

CAMPOBASSO. Il 30 settembre 2023, nella Sala "Domenico Fratianni" del Circolo Sannitico di Campobasso, si è tenuto un interessante incontro in occasione della Giornata Internazionale del Caffè, che ricorreva il giorno dopo.

Alla presenza di un folto pubblico, della Sindaca della Città Paola Felice, di ospiti prestigiosi, tra cui il Vice Presidente Vicario dell'Accademia Italiana della Cucina Mimmo D'Alessio e di esperti relatori, si è parlato di questa bevanda, che da sempre scandisce le pause della nostra giornata e di cui spesso non riusciamo a fare a meno, con l'intento di soddisfare diverse curiosità. Come mai siamo così legati a questo rito quotidiano della tazzina di caffè? Quali sono i maggiori produttori e le migliori varietà? Quali sono gli effetti sulla nostra salute? Quale il suo utilizzo nella cucina moderna?

Moderatrice del convegno Gabriella Iacobucci, consulente segretario della Delegazione locale.

Ernesto Di Pietro, in qualità di **Delegato di Campobasso dell'Accademia Italiana della Cucina**, ha aperto i lavori. «Il caffè è una vera attualità gastronomica. Quando parliamo di qualsivoglia alimento dovremmo chiederci da dove proviene, da cosa è composto, quale sapore deve avere, e dovremmo apprendere anche la sua storia. Attraverso questo tipo di conoscenza, "il cucinare e il mangiare" passano dalle cucine e dalle tavole alla cultura popolare ed accademica.

L'uso delle bacche del caffè ha una storia millenaria nell'alimentazione umana ed è ancora oggetto di studi sulle proprietà terapeutiche, salutistiche, culinarie e gastronomiche.

Il medico naturalista Prospero ALPINI - ha raccontato Di Pietro - fu il primo a parlare di caffè in Europa.

Nel 1580, durante un viaggio in Egitto al seguito del Console della Repubblica Veneziana a Il Cairo, venne in contatto con questa pianta; ritornato a Venezia, nel 1592 diede alle stampe il *De plantis Aegypti*,

Al convegno della Delegazione di Campobasso dell'Accademia Italiana della Cucina

La storia del caffè dalla piantina alla tazzina, fino alla cucina

dove descriveva, per la prima volta, la pianta del caffè e la bevanda che si ricava tostando i suoi semi.

Quindi da sempre ci siamo occupati delle proprietà del caffè, dei suoi tanti componenti ed aromi. Ma è davvero capace di stimolare in modo particolare le papille gustative degli amanti della buona cucina? Qual è il rapporto di noi italiani con il caffè, per molti un piacere irrinunciabile?

In un articolo di Massimiliano Tonelli, apparso sul quotidiano *La Repubblica* tempo fa, si provava a sfatare un mito: noi Italiani ci riteniamo grandi esperti e detentori del miglior caffè al mondo, ma in realtà non distinguiamo una varietà dall'altra e molti di noi non saprebbero nemmeno citarne una.

I bar ne offrono un solo tipo, non chiediamo nemmeno quale sia, basta che sia caffè: questa bevanda un po' bruciata, caldissima che assumiamo come fosse una "medicina".

Tanti sono gli aspetti che hanno generato questa convinzione: la superficialità, i luoghi comuni, un po' di nazionalismo a volte inadeguato.

Un altro equivoco gastronomico è per esempio il fatto che noi Italiani zuccheriamo a volontà, ma una bevanda che ha bisogno di tanto zucchero fa pensare a qualcosa da migliorare e così non è, e può risultare dannosa perché così facendo assumiamo inutile saccarosio. Abbiamo la certezza che il caffè debba avere quel sapore, proprio quello lì, quasi sempre simile a quello del carbone, frutto di una tostatura non rispettosa che, però, carbonizzando i chicchi, elimina tutti i difetti, ma pur-

troppo anche gusto e profumo.

Apprezzare un vero caffè è un'altra cosa: significa individuare profumi di frutta rosa, sentore pungente di agrumi, profumi fermentati del vino o di certe tipologie di tè.

Una buona caffetteria - ha continuato il Delegato Di Pietro - dovrebbe consigliare un caffè diverso, che abbia una carta d'identità, un attestato di sensibilità ecologica e sociale, una storia che parte dal coltivatore fino ad arrivare alla preparazione dell'espresso.

Tanti sono i luoghi comuni sull'argomento: quello più conosciuto, che rimanda alle famose tre "C" di Napoli, andrebbe superato. Un caffè non deve essere per forza caldo e bollente. Se è buono lo si può apprezzare anche freddo; stesso discorso vale per la tazzina, che non deve necessariamente ustionare polpastrelli e labbra. Le tre "C" potrebbero invece significare: "Condivisione, Cultura e Calore umano".

Il caffè dunque, e non solo a Napoli, è tutto questo e tanto altro, se fatto con amore.

Quindi cambiamo approccio a questo rito, facciamo ricerca condivisa, interrogiamoci, sviluppiamo un senso critico che richiede necessariamente la conoscenza della materia prima» - ha concluso Di Pietro.

