale? Perché sarà un successo?
Come cogliere quest'opportunità?**
Scarica l'e-book gratuito su Expottimisti.it

La Cina, Splendore del centro

Riso, bacchette, wok: a chi non viene in mente la Cina e la sua cucina economica e popolare? Ma non c'è solo quella: noi abbiamo messo in copertina uno chef famoso che lavora a Milano ma viene appunto dal 'Paese di mezzo' o 'Splendore del centro': Zuh Ke, cultore della cucina cinese più raffinata. L'idea ci è venuta perché per la prima volta quest'anno a Expo 2015 la Cina avrà un grande padiglione *self built*, ossia costruito in autonomia, che le permetterà d'illustrare con ricchezza di dettagli la sua politica agricola, il percorso produttivo del cibo e le otto famose scuole di cucina cinese. Ecco perché abbiamo incontrato con grande piacere Zuh Ke, ambasciatore gastronomico

della nazione più popolosa del pianeta, la terza per estensione dopo la Russia e il Canada, la seconda economia mondiale. Un paese grande anche per il contributo dato nei secoli allo sviluppo della civiltà: si attribuiscono alla Cina invenzioni rivoluzionarie come la carta, la stampa, la bussola. E malauguratamente la polvere da sparo. Forse anche la pasta, che però preferiamo pensare abbia origini mediterranee. Per concludere parliamo di casa nostra: involontariamente anticipatorio il titolo del romanzo di Simonetta Agnello Hornby *Un filo d'olio*. Per colpa della mosca olearia quest'anno l'olio italiano sarà buono ma poco, giusto un filo. Prezzi alle stelle? ■

Paola Chessa Pietrobboni





Sommario

Ben fatto La Casoeûla come la faccio io 5

Toni Cuman ci racconta la sua ricetta della Casoeûla, più adatta ai gusti attuali.
di Chiara Porati

Filo diretto Come a casa, ma viziati da Le Zie 7

All'estero si vedono un sacco di bei localini dove si può gustare una buona cucina casalinga, bere un ottimo caffè e leggere un libro. A Milano succede da Le Zie.
di Chiara Porati

Tradizione e innovazione per un olio speciale 9

Portando avanti gli insegnamenti degli avi e rispettando rigide regole, all'Azienda Agricola Leonardo si ottiene un prodotto pregiato, che cresce sulle sponde del Lago d'Iseo (o Sebino), a Sale Marasino.
di Bianca Senatore

Alimentazione e salute Educazione alimentare, un gioco di squadra tra scuola e famiglia 21

Una buona educazione a tavola ha riscontri positivi sul comportamento e sulla salute.

di Elisa Mendola



A porta aperta L'ingegnere in pasticceria 23

Ecco come Lorenzo Panzera si è reinventato nel mondo dei dolci...
di Bianca Senatore

Tendenze Condimenti per il palato e per la mente 25

"L'olio alimenta l'eros" è il tema portante della quarta edizione di Olio Officina Food Festival, una tre giorni interamente dedicata all'olio, all'aceto e ai condimenti.
di Chiara Fossati

Storia del cibo Antiche cucine e vecchi camini. Riso e fegatini 27

Da un quaderno casalingo dell'800, il profumo di antiche ricette...
di Marisa Sinicato



I segreti della spesa Made in Italy. Arte e scienza del piatto di pasta 12

Maurizio Bosotti spiega come rendere straordinaria l'icona del mangiar bene.
di Flavio Merlo

Kiwi e ananas, amici della salute 15

Sono i frutti esotici che più spesso troviamo nei mercati e che consumiamo tutto l'anno.

di Bianca Senatore

Protagonisti La Cina in cucina con Zuh Ke 16

Al bando i luoghi comuni: c'è una cucina cinese sofisticata e complessa. Non solo involtini primavera e riso alla cantonese, da gustare c'è molto altro.

di Bianca Senatore

CiBi LAB Degustare e giudicare, che fatica! 19

Ventidue piatti preparati da altrettanti aspiranti chef. Ci è toccato dare il nostro giudizio alla Scuola Internazionale di Cucina Italiana.

di Bianca Senatore e Chiara Porati

Hanno collaborato a questo numero

Miriam Bisagni: sociologa per Federconsumatori e presidente dell'Associazione PiaceCiboSano, è curatrice, con Marianna Lambiase, del libro *Mangiare a scuola* (ed. Mattioli).

Maurizio Bosotti: chef, ha affinato la propria tecnica in ristoranti italiani e stranieri, passando da Gualtiero Marchesi a Milano, l'Antica Osteria del Teatro di Piacenza, l'Hôtelerie du Bas-Bréau a Barbizon. È stato chef e patron del ristorante Al solito posto di Milano. È docente all'Istituto Carlo Porta e consulente di servizi per la ristorazione.

Luigi Caricato: scrittore, olegologo, giornalista, è autore di diversi volumi dedicati all'olio extra vergine di oliva. Con "Olio Officina Food Festival", di cui è ideatore e direttore, si propone di sviluppare un laboratorio di idee aperto a tutti, incentrato sul rapporto tra sostanze grasse e altri alimenti. Tra le sue più recenti pubblicazioni si segnalano *Olio di lago*, per Mondadori, *Olio: crudo e cotto*, per Tecniche Nuove e *Liberio Olio in libero Stato* per Zona Franca.

COOP Italia: Consorzio nazionale delle cooperative di consumo, gestisce una rete di supermercati e ipermercati diffusi soprattutto nel Nord e Centro Italia, ma anche al Sud e nelle Isole. Tra i suoi obiettivi una corretta informazione dei consumatori, la tutela del loro potere d'acquisto e la sicurezza alimentare.

Toni Cuman: Negli anni Ottanta ha gestito l'osteria del Battivacco a Milano, oggi è responsabile marketing per alcune aziende vinicole.

Marianna Lambiase: dottore di ricerca in Lettere, è insegnante nella scuola primaria presso l'Istituto comprensivo Via Volsinio di Roma. Collabora con l'Università Cattolica di Piacenza e con OPERA al progetto di ricerca "PiaceCiboSano". È autrice del libro *Mangiar bene mi fa crescere, non solo di statura! Alimentazione e sviluppo emotivo-relazionale: essere responsabili nei confronti di se stessi e degli altri* (edizioni Virtuosa-Mente), e curatrice, con Miriam Bisagni, del libro *Mangiare a scuola* (ed. Mattioli).

Elisa Mendola: laureata in Scienze e tecniche psicologiche presso l'Università Bicocca di Milano, con curriculum specialistico nella "Valutazione, sostegno e riabilitazione in età di sviluppo". È responsabile dei progetti ragazzi per il CPP (Centro Psicopedagogico per la pace e la gestione dei conflitti) di Piacenza e si occupa di formazione con insegnanti ed educatori.

BEN FATTO

La Casoeûla come la faccio io

*Toni Cuman
ci racconta la
sua ricetta della
Casoeûla, più
adatta ai gusti
attuali*

Menu consigliato
Casoeûla con polenta
gialla bramata a grana
grossa
Ananas al maraschino
Vino: Franciacorta DOCG
(è utile per vincere
"l'untuosità" del piatto
e favorire la digestione)

Già gestore dell'Osteria Battivacco, Toni Cuman, responsabile marketing di alcune aziende vinicole ed esperto enogastronomo, è un grande conoscitore e amante di questo antico piatto di origine celtica che nel tempo si è evoluto fino ad arrivare ai giorni nostri un po' più leggero. Oggi la carne è cucinata in modo da risultare meno grassa e le verze si servono più croccanti, così da rendere il piatto più digeribile.

Ingredienti per 8/10 persone
- 3 costine di maiale per persona
- 2 o 3 salamini verzini
- 50 g di luganega (salsiccia di Monza)
- 50 g di cotenna
- un quarto di piedino di maiale
- un quarto di orecchio di maiale (a piacere)
- 500 g di verza
- 200 g di vino bianco secco
- 100 g di olio Extra Vergine di Oliva
- 50 g di burro
- 600 g di coste di sedano
- 600 g di carote
- 300 g di cipolla bianca
- sale e pepe nero q.b.

La preparazione passo passo

1. In una grossa pentola portate a ebollizione l'acqua leggermente salata con 200 g di sedano, 200 g di carote, una cipolla bianca e i salamini verzini; aggiungete cotenna e piedino (e l'eventuale orecchio) che avrete



te prima provveduto a raschiare e a pulire. Unite due foglie di alloro. Lasciate cuocere per un'ora. Terminata la cottura fate raffreddare in modo da eliminare facilmente il grasso in eccesso: raffreddando, infatti, il grasso si solidifica e può essere asportato molto velocemente con un cucchiaino.

2. Nel frattempo tagliate a listarelle le verze, avendo cura di usare solo la parte tenera delle foglie: togliete i dorsi più grossi che risultano duri, lavatele e fatele sgocciolare.

3. In una padella capiente cuocete a fuoco vivo le costine, aggiungendo sale e pepe, senza altri condimenti. A fine cottura dovrà essere tolto dalla padella il molto grasso che avranno perso le costine.

4. Tritate grossolanamente quanto rimane di sedano, carote e cipolle; fate rosolare in una casseruola con l'olio extra vergine d'oliva. Se graditi, aggiungete

5. Tagliate la cotenna a listarelle e aggiungetela al soffritto assieme a tutte le carni, ai verzini già cotti e alla luganega cruda, tagliata a tocchetti; sfumate con vino bianco a fuoco vivo, quindi lasciate cuocere a coperchio chiuso per circa 15 minuti, a fuoco moderato.

6. Inserite una parte della verza fino ai bordi della casseruola, mescolatela con la carne salando con moderazione e coprite per 5 minuti. Aggiungete altra verza e lasciate appassire per 5 minuti, sempre rimessando. Terminate con l'ultima aggiun-



La Casoeûla è un piatto popolare, preparato con diverse parti del maiale. È molto diffuso in Lombardia

e parzialmente anche in Piemonte. Molti lo apprezzano ancora di più se viene cucinato il giorno prima.

te anche due spicchi d'aglio, che però dovranno essere eliminati prima di unire le carni.

affinché risultino fragranti e non "sfatte". ■

di Chiara Porati

Il gruppo di "gourmettari" della "Confraternita della Casoeûla" s'incontra 3 volte l'anno nei migliori ristoranti per rendere omaggio a questo piatto della tradizione. Si riuniscono tradizionalmente il primo giovedì dopo S. Martino (11 novembre), poi a metà gennaio e nell'ultimo giovedì della stagione invernale.

Il nome "casoeûla" deriva dal termine francese *cassoulet*, una casseruola comparsa in Francia nel Settecento, in cui veniva cotto il piatto.



Come a casa, ma viziati da Le Zie

All'estero si vedono un sacco di bei localini dove si può gustare una buona cucina casalinga, bere un ottimo caffè e intanto leggere un libro. A Milano succede da Le Zie

Alle 9 del mattino Gabriella, titolare di Le Zie, ci fa accomodare in uno dei tavolini decorati a mano del suo locale. Davanti a lei un portatile acceso, una tazzina di caffè e uno yogurt. Mentre scrive una mail ci offre il caffè, un assaggio della famosa New York cheesecake della casa e un croissant caldo. L'accoglienza è piacevole e informale, ma è solo dopo aver assaggiato i dolci e iniziato a chiacchierare che capiamo quanto il luogo sia fuori dal comune in questa città.

