

CIVILTÀ DELLA TAVOLA

ACCADEMIA ITALIANA DELLA CUCINA



ACCADEMIA ITALIANA DELLA CUCINA
ISTITUZIONE CULTURALE DELLA REPUBBLICA ITALIANA
FONDATA NEL 1953 DA ORIO VERGANI

www.accademia1953.it



ISSN 1974-2681

N. 331, NOVEMBRE 2020 / MENSILE, POSTE ITALIANE SPA SPEDIZIONE IN ABBONAMENTO POSTALE 70% ROMA AUT MP-AT/C/RW/

NOVEMBRE 2020 / N. 331

DIRETTORE RESPONSABILE
PAOLO PETRONI

COORDINAMENTO REDAZIONALE
SILVIA DE LORENZO

PROGETTO GRAFICO E IMPAGINAZIONE
SIMONA MONGIU

IN QUESTO NUMERO SCRITTI E RICETTE DI
VITO AMENDOLARA,

FRANCO RAIMONDO BARBABELLA, GIUSEPPE BENELLI,
IRENE BOERO, ELISABETTA COCITO,
ALESSANDRA D'ATTILIO, SILVIA DE LORENZO,
PIERLUIGI DI GAETANO, FLAVIO DUSIO,
FERRUCCIO FRANZA, GABRIELE GASPARRO,
MARILENA MORETTI BADOLATO,
GIGI PADOVANI, MORELLO PECCHIOLI,
PAOLO PETRONI, GIORGIO MARIA ROSICA,
GIANCARLO SARAN, ALDO E. TAMMARO,
SARA VENTURINO, ANDREA VITALE, ROBERTO ZOTTAR.

CREDITI FOTOGRAFICI
ADOBE STOCK, MONICA POLLONI.



EDITORE
ACCADEMIA ITALIANA DELLA CUCINA
VIA NAPO TORRIANI 31 - 20124 MILANO
TEL. 02 66987018 - FAX 02 66987008
PRESIDENTE@ACCADEMIA1953.IT
SEGRETERIA@ACCADEMIA1953.IT
REDAZIONE@ACCADEMIA1953.IT
WWW.ACCADEMIA1953.IT



PERIODICO MENSILE
REGISTRATO PRESSO IL TRIBUNALE DI MILANO
IL 29-5-1956 CON IL N. 4049
SPEDIZIONE IN ABB. POSTALE 70%

QUOTA ASSOCIATIVA BASE INDIVISIBILE
E 150,00, DI CUI AI SOLI FINI POSTALI E 50
PER L'INVIO IN ABBONAMENTO DELLA RIVISTA

STAMPA
DIGITALLAB SRL
VIA GIACOMO PERONI 130, ROMA

STAMPATO
SU CARTA ECOLOGICA
CERTIFICATA FSC



SPEDIZIONE
S.G.S., VIA MENALCA 23, ROMA

CODICE IN MATERIA DI PROTEZIONE
DEI DATI PERSONALI

L'Accademia Italiana della Cucina, quale titolare del trattamento, con la presente nota informa che i dati personali degli associati sono trattati nel rispetto di principi di correttezza, liceità, trasparenza nonché di tutela della riservatezza e dei diritti dei propri associati per dare esecuzione alla gestione del rapporto associativo, come previsto dallo Statuto e dal Regolamento dell'Associazione, e per eventuali finalità connesse. I trattamenti sono svolti da soggetti autorizzati, in forma cartacea e informatica, in conformità con quanto previsto dal Regolamento UE sopra indicato e dalla normativa nazionale vigente. Per prendere visione dell'informativa completa prevista ai sensi del Regolamento UE, in particolare, per conoscere i diritti spettanti agli associati si rimanda al sito web dell'Associazione.



Rivista associata
all'Unione Stampa
Periodica Italiana



L'ACCADEMIA ITALIANA DELLA CUCINA
È STATA FONDATA NEL 1953 DA ORIO VERGANI
E DA LUIGI BERTETT, DINO BUZZATI TRAVERSO,
CESARE CHIODI, GIANNINO CITTERIO, ERNESTO DONÀ
DALLE ROSE, MICHELE GUIDO FRANCI, GIANNI MAZZOCCHI
BASTONI, ARNOLDO MONDADORI, ATTILIO NAVA,
ARTURO ORVIETO, SEVERINO PAGANI, ALDO PASSANTE,
GIAN LUIGI PONTI, GIÒ PONTI, DINO VILLANI,
EDOARDO VISCONTI DI MODRONE,
CON MASSIMO ALBERINI E VINCENZO BUONASSISI.