A seguire **Sebastiano Delfino**, professore associato di Agronomia e Coltivazioni Erbacee presso l'Università degli Studi del Molise ha pre-



sentato in maniera accattivante la pianta del caffè ai presenti, valorizzandone funzioni e potenzialità spiegando poi le peculiarità delle due varietà più conosciute, quali l'arabica e la robusta, e sottolineando l'importanza di una tostatura rispettosa, finalizzata all'esaltazione delle essenze e degli aromi, contenuti nei chicchi.

Invece **Magda Katsoura Colozza**, diplomata in Botanica ed Erboristeria e Mastro torrefattore della Ditta Monforte di Campobasso, ha catturato l'attenzione con racconti ed immagini dei suoi viaggi spesso avventurosi nei paesi tropicali, produttori di caffè, per procurarsi una materia prima di qualità. Ha illustrato le difficoltà di acquisto, legate alla variabilità dei prezzi, fissati da una e vera e propria Borsa del caffè e al rischio di imbattersi in partite di qualità scadente. La certificazione di Caffè Biologico, ha riferito la

botanica, è il risultato di regole rigide, che garantiscono coltivazioni, pratiche di raccolta e lavorazione rispettose dell'ambiente e riconosciute come organiche da un Ente internazionale.

Ha illustrato poi le diverse preparazioni di caffè ed ha richiamato il protocollo SCA (Specialty Coffee Association) proprio per distinguere un caffè commerciale da uno speciale, valutato organoletticamente con una metodologia disciplinata. L'obiettivo è avere semplicemente un caffè autentico e senza difetti. Dunque non si punta ad un prodotto necessariamente complesso, ma semplicemente ad un caffè incontaminato, che non presenti sentori di legno, durezza o asprezza in tazza.

Carlo Pedicino, diabetologo, direttore medico presso la Casa di Cura Villa Maria di Campobasso, ha poi illustrato gli effetti sia positivi che nega-

tivi del caffè sull'organismo e sulla salute in genere.

Ha evidenziato le principali proprietà benefiche del caffè come: l'effetto stimolante sull'attività digestiva, la diminuzione dell'appetito e la riduzione della sensazione di fame, le proprietà antiossidanti e antinfiammatorie, il funzionamento come analgesico contro il mal di testa, le proprietà cardiotoniche, la protezione dalla depressione.

Di contro, ha continuato Pedicino, i rischi per la salute non mancano: il caffè può aumentare i livelli della pressione sanguigna nel breve termine, a causa dell'effetto vasocostrittore della caffeina; può interferire con il metabolismo di alcuni farmaci, prolungandone o potenziandone gli effetti. Ha infine smentito molte dicerie, di nessuna validità scientifica, affermando che il consumo di caffè non ha alcun effetto sull'incidenza del cancro.

Ciliegina sulla torta è stato l'intervento di **Lucio Testa**: cuoco e titolare del "Contrasto Restaurant" di Cerce Maggiore, che ha illustrato con l'ausilio di suggestive immagini, l'uso del caffè nelle sue diverse forme, a completamento di alcuni piatti.

A chiudere i lavori il Vicepresidente Vicario **Mimmo D'Alessio** che ha sottolineato l'importanza di questi convegni tra le tante attività dell'Accademia Italiana della Cucina che quest'anno festeggia il settantesimo anniversario della fondazione, avvenuta a Milano all'Hotel Diana nel 1953 ad opera di Orio Vergani.

Insomma grazie a questo convegno è stato evidenziato quanto potenziale ci sia in un piccolo chicco che, dopo un lungo e fortunato cammino, da bevanda profumata e piacevole, potrebbe anche trasformarsi in un valido ed eclettico ingrediente.

I premi dell'Accademia Italiana della Cucina

L'evento accademico si è concluso con la **CONSEGNA DEI PREMI AIC 2023** da parte del Delegato di Campobasso **Ernesto Di Pietro** e del Vicepresidente Vicario **Mimmo D'Alessio**:

PREMIO "MASSIMO ALBERINI" a "Casa Priolo s.r.l." di Bojano di STEFANO PRIOLO assegnato, a nome della Delegazione, a quegli esercizi commerciali che da lungo tempo, con qualità costante, offrono al pubblico alimenti di produzione propria, lavorati artigianalmente con ingredienti di qualità eccellente e tecniche rispettose della tradizione del territorio.

PREMIO "GIOVANNI NUVOLETTI" a ELISA VITONE va a persona che abbia contribuito in modo significativo alla conoscenza e va-

lorizzazione della buona tavola tradizionale regionale.

Nel 2021 ha ideato e pubblicato il libro *"Terra e sapori - Il cuore antico del Molise a tavola"* una raccolta di ricette, riferimenti storici, aneddoti e curiosità; il testo è corredato da immagini di grande impatto visivo.

DIPLOMA DI BUONA CUCINA al "Contrasto Restaurant" Cerce Maggiore di LUCIO TESTA

per l'eccellenza dei piatti proposti che, pur rimanendo nel solco della migliore tradizione culinaria molisana, si caratterizzano per la qualità e per l'ingegnoso apporto innovativo; detti piatti non nascono per caso, ma sono frutto di ricerca e sperimentazione. Il ristorante è recensito con tre tempie nella Guida online dell'Accademia.



◆ Premio "Massimo Alberini" a Stefano Priolo



◆ Premio "Giovanni Nuvoletti" a Elisa Vitone



◆ Diploma di Buona Cucina a Lucio Testa