Gabriella: L'idea è nata viaggiando. Prima di aprire Le Zie preparavamo alcuni piatti nell'enoteca di cui siamo soci e ci sarebbe piaciuto aprire un posto dove al centro ci fosse la gastronomia. Ci

siamo ispirati ai locali del Nord Europa e degli Stati Uniti, che sono a metà tra caffetteria e bistrot. Vogliamo dare l'opportunità al cliente di fare una buona colazione o pausa pranzo mangiando qualcosa di gustoso e salutare. In più proponiamo anche l'asporto e spesso ci vengono richiesti catering su misura, fatti alla nostra maniera: come a casa. È così che è nato il nome: volevamo far capire che qui è come essere in famiglia. La zia è spesso una figura dinamica, portatrice di novità, che vizia i nipoti. La nostra cucina è proprio così: tradizionale ma adattata ai nostri giorni. Le torte, anche se richiedono abilità da pasticciere, si presentano in modo semplice. Lo stesso concetto vale per ogni piatto. Il menu lo compone Giulia, 22 anni, che si documenta molto bene e sa rivisitare la tradizione proponendo sempre qualcosa di nuovo, fatto rigorosamente con ingredienti di stagione.

Che cosa preparate?

Tutti i giorni proponiamo una zuppa (o in stagione le insalate), due primi, un secondo di carne, un piatto vegetariano e un piatto vegano e poi i dolci. Alcuni piatti, come le lasagne al ragù e la New York cheesecake con panna acida, sono "best seller": se non li proponiamo ogni giorno i clienti si arrabbiano. Facciamo tutto noi compresi il pane, la pasta fresca, le torte e anche le brioches, sfornate ogni mattina e farcite al momento con le nostre marmellate.

Sarete molto attenti alla spesa!

Dobbiamo scegliere ottime materie prime, perché è questo che fa la differenza. In cucina s'inventa ben poco, bisogna essere abili nella scelta dei prodotti e nella trasformazione. Compriamo la verdura e la frutta dal fruttivendolo qui vicino, che sceglie per noi ogni mattina al mercato

Ogni giorno al bancone vengono proposti dolci e piatti salati appena sfornati. Non manca mai la New York cheesecake.

generale. Questo ci permette di avere sempre verdura e frutta fresca e matura. Latte e panna arrivano da un fornitore due volte a settimana, carne, grana, mozzarella e uova dal Mercato di Campagna Amica promosso da Coldiretti in via Ripamonti, nella sede del Consorzio Agrario. Il resto dei prodotti (molto pochi per la verità) li compriamo al supermercato o nei negozi etnici. Per la nostra famosa cheesecake abbiamo addirittura cominciato a preparare l'estratto di vaniglia, facendoci portare direttamente le bacche fresche. Solo così si può offrire qualcosa di buono e di speciale.

Avete delle attrezzature particolari?

Anche se la cucina è casalinga, il locale molto piccolo e i posti a sedere pochi (circa 15), abbiamo "la Rolls-Royce delle cucine": piastra a induzione, due forni professionali ad alta tecnologia, sonda per la cottura della carne, due abbattitori e una cella per i vini e le birre artigianali. In questo modo si possono fare le cotture migliori e più leggere.

Molti ristoratori con una richiesta come la vostra penserebbero ad aprire altri punti in città: voi?

Non è nelle nostre ambizioni se non possiamo farlo come vogliamo, mantenendo questo stile e questa qualità. Non ci sono in giro tante ragazze come Giulia! ■

Chiara Porati

Gabriella, titolare de Le Zie insieme alla sorella Dada, ha trovato viaggiando l'ispirazione per aprire questo locale, che ha molto in comune con le caffetterie-bistrot del Nord Europa e degli Stati Uniti.

LE ZIE

Via Ripamonti 9 - 20136 Milano

Carta d'identità

Le Zie
via Ripamonti 9, Milano
Tel. 02 32961903
Facebook: Le Zie
Orari: dal lunedì al venerdì:
8.00-20.00; sabato: 9.00-15.30;
domenica: 10.00-15.00



Facebook: Cibi Magazine



È nata la nuova rubrica

CiBi LAB

In questo numero a p. 19

Per raccontarvi il "dietro le quinte": le nostre piccole-grandi scoperte, i nostri esperimenti culinari (riusciti e non), gli incontri che hanno lasciato un segno e i posti dove torneremo



Su facebook: Cibi Lab
Su twitter: @CibiLab



ASSOCIAZIONE CULTURALE GASTRONOMICA
via Pinamonte da Vimercate 6 (MM Moscova) - 20121 Milano
+39 392 8655198 - info@atelierdeisapori.it

www.atelierdeisapori.it



L'Atelier dei Sapori è una scuola che si propone di trasmettere il piacere della cucina a tutti quelli che provano curiosità in questo campo. I corsi ripropongono piatti della tradizione gastronomica con innovazione e creatività, offrendo tutte le basi essenziali per acquisire le tecniche giuste.

Il contenuto delle lezioni è molto ampio e l'attività didattica ricca di proposte che si rinnovano ogni anno: il corso base classico sempre rapportato alla stagione, le lezioni monotematiche ogni volta diverse e intriganti nelle loro molteplici sfaccettature, i corsi in lingua inglese e francese che appassionano gli ospiti stranieri, i corsi per bambini e ragazzi con mini laboratori adattati alle varie fasce di età.

I tre ingredienti indispensabili per partecipare ai nostri corsi sono: **passione, allegria e divertimento!**

- Corsi di cucina individuali o per piccoli gruppi
- Corsi di cucina attiva
- Corsi in lingua straniera
- Team Building
- Serate con cucina
- Addio al nubilato
- Feste per "piccoli cuochi"
- Serate gastronomiche personalizzate

FILLO DIRETTO

Tradizione e innovazione per un olio speciale

Portando avanti gli insegnamenti degli avi e rispettando rigide regole, all'Azienda Agricola Leonardo si ottiene un prodotto pregiato, che cresce sulle sponde del Lago d'Iseo (o Sebino), a Sale Marasino

L'azienda nasce dalla passione per la terra ed i suoi frutti, portando avanti le tradizioni degli avi.

L'olio è un affare di famiglia per le sorelle Nadia ed Elisa Turelli che hanno avviato una produzione partendo dall'oliveto dei nonni e ora, insieme, gestiscono l'Azienda Agricola Leonardo. «Siamo in attività da dieci anni soltanto – racconta Nadia. – All'inizio si producevano poche bottiglie, ma la richiesta è aumentata e abbiamo capito che potevamo fare di più».

Dalla terra al frutto

Non solo hanno coltivato i terreni degli avi, ma ne hanno anche recuperati di abbandonati e li hanno rimessi in produzione. «Adesso abbiamo circa 1000 piante e riusciamo a confezionare 1500 bottiglie, tutte di altissima qualità». L'olio delle sorelle Turelli è un extra vergine d'oliva DOP con particolari caratteristiche organolettiche e sfumature di sapore. «Il nostro olio DOP segue un disciplinare molto preciso – spiega Nadia – che prevede che un 40% sia ottenuto con

olive Leccino e il 60% con olive Frantoio, Pendolino e Casaliva, ma dall'anno scorso abbiamo iniziato a produrre anche un olio mono cultivar, cioè ottenuto non da una miscela, ma solo da olive Leccino e Leccio del corno, che resistono maggiormente al freddo».

La raccolta

Le olive dell'Azienda Agricola Leonardo vengono raccolte a mano tra ottobre, novembre e dicembre, un po' in anticipo rispetto al normale, per non far maturare troppo i frutti, lasciare intatte tutte le proprietà organolettiche e mantenere bassa l'acidità dell'olio. «Il nostro prodotto – spiega Nadia – ha delle note fruttate, con una lieve sensazione di piccante». Da alcuni anni, oltre alla certificazione DOP, l'olio della famiglia Turelli ha anche quella Bio, che conferma le ottime caratteristiche del prodotto, ricco di sostanze benefiche come l'acido

Nadia ed Elisa Turelli portano il loro olio ai mercatini della zona.

oleico e i polifenoli. «Siamo molto attenti alla coltivazione e ci aiutiamo anche con degli amici a quattro zampe – aggiunge Nadia – abbiamo, infatti, delle pecore Suffolk, una razza inglese, rustica, resistente alle intemperie e voracissima, che pascolando ci aiutano a tenere ordinati e puliti gli uliveti». Tanta passione, tanto lavoro, ma alla fine il prodotto finale è eccellente. «Le nostre bottiglie di olio – spiegano le sorelle – sono in vendita presso la nostra azienda e poi partecipiamo ad alcuni eventi della zona. Si potrebbero anche ordinare on line, ma cerchiamo di non farlo perché durante il trasporto le bottiglie potrebbero essere sottoposte a temperature troppo alte o troppo basse, correndo il rischio di rovinare il sapore dell'olio».

Bianca Senatore



Principali varietà di olive in Italia

Sicilia: Biancolilla, Nocellara, Santagatese, Cerasuola, Giarraffa, Buscietto, Brando fino.

In Calabria: Carolea, Dolce di Rossano, Ottobratica, la Sinopolese, Tondina, Grossa di Cassano, Tonda di Strongoli, Grossa di Gerace, Muzzole.

Puglia: Ogliarola barese, Coratina, Drupa, Cellina di Nardò, Provenzale, Bambina di Gravina, Bella di Cerignola.

Campania: Pisciotana, Carpellesse, Minucciola, Cornia, Nostrale.

Molise: All'acqua di Montenero, Aurina di Venafro, Cerasa di Montenero, Oliva nera di Colletorto, Olivastro, Paesana Bianca.

Abruzzo: Dritta, Gentile di Chieti, Intosso, Castiglione.

Marche: Ascolana dura, Ascolana tenera, Nebbia del Menocchia, Orbetana, Piantone di Falerone.

Lazio: Carboncella, Raja, Canino, Itrano, Olivago.

Sardegna: Bosana, Cariasina, Cipressino, Corsicana, Tonda di Cagliari, Nocellara.

Toscana: Frantoio, Moraiolo, Pendolino, Ciliegino, Grappolo, Punteruolo, Rosino, San Francesco.

Liguria: Taggiasca, Razzola, Pinola, Lavagnina, Merlina.

Piemonte: Grignano, Nostrale di Rigali, Leccio del Corno.

Lombardia: Casaliva, Gargnano, Grignano, Negrel, Sbresa.

Veneto: Casaliva, Favaro, Fort, Leccio del Corno, Padanina, Rasara, Rondella, Rossanel.

Trentino-Alto Adige: Casaliva, Favaro, Fort.



VICTOR MELLA
PRODUZIONI VIDEO

EVENTI LIVE
TRAILER
VIDEO BRANDING
EDITING
VIDEOCLIP
RIPRESE TEATRALI

SOLO IN FULL HD

E-mail: victormella@libero.it

Telefono: 3396085728

Facebook: Victor Mella Produzioni Video

VERSO
L'EXPO

Lotta allo spreco: buone pratiche e prospettive

Se n'è parlato all'Università Cattolica alla presenza di docenti, aziende della grande distribuzione ed esponenti del Governo, tutti insieme per affrontare un tema delicato e quanto mai controverso, ma che diventa sempre più emergenza sociale

Liberi dal bisogno, liberi dallo spreco è stata la prima relazione della giornata, a cura del professor Roberto Zoboli, ordinario di Politica economica e membro del Direttivo di ExpoLAB, Università Cattolica del Sacro Cuore, che ha parlato del problema dello spreco alimentare come di un paradosso del nostro tempo. «Viviamo in una società in cui si consuma più di quanto si abbia necessità e questo ci porta a sprecare. Liberarci dall'eccesso di cibo avrebbe ricadute enormi sullo sviluppo. Nei Paesi poveri, infatti, si lavora solo per riuscire a mangiare, ma non si investe per innescare processi virtuosi di sviluppo. La soluzione – ha puntualizzato Zoboli – sarebbe quella di allentare il vincolo economico di accesso al cibo». Dall'altra parte del mondo, invece, si compra più del

necessario, generando spreco, che, a sua volta, provoca effetti sull'economia. Secondo i dati FAO, lo spreco di cibo vale ogni anno una volta e un terzo l'intero PIL italiano, ovvero circa 2060 miliardi di euro (PIL Italia 2013: 1560 miliardi). Cifra che include i costi sociali, ambientali ed economico-produttivi. «Poiché ormai è impossibile non avere scarti e rifiuti alimentari – ha concluso il professor Zoboli – l'unica soluzione per liberarci, da un lato, del bisogno e, dall'altro, dello spreco è quella che è stata definita l'economia circolare, cioè i rifiuti di qualcuno diventano risorse per qualcun'altro». Redistribuire e coinvolgere il territorio può contribuire a costruire un sistema che si autoalimenta: risolve un problema e crea coesione sociale.