In copertina: Elaborazione grafica dell'opera
"Spirito della casa, Natura morta con gatto" (1910)
di August Macke, Collezione privata

Focus del Presidente

3 Grande è la confusione
sotto il cielo
(Paolo Petroni)



Attualità • Costume • Società

4 Il giandujotto di Torino
punta alla Igp
(Gigi Padovani)



6 I supermercati possono aiutare
a risolvere gli sprechi alimentari
(Giorgio Maria Rosica)

Tradizioni • Storia

8 La lezione di Paolo Mantegazza
su *La Scienza in cucina*
di Pellegrino Artusi
(Giuseppa Benelli)

10 Dalla canna mellis
al "chupa chups"
(Elisabetta Cocito)



In copertina appare un Codice QR o QR Code, cioè uno di quei codici a barre con la forma quadrata che possono essere letti tramite le fotocamere dei cellulari e degli smartphone Android e iPhone. Quando trovate un QR Code potrete usare un'applicazione del vostro iPhone o smartphone con la fotocamera per decodificarlo e vedere cosa nasconde. Per leggere i codici QR è necessaria anche un'applicazione per la scansione, da installare sullo smartphone Android o su iPhone, che permette, puntando la fotocamera sul codice, di estrarre e decodificare le informazioni. Su Android potrete utilizzare, per esempio, la app **BarCode Scanner**, mentre su iPhone e iPad potrete scegliere **I-Nigma** oppure **QR Reader**. Basta far leggere a tablet o smartphone il codice QR in copertina, e immediatamente il dispositivo si collega al sito dell'Accademia. Dai prossimi numeri della rivista poi, con i QR Code che verranno pubblicati, potrete accedere a nuovi e interessanti contenuti interattivi del sito dell'Accademia.



- 12** L'arte in scena e l'arte in tavola
(Sara Venturino)

Territorio • Turismo • Folklore

- 14** "A Valeggio fanno
gli agnolini buoni"
(Morello Pecchioli)



- 16** Una minestra contesa: la jota
(Roberto Zottar)

- 18** Il vino e il suo museo
(Marilena Moretti Badolato)

- 20** La pitina: un curioso salume
della pedemontana friulana
(Giancarlo Saran)

- 22** Lumachella di Orvieto
(Franco Raimondo Barbabella)

- 24** Il melone d'inverno
"Purceddu di Alcamo"
(Pierluigi Di Gaetano)



- 26** Casu axedu, un semplice
e salutare formaggio
(Irene Boero)

Cucina • Prodotti • Tecnologia alimentare

- 28** La respirazione dei vegetali
(Flavio Dusio)

- 30** Alla corte del re Castelmagno
(Ferruccio Franza)

Salute • Sicurezza • Legislazione

- 32** Conoscere gli alimenti
(Andrea Vitale)

- 35** Consumare i funghi
con accortezza
(Gabriele Gasparro)

- 36** La dieta smartfood
(Alessandra D'Attilio)

- 38** Nutrinform Battery,
l'etichetta educativa
all'acquisto di cibo
(Vito Amendolara)



In libreria

- 40** Recensioni di Aldo E. Tàmmaro

Le rubriche

- 41** Riunione Centro Studi
"Franco Marengli"

- 42** Eventi e Convegni
delle Delegazioni

- 43** Accademici in Primo Piano

- 45** Attività e riunioni conviviali
Calendario Accademico

- 60** Biblioteca Nazionale
"Giuseppe Dell'Osso"

- 61** Carnet degli Accademici

- 62** International Summary



Grande è la confusione sotto il cielo

La situazione attuale è eccellente solo per il coronavirus.

"Grande è la confusione sotto il cielo", affermava Mao Zedong, "quindi la situazione è eccellente!". Mao si riferiva al caos della società cinese, all'inizio degli anni Sessanta, che avrebbe favorito il suo moto rivoluzionario. Oggi, invece, la grande confusione che viviamo favorisce gli scontri politici e sociali e rende la situazione eccellente solo per il coronavirus. Non si era mai visto, nemmeno 8 mesi fa, un caos di tali dimensioni. Tutti contro tutti. Un guazzabuglio di pseudoscientifici cosiddetti esperti, politicanti, amministratori, giornalisti che straparano e si contraddicono da un giorno all'altro. In una celebre riunione ministeriale, un membro chiede il coprifuoco a partire dalle ore 18, un altro propone le 20, un altro ancora le 23, alla fine decidono, tanto per stare nel mezzo, per le 22. Su quali dati decidono? Così, a occhio? C'è da rabbrivire.

I dati statistici che quotidianamente ci tormentano sono solo una parte della verità

Abbiamo più volte detto che i dati statistici, che quotidianamente ci tormentano, sono solo una parte della verità, quelle che mancano sono molte altre informazioni quali l'età, le malattie concomitanti, ma prima fra tutti **l'origine o fonte del contagio**. Ci sono questi dati? Senza tali evidenze come si può decidere cosa fare? Perché chiudere i ristoranti e i bar alle 18 e non alle 19? Perché chiudere le pasticcerie e lasciare aperti i fornai? Perché chiudere i centri estetici e lasciare aperti i parrucchieri? Perché chiudere cinema e teatri? Si va anche in questi casi a fiuto? In particolare i nostri ristoranti sono stati oggetto di limitazioni molto stringenti: distanze tra i commensali, sanificazioni, mascherine, tavoli contingentati. Non è servito a nulla. Si chiude alle 18: prima il virus dorme, dopo infetta. E in tutto questo marasma spuntano sempre gli imbecilli che propongono di rinchiudere in casa, per proteggerli, i cosiddetti anziani, perché sono quelli che muoiono di più. Chi l'avrebbe mai detto! Senza parlare dello sprezzo per il ridicolo, tipo emettere un decreto per "ristorare" i "ristoratori". Oppure cambiare il tricolore in rosso, arancione e giallo.

di Paolo Petroni
Presidente dell'Accademia



La situazione iniziale, destinata a peggiorare rapidamente

Prima c'era il verde, ma dava troppo l'idea di pace e tranquillità, quindi si trasforma in giallo.