In Italia lo spreco è un fenomeno abbastanza diffuso e se, per fortuna, se ne discute molto, ci sono tuttavia

dei comportamenti quotidiani molto difficili da debellare. E le normative e le leggi non aiutano.

La catena del dono

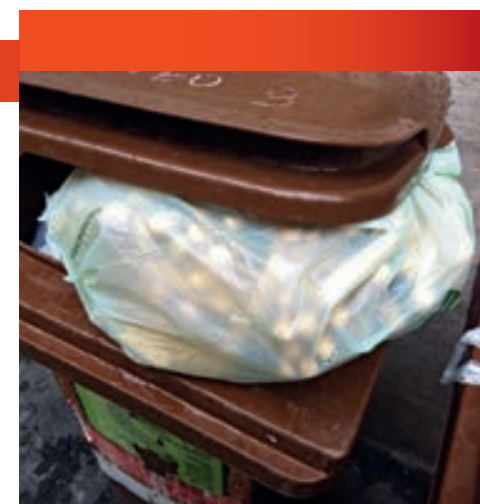
Giancarlo Rovati, professore ordinario di Sociologia dell'Università Cattolica, ha sottolineato quanto, negli ultimi anni, siano state sottovalutate le politiche di aiuto per risolvere il problema della povertà in Italia. «Dal 2007, anno pre-crisi, a oggi, l'indice della povertà relativa è rimasto stabile, mentre quello della povertà assoluta è raddoppiato. Vuol dire che le politiche messe in atto non sono state capaci di prevenire il fenomeno, né tanto meno di arginarlo». Rovati ha parlato del FEAD (Fund for the European Aid to the Most Deprived, il Fondo di aiuti europei agli indigenti), che sostiene gli interventi promossi dai Paesi dell'UE per fornire a chi ne ha bisogno un'assistenza materiale. «Fino al 2013 – ha spiegato il professor Rovati – sono stati dati aiuti a 4 milioni di persone raggiunte da 15 mila organizzazioni presenti sul territorio. Creare una catena del dono con tutti gli attori della società, istituzioni, enti profit e associazioni no profit, è la soluzione più immediata per arginare il problema».

Per un Buon Fine

Anche in Italia lo spreco è fenomeno abbastanza diffuso e se, per fortuna, se ne discute molto, ci sono dei comportamenti quotidiani molto difficili da debellare. E poi non aiutano normative e leggi che, addirittura, favoriscono la creazione di rifiuti alimentari. «Nel 2013 – ha sottolineato Valter Molinaro, Social Marketing Manager di Coop Lombardia, responsabile del progetto Buon Fine – abbiamo distribuito 4 mila tonnellate di alimenti, per un valore di 22 milioni di euro, che sono state poi donate a 906 associazioni sul territorio lombardo». Coop, in seguito a una sperimentazione avviata nei suoi punti vendita nel 2007, ha verificato che l'eccedenza di cibo è pari a 7 kg al metro quadro, tra prodotti in scatola e prodotti freschi che vengono consegnati alle Onlus del territorio e distribuiti alle famiglie bisognose. «In questo modo – ha concluso Molinaro – noi riduciamo i rifiuti e le persone possono avere una dieta più varia reinvestendo qualche euro risparmiato per la spesa in nuove opportunità». ■

Dal 2007 a oggi, l'indice della povertà relativa è rimasto stabile, quello della povertà assoluta è raddoppiato.

Facebook: Cibi Magazine



www.cibiexpo.it

Made in Italy Arte e scienza del piatto di pasta

Lo chef
Maurizio
Bosotti spiega
come rendere
straordinario
un piatto
quotidiano,
icona del
mangiar bene
italiano

Fusilli, spaghetti, linguine, penne, mezze maniche, tortellini, lasagne, ravioli, cappelletti, trofie, maccheroni, conchiglie, farfalle, pici... Ecco perché gli Italiani sono famosi nel mondo per la pasta. In quale altro Paese l'alimento base della dieta assume sfumature così diverse e straordinarie? Davanti a tanta ricchezza e varietà, occorre trovare qualcuno che aiuti a capire come e cosa scegliere per fare di un alimento quotidiano un piatto perfetto.

Partiamo da un dilemma che ha radici "filosofiche". Che cosa viene prima: il tipo di pasta o il sugo?

Prima si sceglie il sugo che si vuole preparare e poi il tipo di pasta. Se parliamo delle paste di semola, quelle a formato lungo si abbinano bene con sughi a base di pesce oppure con le verdure,

quelle corte si sposano con il ragù, che tuttavia si accompagna benissimo anche con le paste lunghe all'uovo, tipo tagliolini. Invece, le paste speciali, quelle che hanno formati molto grossi, per esempio i paccheri, si abbinano straordinariamente con sughi a base di pesce.

Scelto il sugo, si sceglie la pasta. Quali caratteristiche deve avere una buona pasta?

Deve essere opaca e non lucida, ruvida e non liscia. Le paste opache sono

Pasta all'uovo, integrale, al kamut, al farro, al pomodoro e al nero di seppia, senza contare la

varietà dei formati. Ormai i tipi di pasta si stanno moltiplicando, c'è solo l'imbarazzo della scelta.

per esempio quelle trafilate al bronzo ed essiccate a basse temperature per lungo tempo: gli amidi non "gelatinizzano" e questo le rende opache; invece le paste industriali sono essiccate a temperatura alta e in poco tempo. Questa modalità attiva dei processi chimici tali per cui la pasta diventa lucida e gialla e alcuni amidi gelatinizzano. Ciò si riflette sulla cottura: da un lato la loro tenuta è maggiore, dall'altro si registra una perdita inferiore di amido che determina una minore legatura con il sugo prescelto.

Paste di grano duro e paste all'uovo. Quali sono le differenze?

Al di là degli ingredienti, le prime sono ottenute per "estrazione", le seconde per "laminazione". Nel primo caso, l'impasto passa attraverso una tramoggia con una vite senza fine che fa uscire la pasta attraverso delle trafile, in teflon nelle marche industriali, oppure in bronzo in quelle più artigianali. Invece, le paste all'uovo, tra cui mettiamo anche cannelloni e lasagne, passano attraverso rulli che le assottigliano piano piano, fino a portarle nel formato desiderato. Questa diversa lavorazione determina tempi di cottura molto differenti: 10 minuti per gli spaghetti, 5 per i tagliolini!

Anche con le paste ripiene è il sugo che impone il tipo di pasta?

No, in questo caso è il ripieno che detta



La pasta è uno dei simboli del Made in Italy. E pensare che nel Manifesto della Cucina Futurista (1930) Filippo Tommaso Marinetti si scagliava contro l'"alimento amidaceo", colpevole, a suo dire, di infiacchire l'animo degli italiani. Salvo poi farsi cogliere in flagrante nel ristorante milanese Biffi con un bel piatto di spaghetti...

legge. Se il ripieno è buono, il sugo diventa secondario e basta un filo d'olio, o di burro aromatizzato, o una crema di verdure per esaltare la bontà intrinseca della pasta. Dal tipo di ripieno dipende anche il formato. Se il ripieno è delicato (verdure, ricotta e verdure, pesce), il taglio è grande perché il sapore del ripieno deve dominare su quello della pasta; invece, se il ripieno è più aggressivo (carne, prosciutto), il taglio è più piccolo.

Perché cuocere la pasta al dente?

Perché è più digeribile di quella molto cotta. La pasta al dente infatti richiede di essere masticata a lungo e questo consente alla saliva di suddividere gli amidi in zuccheri più semplici che sono facilmente digeribili. Le paste stracotte,

invece, s'inzuppano d'acqua e questo impedisce il processo chimico attivato dalla saliva.

Come cuocere al dente?

La pasta resta al dente non solo perché cuoce di meno, ma anche perché il tempo di ripresa dell'ebollizione è ridotto ai minimi termini, quasi zero! Il momento decisivo per una cottura al dente è infatti quando si getta la pasta: attenzione, l'acqua bolle, si mette la pasta, l'acqua... deve continuare a bollire! Gli amidi restano al dente se sono cotti a 95-98 °C: come fare a conservare questa temperatura? Fuoco alto, tanta acqua (la proporzione è 5 litri d'acqua per mezzo chilo di pasta) e, se serve, mettere il coperchio sulla pentola dopo aver messo la pasta.

Quindi in montagna...

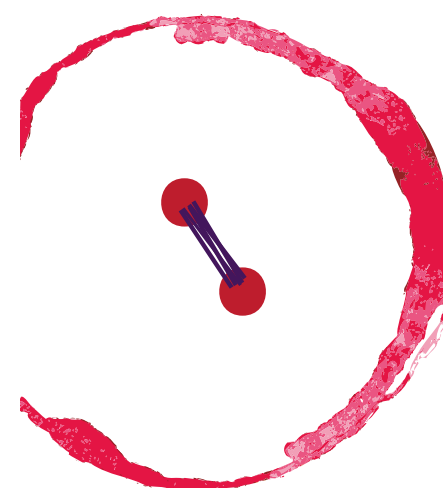
In montagna mangiare la pasta al dente è molto difficile, per questo si mangia la polenta! Scherzi a parte, sappiamo bene che più si sale di quota e più i tempi di cottura si allungano perché diventa difficile raggiungere certe temperature. Tenere i 95-98 °C diventa un'impresa complicata!

Per concludere, qualche abbinamento per non sbagliare?

Partiamo dalla Liguria: trofie per il pesto! Poi, spostandoci lungo la Penisola, tagliatelle e lasagne per il ragù, spaghetti o pici per la carbonara e un solare sugo al pomodoro per i fusilli...

E così, cotta la pasta, mettiamo a tavola gli Italiani! ■

Flavio Merlo



Sarti del Gusto

Eventi e degustazioni su misura

Organizziamo eventi pubblici e privati a Roma e provincia

Cosa organizziamo:

- Degustazioni di prodotti di eccellenza in aziende, studi e locali
- Manifestazioni enogastronomiche
- Taste Tours per scoprire e degustare le eccellenze gastronomiche della città eterna
- Visite ai produttori per scoprire le aziende della campagna romana e toccare con mano come si realizzano i prodotti
- E poi..... aperitivi, brunch, pranzi e cene per scoprire le tradizioni romane o le rivisitazioni di giovani chef

www.sartidelgusto.it • info@sartidelgusto.it • 328 2881275 • 328 4537046



ADOTTA UNA SPECIE A RISCHIO

Scegli di adottare a distanza il cucciolo di una specie a rischio: potrai contribuire alla salvaguardia del suo habitat e dargli un futuro. Puoi adottare l'elefante, il panda, lupo, la tigre, il gorilla e molte altre specie tra le più minacciate del Pianeta.

**VAI SU WWF.IT/ADOZIONI E ADOTTA UN CUCCIOLO ORA!
IL SUO FUTURO DIPENDE DA TE.**

Riceverai a casa il kit di adozione con peluche. Se invece scegli l'adozione digitale con la app Android e Apple potrai sapere tutto della specie che avrai contribuito a salvare.



Numero Verde
800.99.00.99

I SEGRETI DELLA SPESA

Kiwi e ananas amici della salute

Buccia pelosa, scorza spinosa, interno a tinte forti, kiwi e ananas sono i frutti esotici che più comunemente troviamo nei mercati e che consumiamo tutto l'anno

L'Ananas (*Ananas Sativa*)

Lo possiamo acquistare in ogni stagione ed è un frutto sempre proposto nei ristoranti. Noi ci siamo chiesti il perché e abbiamo interrogato qualcuno che se ne intende. I Fratelli Orsero, infatti, sono gli unici a seguire l'intera filiera di questo tipo di frutta, perché la gestione delle piantagioni in Costa Rica è italiana. Lì gli ananas vengono coltivati con sistemi di produzione integrata e sono italiane le navi, la logistica e la distribuzione alla GDO (Grande Distribuzione Organizzata, ndr) che parte dalla Liguria, tra Albenga e Vado Ligure. A differenza della maggioranza della frutta che cresce alle nostre latitudini, spiegano i Fratelli Orsero, la frutta della fascia equatoriale, come gli ananas, cresce e viene raccolta 365 giorni all'anno. Ecco perché è possibile acquistarli e consumarli a Natale come a Ferragosto. La maturazione inizia dalla base del frutto e prosegue verso l'alto e la si può verificare dal colore giallo-arancio delle scaglie che compongono la sua scorza coriacea. Di solito per il mercato, vengono raccolti un po' indietro. Se il frutto diventa troppo maturo, si verifica un'alterazione delle proprietà organolettiche. Lo si può conservare in luogo fresco a una temperatura non inferiore ai 5 °C e in ogni caso va consumato preferibilmente nell'arco di 4-6 settimane. Ecco perché lo si trova facilmente nei ristoranti. Da ricordare inoltre che contiene bromelina, un enzima che scinde le proteine complesse, agevolando la digestione.

Dunque, al mercato, occhio:

- **al ciuffo**, che deve essere fresco, di un bel colore verde, con foglie turgide;
- **alla consistenza del frutto**, che deve essere soda;
- **alla buccia**, che deve essere brillante, con il tipico colore giallo-arancio. Evitare quelli di colore verde o grigiastro

Grazie alla presenza della bromelina, l'ananas ha un'azione decongestionante ed è ricca di sali minerali.

perché troppo acerbi, e quelli tendenti al marrone perché troppo maturi.

L'ananas ha molti effetti positivi sull'organismo. Gli acidi organici, infatti, hanno una funzione diuretica in grado di contrastare efficacemente la ritenzione idrica (anche per questo motivo viene consigliato nella diete per combattere la cellulite). Ed è importante, poi, anche la presenza di vitamine A e C, betacarotene, manganese che insieme alle altre sostanze antiossidanti aiutano a mantenere la pelle luminosa ed elastica. Un vero frutto di bellezza, oltre che gustoso e con pochi grassi.

Il Kiwi (*Actinidia L.*)

Se parliamo di effetti benefici della frutta, non si può non parlare del kiwi, che ha un contenuto molto alto di vitamina C, addirittura superiore al limone, all'arancia e al peperone. È ricco di potassio, vitamina E, rame e ferro che, combinati insieme, conferiscono al kiwi caratteristiche antisettiche e antianemiche davvero uniche. Secondo i nutrizionisti, per soddisfare il fabbisogno giornaliero di vitamina C del nostro organismo, basta consumare un kiwi ogni giorno. Contiene anche acido folico, fondamentale in gravidanza, fibre e polifenoli, utilissimi questi ultimi per combattere l'invecchiamento. I kiwi non sono tutti uguali e la differenza è data dalla provenienza. Quelli in commercio



© CIMA VISCONTI

sono generalmente italiani, oppure provengono dal Cile e dalla Nuova Zelanda. La nostra penisola è quindi la maggior produttrice di questi frutti e nei mercati rionali è possibile trovarne di buona qualità. Sempre di buona qualità i kiwi del Cile. Infine ci sono quelli della Nuova Zelanda, i più costosi in assoluto, che secondo il parere degli esperti sono anche i migliori dal punto di vista organolettico.

In ogni caso, quando li si compra, occhio:

- **alla buccia**, che deve presentarsi integra, senza segni particolari o increspature;
- **alla forma**, che dev'essere regolare;
- **alla maturazione**, perché il frutto non deve essere troppo morbido per poterne apprezzare la dolcezza e la succosità. Per rallentare la maturazione dei kiwi, i mercati spesso usano celle frigorifere appositamente regolate per espellere l'etilene (il gas normalmente prodotto dal frutto stesso e che accelera il suo sviluppo), consentendo così una durata del prodotto fino a 6 mesi. ■

Bianca Senatore

Il kiwi è originario dell'Asia, ma a partire dai primi del '900 fu importato in altri continenti. In Italia arrivò alla fine del XX secolo. Ma da allora le coltivazioni si sono moltiplicate.

La Cina in cucina con Zuh Ke

Al bando i luoghi comuni: c'è una cucina cinese sofisticata, complessa e non certo low cost, al contrario di quanto si pensa. Non solo involtini primavera e riso alla cantonese, da gustare c'è molto altro

Non proprio, ma gli ingredienti sono per forza italiani: la carne, le verdure, le uova, mentre altre cose sono cinesi, come le spezie.

Quindi possiamo dire che fai una cucina cinese alta, a differenza di tanti altri ristoranti? I clienti si accorgono della differenza?

I clienti avvertono che quello che mangiano qui è diverso, ma solo perché la mia è una cucina più ricercata, mentre quella che fanno negli altri posti, quelli super economici per esempio, è molto casalinga. Ha dei punti fermi e su questi preparano tutti i piatti. Quando è iniziata a crescere la moda dell'agrodolce hanno cominciato a preparare ogni cosa, pollo, pesce, maiale, con questa salsa e così è per tutti gli altri sapori caratteristici. Invece noi abbiamo differenziato e abbiamo rispettato le preparazioni originali. Perché non tutti sanno che di salse agrodolci ce ne sono vari tipi, a seconda della zona di provenienza e i clienti da noi apprezzano quest'attenzione ai dettagli. La maggior parte della gente pensa che i sapori siano pressoché quelli. Niente di più sbagliato! Come per i cibi italiani, ogni nostro piatto ha un sapore ben definito, non

Il ristorante si trova in via Piero della Francesca a Milano e anche se è aperto da poco più di un anno, ha già conquistato molti palati milanesi. Le recensioni dei clienti sono ottime sia per quanto riguarda le pietanze, sia il servizio. Zuh Ke è rintanato in cucina, ma a volte esce a salutare e ascolta i commenti degli ospiti per fare modifiche al menu o aggiungere nuovi piatti.

Credo che sia perché, come quella italiana, è una delle cucine più creative che esistono. Ci sono piatti leggeri, piatti pesanti, piatti piccanti e piatti delicati, ma forse il vero motivo è che, proprio perché quella più diffusa è casalinga, la gente pensa che sia veloce e low cost. Sbagliatissimo!

Cioè?

C'è la cucina veloce, com'è veloce la cucina italiana che si fa in casa, la sera, quando si torna da lavoro, e c'è la cucina che necessita di tanto tempo per fare bene le preparazioni. Alcuni piatti hanno una lavorazione molto lunga, per esempio i ravioli in brodo di Shanghai: io ci metto una giornata intera per prepararli, perché comincio dalla zuppa che si fa con

le ossa del maiale e che viene cotta tantissimo. Poi la si lascia riposare a lungo perché deve diventare quasi gelatinosa, quindi va tagliata e mischiata alla carne. Intanto si prepara la pasta dei ravioli, che sarà lavorata molto per essere abbastanza elastica, così da non rompersi. Alla fine si chiudono con il brodo, che intanto si è indurito, e la carne all'interno.

A proposito del low cost?

Ovviamente più si risparmia sulle materie prime, più la qualità e il prezzo del piatto scendono. Più scende il costo, più si attirano clienti, i quali, non conoscendo bene i sapori, non si accorgono di nulla. È un gatto che si morde la coda, in pratica!

Qual è il piatto più richiesto?

Non c'è un piatto più gettonato, anche perché proponendo cose innovative i clienti vogliono provare un po' tutto, ma i nostri ravioli e le polpette di gamberi piacciono molto. Al momento abbiamo circa 50 piatti nel menu e vorremmo arrivare a una sessantina, ma in ogni caso monitoriamo le richieste per capire il gradimento e decidere insieme cosa tenere e cosa togliere. ■

Bianca Senatore

Oltre al classico involtino primavera, si possono gustare gli involtini di riso con ripieno di gamberi al vapore, i ravioli con brodo

di Shanghai. E ancora il ramen con verdure, le capesante in salsa xo, le polpette dorate di gamberi, l'anatra all'arancia.



L Dimenticate quei localini un po' folkloristici con lanterne rosse, dragoni, gatti dorati stile Hello Kitty che salutano insistentemente. Il ristorante Zen-Ci, dello chef Zhu Ke, ha uno stile moderno con tocchi di design e offre un'atmosfera delicata e piacevole dove poter provare il vero gusto della cucina cinese tradizionale. Dunque, al bando menu all-you-can-eat (mangia a più non posso), qui le preparazioni sono lente e curate in ogni dettaglio per dare un'immagine nuova della Cina del terzo millennio.

Come ti è nata la passione per la cucina?

Ho iniziato a 15 anni per hobby, ma a un certo punto il destino ha messo sulla mia strada il maestro Lin Ruifa, chef tra i più stimati della Cina e attualmente uno degli esperti che approvano i piatti delle cene ufficiali del Governo di Pechino. Con lui ho iniziato a studiare e sperimentare ed è nata la passione.

Quali sono le caratteristiche della tua cucina? È molto tradizionale?

Sì, ho imparato per prima cosa la cucina

tradizionale, quella antica, e quindi conosco tutte le basi, poi però stando in Italia da tanto tempo ho iniziato a rinnovare alcuni piatti, anche se in maniera leggera.

C'è differenza tra un'alta cucina cinese e quella che si può mangiare nei locali a China Town di Milano e anche in giro per la città?

Noi abbiamo appositamente scelto un menu differente dagli altri ristoranti cinesi, non perché i piatti sono più o meno famosi (la Cina è grande e ci sono tantissime tradizioni che s'incrociano), ma perché dai primi ristoranti che hanno aperto, tutti hanno copiato e presentano le stesse cose. Noi invece, oltre ad alcuni piatti classici, ne abbiamo scelti di diversi, meno noti in Italia ma decisamente affermati nella cucina cinese. E da qui poi abbiamo fatto delle modifiche sia per rinnovare gli ingredienti, sia per rispettare anche un po' la stagionalità, pur mantenendo intatte le basi della ricetta.

C'è una commistione tra cucina italiana e cinese?

ci sono pietanze che si assomigliano; noi facciamo scoprire e gustare la vera Cina! **Scusa se insisto, ma è per capire meglio: la maggior parte dei ristoranti cinesi fa una cucina casalinga?**

Sì, è una cucina veloce e poi c'è da dire che molti hanno anche improvvisato. Spesso non ci sono veri cuochi in cucina, ma persone che sanno preparare quei piatti come li preparerebbero a casa, per la famiglia. Diciamo che è un po' l'equivalente della cucina italiana da trattoria che comunque ha il suo fascino. L'alta cucina è diversa, è più ricercata ed è di differenti livelli. Per esempio la cucina imperiale è una cucina super sofisticata, che va alla ricerca di ingredienti particolari. Io qui non faccio questo tipo di cucina così d'élite, è semplicemente più curata e rappresenta la cultura gastronomica di tutta la Cina. Ma non per questo è molto costosa, eh...! Il prezzo dei nostri piatti è in linea con gli ingredienti e con lo stile.

Perché a un certo punto è scoppiata la mania del cibo cinese?

Degustare e giudicare, che fatica!

Ventidue piatti preparati da altrettanti aspiranti chef provenienti da tutto il mondo. Assaggiare e giudicare. Non male come programma per pranzo, vero? È toccato a noi di CiBi alla Scuola Internazionale di Cucina Italiana

Bianca:

Giudici per un giorno. Io e Chiara abbiamo dovuto valutare i piatti preparati dagli allievi del Master in Cucina Italiana dell'ICIF (Italian Culinary Institute for Foreigners) di Costigliole d'Asti ed è stato molto più difficile del previsto. Ci siamo divertite, ma non crediate sia semplice dare un voto a una pietanza e riconoscerne la perfetta cottura, l'equilibrio tra i profumi e i sapori,

ma analizzare un piatto e dare un voto non lo è affatto, soprattutto se a giudicare con te c'è uno chef stellato. Nel nostro caso si è trattato di Luca Zecchin, executive chef del ristorante Guido da Costigliole presso il Relais San Maurizio (www.guidosanmaurizio.com). Luca è un uomo dall'espressione imperturbabile e di poche parole (sarà l'aria del Piemonte?) che, assaggiando, ha fatto domande agli esaminandi senza lasciar trasparire il proprio giudizio. Lo ammetto, per le prime due portate la sua presenza mi ha messo in difficoltà tanto da nascondere con la mano destra (quella non impegnata dalla forchetta) le schede di valutazione sulle quali avevo appuntato i miei giudizi. Mi sentivo un'esaminatrice sotto esame!



Il primo assaggio è fatto con gli occhi, il secondo assaggio (quello vero) fa riconoscere profumi, sapori e consistenze. Solo allora si percepisce l'equilibrio.



la presentazione e l'aspetto. Anzi, forse valutare la bellezza del piatto è stata la cosa più semplice, perché gli allievi erano molto ben preparati. Abbiamo assaggiato pesce, carne, pasta ripiena, riso, dolci e biscotti realizzati da studenti di ogni parte del mondo, tutti innamorati della cucina italiana.

Chiara:

Ci attendevano 11 portate a testa (quasi un pranzo di Natale), accompagnate da vini eccellenti. "Una pacchia", pensavamo. E invece far parte di una giuria gastronomica è più che mai difficile! Certamente assaggiare è un'azione elementare e divertente,

Fortunatamente, complice il secondo bicchiere di vino, ci siamo fidate dei nostri sensi e giudicare è diventato un compito interessante. Assaggiando un piatto si può capire molto del suo esecutore, soprattutto s'intuisce se conosce la materia prima che utilizza, se ha dimestichezza con le cotture e con i nostri condimenti che in molti Paesi sono difficilmente reperibili. I tempi della ristorazione poi sono difficili da codificare e bisogna essere precisi con la lievitazione, le cotture e il raffreddamento. Ci vuole esperienza sul campo, dedizione e un innato amore per la cucina. Non tutti hanno questo dono, ma alcuni piatti come

Il menu e i suoi esecutori

Crostini con alici marinate all'arancia e Grana pastellato all'aceto balsamico
Salil Ahooja (India)

Crostini con alici marinate all'arancia e Grana pastellato all'aceto balsamico
Chiara Cicala Ginocchio (Perù)

Pane comune e grissini stirati alla semola - Erinna Marciano (Italia)

Pane comune e grissini stirati alla semola - Yin Chun-Yao (Taiwan)

Trota salmonata marinata alle erbe aromatiche - Chen Jianghong (Repubblica Popolare Cinese)

Trota salmonata marinata alle erbe aromatiche - Zamir Esneider Novoa Arevalo (Colombia)

Terrina calda alle verdure
Alexander Fedoseev (Russia)

Terrina calda alle verdure
Ünver Güleğül Nil (Turchia)

Ravioli di magro al burro aromatico
Ioannis Trasanidis (Grecia)

Ravioli di magro al burro aromatico
Manuel Alberto Molina Viana (El Salvador)

Risotto con porri e zucchine
Shermineh Heidary (Iran)

Risotto con porri e zucchine
Syutkina Vasilisa (Russia)

Arrosto di vitello al latte con contorno a scelta - Olivia Pogliano (Italia)

Arrosto di vitello al latte con contorno a scelta - Henrique Jorge Campos (Brasile)

Petto d'anatra profumato alla cannella con frolla all'olio d'oliva
Shona Steer-Khan (Gran Bretagna)

Petto d'anatra profumato alla cannella con frolla all'olio d'oliva
Nicolas Lizarazo Rubiano (Colombia)

Panna cotta alle fragole caramellate all'olio d'oliva - Nazi Katibashvili (Georgia)

Panna cotta alle fragole caramellate all'olio d'oliva - Rukan Kseniia (Russia)

Zabaione freddo con amaretti
Cornelis Hermanus Rookhuizen (Olanda)

Zabaione freddo con amaretti
Marco Lasio (Italia)

Brutti ma buoni e Paste di meliga
Marcozzi Araque Edith Yudith (Venezuela)

Brutti ma buoni e Paste di meliga
Morra Robert (Canada)

la Terrina calda alle verdure di Alexander, il Risotto con porri e zucchine di Sherminah e l'Arrosto di vitello al latte di Olivia e Henrique hanno saputo entusiasmarci. Chissà se gli altri studenti ci hanno giudicate un po' cattive?! ■



Esaminati e giudici in una foto di gruppo al termine degli esami.

Facebook: Cibi Magazine

www.cibiexpo.it

19

DACCI UNA MANO.

Con solo 10 euro aiuti l'Associazione Prometeo Onlus ad aprire una nuova Casa Accoglienza per ospitare i malati di fegato ed i loro familiari in cura presso la Fondazione IRCCS Istituto Nazionale dei Tumori di Milano

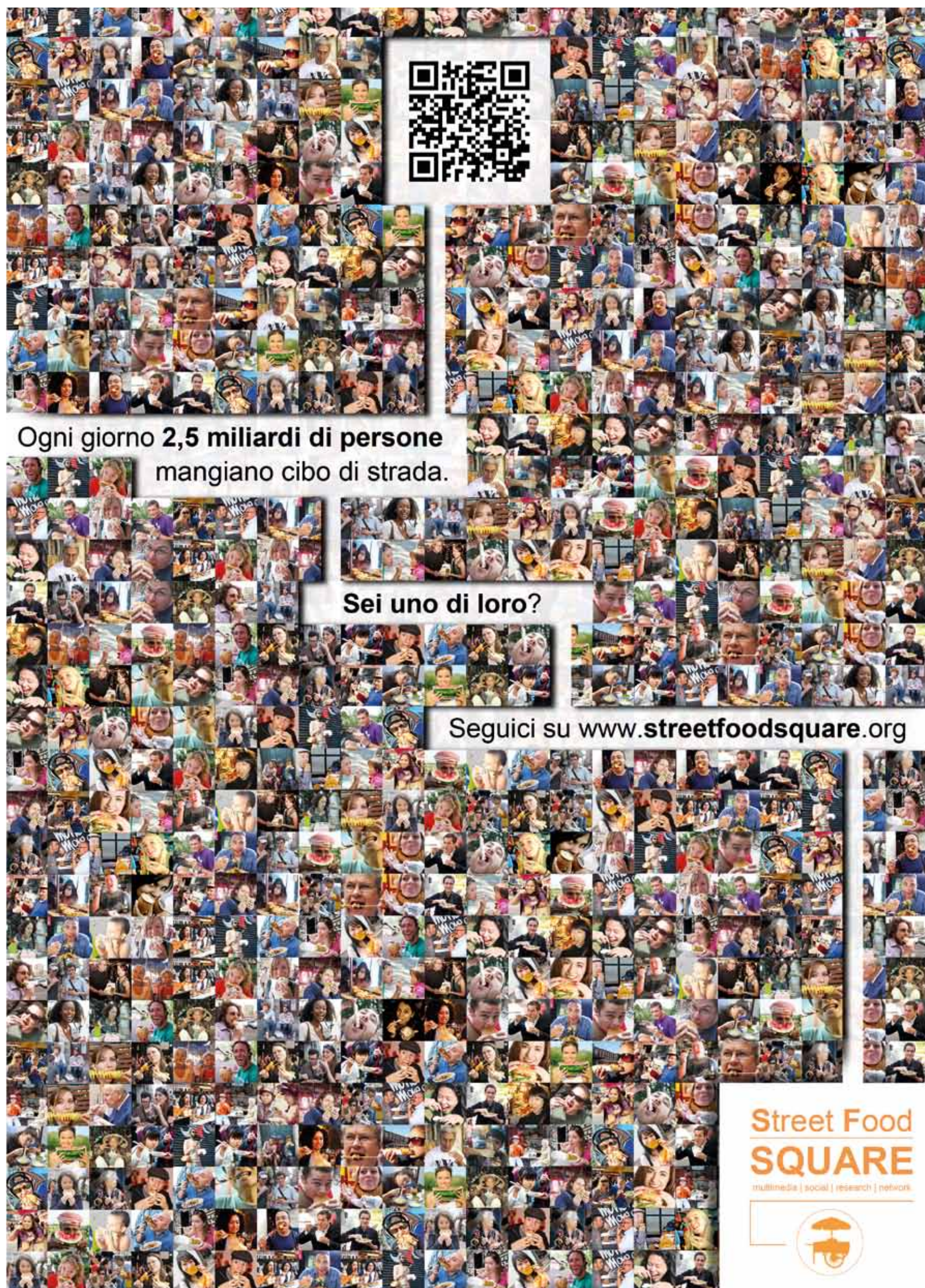
GRAZIE.

For

PROMETEO
PROGETTO MALATTIE EPATICHE
TRAPIANTI ED ONCOLOGIA



PER CONOSCERE IL PROGETTO CASA PROMETEO E FARE SUBITO LA TUA DONAZIONE
WWW.ONLUSPROMETEO.ORG - IBAN IT41 J 05696 01620 000015010X93



Ogni giorno **2,5 miliardi** di persone mangiano cibo di strada.

Sei uno di loro?

Seguici su www.streetfoodsquare.org

Street Food SQUARE
multimedia | social | research | network



Educazione alimentare, un gioco di squadra tra scuola e famiglia

Una buona educazione a tavola ha riscontri positivi sul comportamento e sulla salute. Per questo insegnanti e genitori devono aiutare i bambini e i ragazzi a costruire relazioni intorno al cibo

L'identità e le relazioni umane si costruiscono sin dalla nascita attorno al cibo, la cui assunzione è insieme atto personale e simbolico. Il rapporto dell'uomo con l'alimentazione segue regole inconse, apprese nell'ambito familiare sin dalla prima infanzia. Questa funzione simbolica è particolarmente significativa per noi italiani che assegniamo al "mangiare" una funzione comunitaria, collettiva e non solo individuale, rafforzata da una solidarietà reciproca, per la quale nessuno dovrebbe rimanere solo a gestire il proprio eventuale conflitto col cibo. Conflitto che potrebbe diventare un grave ostacolo all'aspetto relazionale del cibo, se non fosse, al contrario, concepito come spazio d'incontro, in cui si possono esprimere tutte le varianti del confronto, esclusa la violenza. Il "litigio" infatti è un contributo allo sviluppo della persona, all'acquisizione di autonomia e competenze relazionali fondate sulla conquista personale e non sulla proibizione. Nei conflitti si misura la capacità educativa di un adulto: è qui che si possono educare i bambini e i ragazzi alla relazione, all'ascolto, al saperli confrontare e al saper convivere. Per questo motivo è giusto dare importanza al momento del pasto, perché si cresce nutrendosi di alimenti e d'incontri con gli altri.

Saper stare insieme

"Mangiare" però non significa "giocare", come invece sembra succeda sfogliando molte riviste dedicate alle mamme. Non è necessario trasformare verdura e frutta in trenini per fargliela andare giù. Sotto il profilo educativo poi l'essenziale del momento dei pasti è costruire la tavolata, non cucinare per ore. È importante la dimensione affettiva: mangiare insieme senza la tv accesa, chiacchierando e raccontandosi la giornata. È questo che fa del momento dei pasti un rituale, un appuntamento piacevole, educativo e irrinunciabile, nel corso del quale si può anche insegnare che non si parla con la bocca piena, non si dice "fa schifo" ma "a me questo non piace", non s'interrompe qualcuno mentre sta parlando. Regole che rendono quello della tavola un momento sereno, interessante e gradevole per tutti, non precetti per trasformare i bambini in piccoli adulti ingessati da astratte regole di bon ton. Un bambino che è capace di stare con gli altri anche a tavola sarà sempre un bambino molto invitato, con una vita sociale più ricca, interessante e varia.

Buoni esempi e patti chiari

Un aspetto conflittuale legato al cibo riguarda anche il sovrappeso e gli altissimi tassi glicemici che affliggono i bambini con un'alimentazione troppo ricca di carboidrati, grassi e zuccheri. Per imparare ad autoregolarsi il bambino deve avere di fronte dei buoni esempi ed essere abituato a diversi sapori fin dallo svezzamento. Un sug-



gerimento è di cucinare insieme, fornendo ai bambini un'occasione di relazione e di apprendimento, perché è dall'esperienza diretta che passa la vera educazione alimentare. Per concludere, sarebbe utile dal punto di vista pedagogico che le famiglie e le scuole avessero un progetto comune, un patto educativo tra insegnanti e genitori, intendendo la scuola come una preparazione alla vita che integra il modello familiare e non come un luogo di puro e semplice apprendimento. Oggi è sempre più importante che insegnanti e genitori aiutino i bambini e i ragazzi a fare da soli (citazione da Maria Montessori). ■

Tratto da:

Un gioco di squadra tra scuola e famiglia: costruire le relazioni attorno al cibo, Elisa Mendola - CPP, Centro Psicopedagogico per l'educazione e la gestione dei conflitti, Piacenza, in

Mangiare a scuola, Marianna Lambiase e Miriam Bisagni (a cura di), ed. Mattioli

Non aiuta presentare il cibo sotto forma di gioco. Meglio preparare con i bambini la tavola per insegnare che i momenti del pranzo e della cena sono importanti non solo per ciò che si mangia ma per imparare a stare con gli altri, che si tratti di compagni di classe o familiari.



PICCOLO BACCO DEI QUARONI

VIGNAIOLI IN MONTÙ BECCARIA

PRODUZIONE DI VINI NATURALI

Rispettare la natura e assecondare i cicli naturali della vite sono i capisaldi che noi consideriamo inderogabili. Da qui la nostra attenzione alla cura del vigneto con i principi dell'agricoltura biologica, alla lenta maturazione dei vini e alla tradizione.

LA CUCINA DEL PICCOLO BACCO

L'agriturismo dove gustare i nostri vini con l'accompagnamento di cibi semplici ma con una ricerca accurata delle materie prime.

Piccolo Bacco dei Quaroni

Frazione Costamontefedele
27040 Montù Beccaria (Pavia)

TEL +39 0385 60521
MOB +39 339 1402381

www.piccolobaccodeiquaroni.it
info@piccolobaccodeiquaroni.it

L'ingegnere in pasticceria

Ecco come Lorenzo Panzera si è reinventato nel mondo dei dolci, per amore della famiglia e della tradizione lombarda

Passione, farina, esperienza, zucchero, innovazione, cacao. Sono tutti qui gli ingredienti principali dell'avventura di Lorenzo Panzera, che da ingegnere nel settore industriale si è ritrovato pasticciare per seguire una lunga tradizione di famiglia. Agli inizi del '900 Ampelio Panzera aveva aperto la prima pasticceria per produrre i panettoni della tradizione, poi i discendenti hanno continuato fino ad arrivare a Lorenzo. Certamente, non poteva interrompersi così la bella impresa familiare! E così Lorenzo ha lasciato la sua carriera in azienda e ha deciso di aprire dei locali tutti suoi: prima la pasticceria alla Stazione Centrale di Milano, che offre prodotti di alta qualità a chi è di passaggio, ma non solo, e poi la pasticceria in viale Monte Santo, inaugurata a fine 2014.

Nel nuovo locale, futuro e tradizione

«Per me questo è il locale "zero" – racconta Lorenzo Panzera – il principale, anche se è successivo alla pasticceria in stazione che ho inaugurato nel 2010. Qui ho un laboratorio

molto grande, il triplo rispetto al negozio, così da essere organizzato bene e avere lo spazio adatto a lavorazioni più complesse, con macchinari eccezionali e particolari. In verità – ha detto ancora Lorenzo – è stato il perno attorno a cui ho organizzato gli altri ambienti». Nel suo lavoro quotidiano in pasticceria ha cercato di mettere in equilibrio tradizione e innovazione. Il metodo di lavoro è antico, con ingredienti di prima qualità e attrezzature di laboratorio sia moderne che antiche. Le impastatrici e le planetarie (mescolatrici meccaniche, ndr), per esempio, risalgono al 1912, ma Lorenzo, che non ha mai dimenticato la passione per la meccanica, le ha fatte restaurare, perché «sono il top che si possa avere in cucina». Ma a parte gli utensili, quel che conta davvero sono i prodotti e il risultato finale, che è decisamente eccellente. Alla base c'è la pasticceria, come in origine, e, nel bancone trasparente di altissima tecnologia per garantire la perfetta conservazione di ogni preparato, ci sono sempre alcuni dolci della tradizione siciliana, che i Panzera



Lorenzo Panzera è molto fiero del suo lavoro e i suoi dolci hanno già conquistato tutti. Buoni, ma anche belli, sono

conservati in un bancone di moderna concezione, con una ventilazione che mantiene intatti consistenza e gusto.



Carta d'identità
Panzera Milano
Stazione Centrale di Milano – c/o partenza autobus aeroporti
Aperto tutti i giorni dalle 5.30 alle 21.30
Tel. 02 6710 0917
Viale Monte Santo 10, 20124 Milano
Tel. 02 6597327
www.panzeramilano.com
info@panzeramilano.com



hanno voluto mantenere in ricordo della pasticceria che li ha preceduti e che hanno rilevato. Ma tutto è rivisitato in chiave milanese, riducendo le dimensioni e... la dolcezza di torte e pasticcini.

Dolce e salato

«La nostra produzione comprende la pasticceria tradizionale – spiega Lorenzo – e altri prodotti ad hoc per i diversi momenti della giornata, dalla colazione alla merenda passando per il pranzo, con brioches rustiche e torte salate». Tutto realizzato con materie prime di eccellente qualità e solo con lievito madre, senza semilavorati, prodotti chimici, additivi, conservanti o coloranti. Andare nella pasticceria di viale Monte Santo è un po' come entrare in una casa accogliente per lasciarsi tentare da piccole bontà, sfiziose novità o grandi classici, come il panettone. Quello di Panzera è speciale, preparato secondo i dettami originali che regolano ogni passaggio, dagli ingredienti ai tempi di lavorazione e cottura. Tanto buono che è stato insignito del riconoscimento di "Panettone tipico della tradizione artigiana milanese". «Va mangiato fresco – afferma Lorenzo – quindi va comprato e consumato subito. Solo così si può assaporare il vero gusto del panettone, che noi, tra l'altro, prepariamo durante tutto l'anno. È la mia sfida – ha ribadito Lorenzo – tradizione di famiglia ma con un occhio al futuro.» ■

Bianca Senatore

Il laboratorio è molto grande, per avviare produzioni consistenti, anche in occasione di catering.

JOURNÉES DU CINÉMA QUÉBÉCOIS EN ITALIE

giornate del cinema quebecchese in italia
18 - 21 marzo 2015

NOURRITURES TERRESTRES ET NOURRITURES SPIRITUELLES
DALLA SOCIETÀ DELLE PIANTE AL NUTRIMENTO DEL CUORE



TENDENZE

Condimenti per il palato e per la mente

“L'olio alimenta l'eros” è il tema portante della quarta edizione di Olio Officina Food Festival, una tre giorni (22-24 gennaio 2015) interamente dedicata all'olio, all'aceto e ai condimenti

Nessuno trascuri i condimenti, perché sono fondamentali per la buona riuscita e l'armonia di un piatto! E di olio e condimenti si parla alla **quarta edizione di Olio Officina Food Festival**, originale happening dedicato al succo da olive e agli altri condimenti, ideato e diretto dall'oleologo, giornalista e scrittore Luigi Caricato. Tra i chioschi del Palazzo delle Stelline appassionati ed esperti si danno appuntamento per approfondire il tema olio, sotto diversi inusuali profili: culturale, gastronomico, sensoriale, storico-economico e di benessere e, più in generale, sociale e conviviale. Mille voci s'intrecciano per creare un ambiente dove i saperi e i sapori possano liberamente e informalmente confrontarsi.



“Olio Officina Food Festival - Condimenti per il palato & per la mente” è una rassegna molto articolata che prevede anche degustazioni e altre esperienze sensoriali.

olio officina
FOOD FESTIVAL
Condimenti per il palato & per la mente
IDEATO E DIRETTO DA LUIGI CARICATO

MILANO
QUARTA EDIZIONE
Palazzo delle Stelline
22-24 GENNAIO 2015



L'olio alimenta l'eros

È il tema insolito di questa edizione, ma non per questo privo di legami con la storia, proprio a testimonianza di come un prodotto di oltre sei millenni vada vissuto e considerato al di là del proprio ambito, quello della sfera alimentare, entrando così in una prospettiva più ampia e coinvolgendo tutti i possibili linguaggi e ogni possibile interlocutore.

Il programma

- Nell'area cooking si parlerà di come l'olio entri nelle diete, con un focus specifico sulla frittura. Nelle “sale assaggi” ci si potrà confrontare con gli oli in purezza e con quelli aromatizzati, oltre che con gli oli da seme nobili (sesamo, zucca, vinacciolo). Ma non solo olio, perché giovedì 22 gennaio, ci sarà spazio per assaggi di aceto balsamico di Modena, solo su prenotazione. Come pure su prenotazione sono le degustazioni guidate degli oli da olive accompagnate da ricette finger food, con le quali è possibile capire le qualità sensoriali dei condimenti e le diverse possibilità di abbinamento. - Nell'area ludica sono previste specifiche attività per i bambini con il gioco dell'olio e un cartone animato appositamente realizzato. - L'area spettacoli prevede invece un intenso programma con musica e teatro. - Spazio anche alla moda, con la presentazione di gioielli, borse e accessori ispirati all'oliva e riflessioni inoltre su vari temi, dal paesaggio alle architetture dei frantoi, per valorizzarne le forme estetiche oltre alla funzionalità.

L'arte del blending

Si potrà sperimentare personalmente in diversi momenti del festival: nella “sala assaggi” sarà infatti possibile degustare e confrontarsi con le diverse materie prime che diventeranno il blend (una miscela). Dopo questa esperienza, si

Carta d'identità

Olio Officina Food Festival
22, 23, 24 gennaio 2015
Palazzo delle Stelline
Corso Magenta, 61 — Milano
Ingresso: € 15 al giorno; ragazzi fino a 13 anni e studenti universitari con tesserino ingresso gratuito
Orario: 9-21
Info: posta@olioofficina.com;
www.olioofficina.com;
tel. 02.89517576



Luigi Caricato, scrittore, oleologo, giornalista, è autore di diversi volumi dedicati all'olio extra vergine di oliva. Con “Olio Officina Food Festival”, di cui è ideatore e direttore, si propone di sviluppare un laboratorio di idee aperto a tutti.

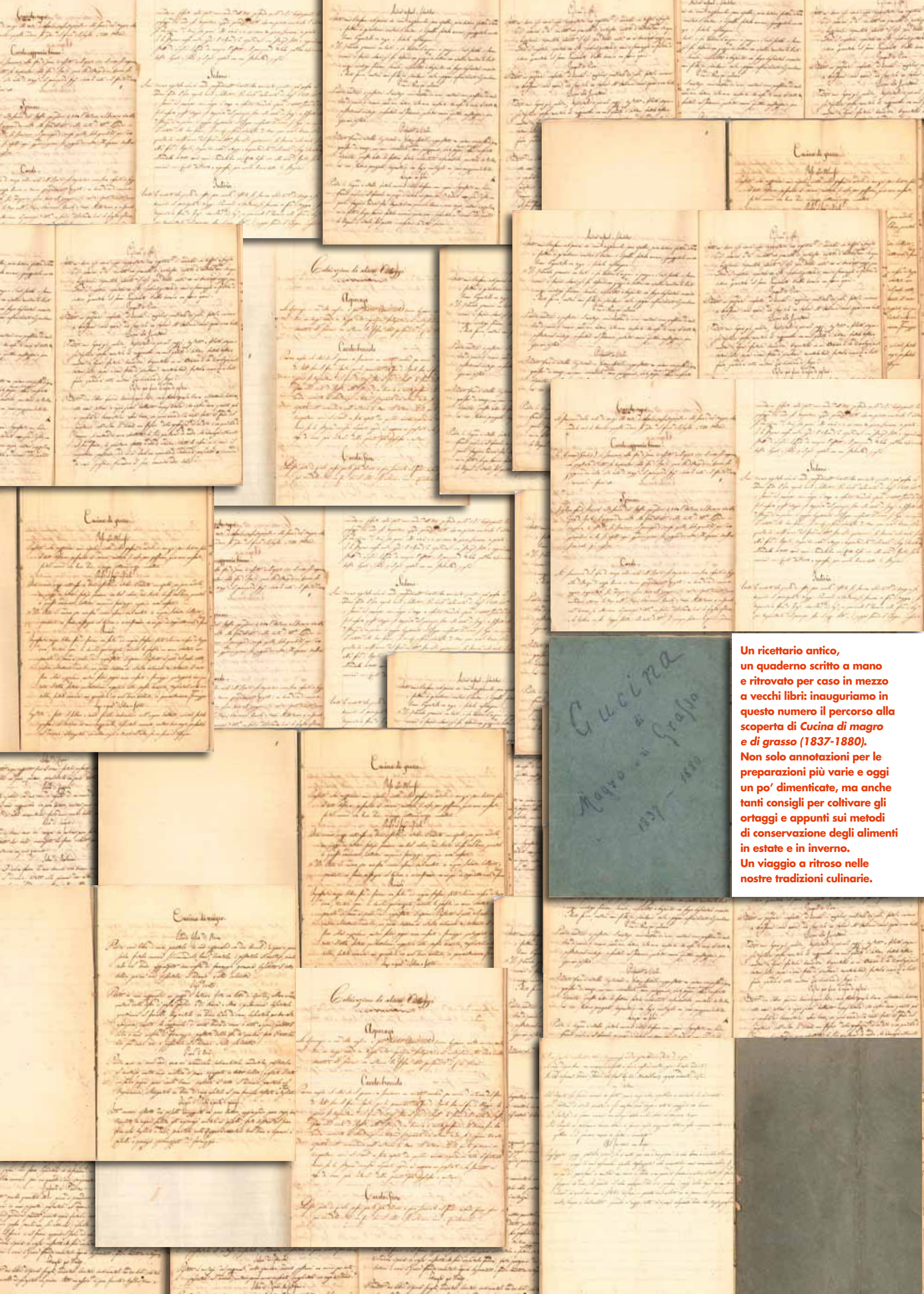


tratta di un happening, con l'olio e i condimenti protagonisti, insieme a un'idea di cucina e di approccio alle materie prime alimentari fondata sui principi del buono, sano, gustoso e, vedrete, anche suadente!». ■

Chiara Fossati

L'obiettivo è riformulare l'abituale approccio con i grassi in cucina, dettato com'è finora più dalla consuetudine e da un sentire comune che non da un sano spirito di confronto.





Antiche cucine e vecchi camini Riso e fegatini

Da un quaderno casalingo dell'800, il profumo di antiche ricette. Ci piace dividerle per riportare alla luce un sapere fatto di esperienza e sobrietà

Cercando tempo fa un certo libro che volevo rileggere e che non ritrovavo più, schiacciato tra due libri dell'800 ho scoperto un quaderno scritto a mano con una grafia inclinata e sottile piena di svolazzi e difficile da decifrare, che recava sulla copertina: *Cucina di magro e di grasso* (1837-1880). Sapevo della sua esistenza, ma non l'avevo mai avuto fra le dita. Ho letto quasi con tenerezza queste ricette, che mi hanno preso per mano e portato nelle vecchie cucine delle mie bisnonne e trisnonne, una delle quali, che non ho mai visto, era in via Sant'Antonio qui a Milano e l'altra, che ho conosciuto in tempo di guerra, in Brianza: una cucina grande, un po' buia, ma con un antico camino di pietra, a soglia alta, nel quale, appeso a una catena o

appoggiato sugli alari, c'era quasi sempre un paiolo o un pentolone borbottante; e dove, di notte, le braci, coperte di cenere alla sera, sopravvivevano mandando un tenue calore fino ai primi chiarori del mattino, quando venivano resuscitate più vive che mai, sventagliandole con un "cre-spin", rustico ventaglio fatto di penne di tacchino. Mi piace l'idea di ridar vita a queste ricette che, insieme a quelle che ho imparato "sul campo" nella cucina della mia nonna, a Milano negli anni Trenta del secolo scorso, trasmetto a chi le vorrà leggere, insieme al fascino e ai profumi di quelle vecchie cucine. A quell'epoca, base fondante del pranzo serale erano le minestre in brodo, quasi sempre a base di riso con... qualcos'altro, che le caratterizzava. C'era il Riso e rape, il Riso e prezzemolo con variante "à la princesse", il Riso e corradella (polmone di vitello), il Riso e bisi (piselli), il Riso e verze, il Riso e punte d'asparagi. Ma una delle più golose era quella di Riso e fegatini.

- Come cucinare Riso e fegatini**
Ingredienti:
- un pugnello scarso di riso a testa (20/25 gr.)
- qualche fegatino di pollo con cuori e "per-dée" (stomaci, ben puliti)
- una patata media ogni 2/3 persone
- un pezzetto di burro (20 gr. circa)
- una tavoletta da brodo ogni due persone (se, per caso, si avesse un po' di brodo di pollo sarebbe il massimo)
- un pugnello di prezzemolo tritato
- circa mezzo litro di brodo o acqua, in mancanza del suddetto brodo, ogni 2 persone
- uno o due cucchiaini di grana

Una pentola normale da minestra e un padellino.
Un tagliere e la mezzaluna.

Preparazione
Mettere a lessare i perdée e i cuori: una volta cotti (almeno mezz'ora), toglierli, tritarli sul tagliere di legno con la mezzaluna e rimetterli nel brodo con il burro e il dado; mettere anche la patata a dadolini; dopo 10 minuti il riso; intanto in un padellino far scottare in un po' di burro i fegatini (ma appena appena, perché se cuociono di più induriscono); a riso quasi cotto, mettere anche i fegatini tritati; a fuoco spento, aggiungere prezzemolo e grana e portare immediatamente in tavola.

Consiglio: si dovrebbe mettere il prezzemolo a fuoco spento, perché altrimenti la vitamina C col calore se ne va per conto suo. Siccome però a me piace anche il sapore del prezzemolo cotto, io adotto una soluzione salomonica: una parte del prezzemolo a metà cottura del riso, l'altra a fuoco spento, insieme al grana. ■
Marisa Sinicato

Un ricettario antico, un quaderno scritto a mano e ritrovato per caso in mezzo a vecchi libri: inauguriamo in questo numero il percorso alla scoperta di *Cucina di magro e di grasso* (1837-1880). Non solo annotazioni per le preparazioni più varie e oggi un po' dimenticate, ma anche tanti consigli per coltivare gli ortaggi e appunti sui metodi di conservazione degli alimenti in estate e in inverno. Un viaggio a ritroso nelle nostre tradizioni culinarie.

Considerato un piatto povero (i fegatini di pollo spesso venivano scartati), "riso e fegatini" è un primo piatto tipico della tradizione contadina.





Basta una mano

Un futuro migliore per 50 bambini haitiani
con l'aiuto di Ayitimoun Yo Italia Onlus

La nostra filosofia:

- difendere i diritti fondamentali dell'infanzia con: cibo, alloggio, scolarizzazione, assistenza sanitaria ... e felicità;
- promuovere un progetto di aiuto coinvolgendo la comunità locale per risolvere la piaga dei bambini abbandonati;
- creare attività agricole collaterali finalizzate a sostenere la struttura di accoglienza e insegnare e formare i giovani aiutandoli a diventare autosufficienti e pronti ad affrontare il mondo del lavoro;
- destinare le donazioni totalmente a favore dei bambini adottando criteri di trasparenza finanziaria.

Il Centro Ayitimoun Yo esiste da 4 anni, è situato nella parte sud dell'isola ad Anse-à Pitre, al confine con la Repubblica Domenicana. Grazie a varie campagne di fundraising, abbiamo comperato un terreno destinandolo in parte all'agricoltura, in parte alla realizzazione di edifici: casette/dormitorio, edificio per i servizi comuni ed edificio scolastico.



AYITIMOUN Yo

Donazioni con bonifico bancario
sul cc di Ayitimoun Yo Italia O.N.L.U.S.,
C.F. 97678010154, presso:



Codice Iban: IT35Q0335901600100000101083
Bic Code: BCITITMX

www.ayitimounyo.org – blog: www.goodnightchildren.tumblr.com – e-mail: info@aymy.eu – ayitimounyo O.N.G.

Via Vigoni, 8 – 20122 Milano – Codice Fiscale: 97678010154 – Registrazione Onlus: 002753 del 14/01/2014
Telefono Presidenza: +39 3332442519 – Telefono Segreteria: +39 3930898411

**A PROPOSITO
DI ACQUA**

Nuove soluzioni energetiche per un'acqua virtuosa

Acqua Minerale San Benedetto riduce i consumi energetici del 15% grazie a una nuova soluzione di E.ON Energia, uno dei più grandi gruppi energetici al mondo

Energy saving, ecosostenibilità e innovazione: le parole chiave del recente accordo siglato tra Acqua Minerale San Benedetto ed E.ON Energia, uno degli operatori leader nel mercato dell'energia e del gas. E.ON realizzerà per Acqua Minerale San Benedetto un impianto innovativo per la produzione combinata di generazione elettrica, riscaldamento e raffreddamento, che consentirà alla società una riduzione annua dei costi energetici del 15% e una diminuzione di emissioni di CO2 di circa 17.300 tonnellate all'anno. Il nuovo impianto, progettato presso lo stabilimento di Scorzè, a Venezia, sarà completamente operativo nell'inverno del 2015 e fornirà ogni anno 100 GWh di energia elettrica e circa 70 GWh di energia termica, insieme a vapore e acqua refrigerata.

L'impronta di San Benedetto

L'accordo con E.ON è solo un ulteriore passo compiuto dall'azienda veneta in linea con la sua filosofia *green*: San Benedetto ha infatti siglato nel 2009 e rinnovato nel 2011 un accordo con il Ministero dell'Ambiente impegnandosi a ridurre le emissioni di CO2 a partire dalla misurazione della *carbon footprint* (l'impronta di carbonio), ovvero l'emissione di gas a effetto serra). Nel periodo 2008-2012, l'azienda di Scorzè ha ridotto, a parità di volumi, le emissioni complessive di CO2 equivalente del 19,4% sulla linea Acqua Minerale San Benedetto, un risultato tre volte al di sopra degli obiettivi fissati dal Protocollo di Kyoto per l'Italia. Sempre a proposito di iniziative *ecofriendly*, nel 2010 San Benedetto ha introdotto sul mercato italiano 1L Easy, il primo formato di acqua minerale a CO2 equivalente compensata (con il 100% delle emissioni neutralizzate attraverso l'acquisto di crediti per la



La linea "progetto ecogreen" San Benedetto è la nuova generazione di bottiglie di acqua minerale studiata per preservare le

risorse del pianeta. I formati da 2L e 1,5L utilizzano il 30% di RPET; il formato "Easy" da 1L utilizza il 50% di RPET.

riduzione dei gas effetto serra). La bottiglia di Easy, inoltre, è attualmente realizzata con il 50% di RPET (PET rigenerato, proveniente dal riciclo della plastica), il massimo previsto dalla normativa: riducendo il fabbisogno di materia prima vergine, si riduce anche il consumo del petrolio. ■



Antiquariato

antonio cuoccio

P.zza Otto Novembre, 6
20129 Milano
Tel. 02 29516189 - 335 6047129

antonio.cuoccio@libero.it
www.antonioquoccio.it

Case dell'Acqua: nuovi progetti per il 2015

Le strutture di erogazione di acqua di rete naturale e frizzante si confermano uno dei servizi più apprezzati dai cittadini. E nel 2015 dissetano l'Expo...



75 milioni di litri erogati in un anno, oltre 6 milioni di litri ogni mese: sono i dati che riassumono il servizio svolto nel 2014 delle 140 Case dell'Acqua realizzate dal Gruppo CAP e attive sul territorio servito dall'azienda idrica, in particolare nelle province di Milano e di Monza e Brianza. Per avere un'idea dei benefici

sull'impatto ambientale, i litri erogati in un anno equivalgono a un risparmio di 50 milioni di bottiglie di plastica da un litro e mezzo, oltre 5000 tir in meno sulle strade, più di 1700 tonnellate di plastica in meno da produrre e smaltire, oltre 2300 tonnellate di anidride carbonica che non sono state immesse nell'atmosfera.

Il prezioso lavoro nascosto

Il progetto è nato alcuni anni fa, con l'obiettivo di valorizzare la qualità dell'acqua di rete, diffondere stili di vita sostenibili e far conoscere ai cittadini il lavoro delle aziende pubbliche per garantire un servizio idrico efficiente. Spesso infatti si tende a dare per scontato un bene così importante e vitale: siamo abituati al fatto che, compiendo un gesto quotidiano e fami-

liare come aprire il rubinetto, abbiamo a disposizione acqua sicura e di ottima qualità. Inoltre la bolletta dell'acqua spesso rientra nelle spese condominiali, contribuendo a lasciare in ombra il lavoro di centinaia di persone che ogni giorno sono impegnate a garantire un servizio efficiente ed ecosostenibile, infrastrutture adeguate e una grande attenzione alle esigenze dei cittadini e del territorio. Per lasciare un segno concreto di questo impegno, a ogni inaugurazione di una Casa dell'Acqua vengono distribuite in omaggio ai cittadini delle bottiglie di vetro che riportano l'etichetta dell'acqua del Comune, con gli ultimi risultati del laboratorio analisi aziendale, confrontati con i parametri di legge: un omaggio per ricordare che bere acqua di rete è una scelta sicura, economica e amica dell'ambiente! ■

Le bottiglie di vetro con l'etichetta dell'acqua del Comune vengono distribuite in omaggio dal Gruppo CAP a tutti i cittadini dei Comuni in cui sono presenti le Case dell'Acqua. Nella foto in alto a sinistra, la Casa dell'Acqua di Vernate (MI).



Chi è il Gruppo CAP

Il Gruppo CAP, composto dalla capogruppo CAP Holding e dall'azienda operativa Amiacque, è una realtà industriale interamente pubblica, che gestisce il servizio idrico integrato in provincia di Milano, Monza e Brianza, Pavia, Varese, Como, secondo il modello *in house providing*, ovvero garantendo il controllo pubblico degli enti locali. Per effetto della recente aggregazione delle aziende lanomi, Tam e Tasm in CAP Holding, oggi il Gruppo CAP, per dimensioni e patrimonio, si pone tra le più importanti monoutility (cioè società specializzate in un settore) nel panorama nazionale per quanto riguarda il servizio idrico.



L'ottima acqua di rete

«Le strutture di erogazione coprono in modo sempre più capillare il territorio – spiega il presidente del Gruppo CAP Alessandro Russo – e si avvicinano quindi sempre di più ai cittadini, che dimostrano grande apprezzamento per la nostra ottima acqua di rete. Un successo che incoraggia il Gruppo CAP a proseguire sulla strada intrapresa: se nel 2014 sono state inaugurate 24 Case dell'Acqua, nel 2015 l'azienda prevede di inaugurare altrettanti nuovi impianti». Senza contare che il 2015 vedrà il Gruppo CAP impegnato insieme a Metropolitana Milanese nella realizzazione di 32 Case dell'Acqua nell'area di Expo, per dissetare i visitatori con l'acqua proveniente dall'acquedotto cittadino.

Sagre e mercati

21-22 febbraio
Carpitaly - Mostra Nazionale del Carpfishing e della Pesca al Siluro
Gonzaga (MN)

Levento più atteso dagli appassionati della pesca in acqua dolce va in scena in un'area espositiva di oltre 12.000 mq. Ci sono aziende produttrici italiane ed europee e si può trovare il meglio del carpfishing (pesca alla carpa) e della pesca al siluro. Sono in programma anche i concorsi come Best in Show per votare il miglior prodotto per la pesca sportiva dell'esposizione.

Fiera Millenaria di Gonzaga s.r.l.
Tel. 0376 58098
info@fieramillenaria.it
www.carpitaly.it



Dal 21 al 24 febbraio
Golositalia 2015
Montichiari (BS)

Una fiera completa per il settore agroalimentare, che si rivolge ai consumatori, agli operatori Ho.Re.Ca. (acronimo di Hotel, Restaurant, Café/Catering, ndr) e ai commercianti. Il nuovo evento fieristico bresciano nasce dall'incontro di Golositalia e Aliment. Obiettivo della Fiera è valorizzare le eccellenze della Penisola, offrendo un percorso suddiviso in 6 aree tematiche: food, wine, beer, bio-vegan-gluten free, professional technology & restaurant (cibo, vino, birra, prodotti per intolleranze bio-vegani-senza glutine, attrezzature professionali).

Sabato e domenica dalle 9.00 alle 22.00

Lunedì e martedì dalle 9.00 alle 19.00
Golositalia&Aliment
Centro Fiera del Garda
Via Brescia 129, Montichiari (BS)
Tel. 030 9523919
golositalia@areafiera.com
www.golositalia.it

Dal 25 al 27 febbraio
BioEnergy Italy - Salone delle Tecnologie per le Rinnovabili
Cremona

BioEnergy Italy (affiancata a Food Waste Management Conference e a Green Chemistry Conference and Exhibition) è una manifestazione riconosciuta a livello in-

ternazionale dove si incontrano le più importanti aziende del settore delle energie rinnovabili. La fiera, alla terza edizione, è organizzata in collaborazione con Chimica Verde e Legambiente. Cremona è il più grande distretto italiano per la produzione di energia da fonti rinnovabili. Qui si possono incontrare i maggiori investitori: aziende agricole, industrie alimentari, amministrazioni territoriali.

Dalle 9.30 alle 18.00
Fiera di Cremona
Piazzale Zelioli Lanzini 1
Cremona
Tel. 0372 598011
affarigenerali@cremonafiere.it
www.bioenergyitaly.com

La redazione contatti



Cibi
Arte e scienza del cibo
periodico gratuito
anno 3 - n. 1
Milano
22 gennaio 2015

Direttore responsabile:
Paola Chessa Pietroboni

Art director

Marco Matricardi – matricardi@fastwebnet.it

Redazione

Claudia de Luca – claudia.deluca@cibiexpo.it

Flavio Merlo – flavio.merlo@cibiexpo.it

Marta Pietroboni – marta.pietroboni@cibiexpo.it

Chiara Porati – chiara.porati@cibiexpo.it

Bianca Senatore – bianca.senatore@cibiexpo.it

Relazioni istituzionali

Arianna Censi – arianna.censi@gmail.com

Consulenza scientifica

Flavio Merlo – Sociologo

flavio.merlo@unicatt.it

Ettore Capri – Ordinario di Chimica agraria

ettore.capri@unicatt.it

Fotografia: Chiara Visconti

Immagini di copertina:

foto di Zhu Ke: Chiara Visconti; minimali, dall'alto in basso: Chiara Visconti, Chiara Visconti, Cap Holding.

Per le foto di p. 21 si ringraziano l'Istituto Marcelline di via Quadronno a Milano e la Società Pellegrini Group S.p.A. che ne gestisce il servizio di ristorazione.

Realizzazione editoriale: Cibi srl

Redazione e segreteria:

via Ausonio 9, 20123 Milano

Telefono: 02 91437802

Email: redazione@cibiexpo.it

Editore: Cibi srl

Presidente del consiglio d'amministrazione

Paola Chessa Pietroboni

Sede legale: viale Montenero 7, 20135 Milano

P.IVA: 08210050962

Fotolito: OneDot, Milano

Stampa: Industria Grafica Rabolini srl,

via Tanaro snc, Parabiago (MI)

Stampato su carta riciclata certificata PEFC

App. – A. matt.

Registrazione n. 104 del 3/04/2013

presso il Tribunale di Milano

© 2014 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.

Commerciale

Giuseppe Morengi

tel. 02 89053131/89053132

advertising@beepomnimedia.it

Ufficio stampa e comunicazione

Alfredo Lomi – alfredo.lomi@cibiexpo.it

Pubbliche relazioni

Marta Pietroboni – marta.pietroboni@cibiexpo.it



Visita il sito www.cibiexpo.it
Troverai approfondimenti, contenuti extra e la versione digitale dei numeri precedenti di Cibi.

**Nella prossima uscita:
Donatella Bianchi,
il WWF per la sostenibilità
del pianeta**



SPAZIO

LA NUOVA ESPOSIZIONE INTERATTIVA

14-15

FEBBRAIO

Due giorni dedicati alla cometa
più famosa del momento.
Incontri con ricercatori,
attività interattive e visite guidate
per scoprire come si esplora lo Spazio
e che cos'è la sonda Rosetta.



Casco per tuta spaziale sovietica Sokol • anni '70 • Collezione Antonio Spada

**MUSEO
NAZIONALE
SCIENZA
E TECNOLOGIA
LEONARDO
DA VINCI**

PARTNER DI PROGETTO

Avio

OHB
CGS

FINMECCANICA

Selex ES
A Finmeccanica Company

Telespazio
A Finmeccanica/Thales Company

ThalesAlenia
Space

OMEGA
SWISS MADE SINCE 1848

VITROCISET

DESTINY

AEROSEKUR
SAFETY GATES

PARTNER TECNOLOGICO

SAMSUNG

CON IL CONTRIBUTO DI
fondazione
cariplo

Unione
Ginevrini
Bakeri
Scientifici

Club LUNA AL MUSEO
Sostenitori della campagna
Conquistiamoci la Luna

MEDIA PARTNER

TVM
TELEVISIONE TV

WIRE
EYEZONT CONTIN NAST

PARTNER TECNICI

MAPEI

ETT

AURIGA

PARTNER ISTITUZIONALI

Ministero dell'Istruzione,
dell'Università e delle Ricerche

Regione Lombardia

CAMERA DI
COMMERCIO
MILANO

MILANO, VIA SAN VITTORE 21 • WWW.MUSEOSCIENZA.ORG