La divisione delle zone gialle, arancioni e rosse è basata su un algoritmo

La divisione è fatta tramite un **algoritmo**, affermano, quindi con metodo scientifico. È bene chiarire che l'algoritmo è una **trappola pseudoscientifica** che serve a giustificare scelte meramente politiche o personali. Infatti, per definizione, l'algoritmo è un procedimento che risolve problemi in base a delle istruzioni. Basta cambiare gli elementi del calcolo e le istruzioni e il risultato cambia. Oggi quando si vuole far credere che le decisioni vengono prese da un elaboratore e non a capocchia si parla di algoritmo, nessuno sa cosa sia e come funzioni e tutti zitti. Siamo consapevoli che la situazione è pesante in tutto il mondo, ma i sacrifici si farebbero più volentieri se fossimo convinti della loro utilità e le decisioni fossero prese sulla base di informazioni vere e affidabili. Anche i **Carabinieri**, dopo moltissimi anni, hanno abbandonato il loro vecchio motto: "Usi obbedir tacendo, e tacendo morir", preferendo un meno impegnativo e meno truce "Nei secoli fedele".



Il giandujotto di Torino

punta alla Igp

di Gigi Padovani

Accademico onorario di Torino Lingotto

Un gruppo di cioccolatieri e di industrie piemontesi hanno costituito un comitato per ottenere il riconoscimento europeo con un rigoroso disciplinare.

Ha l'inconfondibile forma di una barchetta rovesciata, profuma di cacao e nocchie, ed è il **primo cioccolatino incartato al mondo**: è il giandujotto, che da metà Ottocento è **uno dei simboli di Torino**. Oggi si trova in tante cioccolaterie dei cinque conti-

nenti, perché ha ormai perso il suo esclusivo legame con la capitale subalpina, **città che gli diede i natali durante le celebrazioni del Carnevale del 1867**. Ora, dopo un tentativo non riuscito agli inizi di questo secolo, un gruppo di artigiani e di imprese industriali piemontesi sta lavorando per arrivare a una tutela europea del "Giandujotto di Torino" attraverso il riconoscimento della Igp, l'Indicazione Geografica Protetta. In Europa, l'Italia è il Paese in testa alla classifica per il numero di prodotti Igp e Dop (Denominazione di Origine Protetta, con una regolamentazione più stringente): ne abbiamo 343 su 1.460. Dall'ottobre del 2018 ne fa parte anche, per la prima volta, una specialità a base di cacao, **il cioccolato di Modica, che si è così affiancato ad altre dolcezze tricolori protette dal bollino di Bruxelles: i cantucci toscani, il pampepato di Ferrara, il torrone di Bagnara, il panforte e i ricciarelli di Siena**. Quando hanno saputo di essere stati anticipati dai siciliani, gli artigiani torinesi si sono dati da fare creando un comitato, al quale hanno

aderito, a oggi, una quarantina di aziende piemontesi. A guidarlo è un giovane cioccolatiere, **Guido Castagna**, noto al grande pubblico come protagonista di trasmissioni tv: ha il suo laboratorio e *show-room* a Giaveno, vicino Torino, ed è stato nominato Presidente. Al lavoro ci sono vari esperti: giuristi, economisti, docenti di design, storici e anche la Camera di Commercio di Torino ha dato il suo contributo, mettendo a disposizione il laboratorio di analisi.

La particolarità del cioccolato di Modica, nato nella Contea spagnola della Sicilia Orientale, nel XVI secolo, come *chocolate a la pedra*, è la sua lavorazione arcaica quasi a freddo, che lascia intatti i cristalli di zucchero e consente agli artigiani di produrre tavolette ancora "croccanti". In realtà si tratta di un difetto, storicamente superato grazie alle conche e alla raffinazione del cioccolato: va detto che in origine quei blocchetti di "cioccolatte" erano destinati a essere sciolti in casa per farne tazze di bevanda calda. Ma tant'è, oggi è molto di moda, ed è una bandiera del territorio e un richiamo turistico.

Fra i trenta campioni analizzati, si prevede l'utilizzo della Nocciola Piemonte Igp

"Anche il giandujotto di Torino ha caratteristiche uniche. Lo scopo della nostra iniziativa - spiega Guido Castagna - è quello di **dare la giusta paternità al cioccolato gianduja nella sua forma più tipica**, che è nato qui a Torino e prima dell'invenzione del fondente conquistò l'Europa per la sua piacevolezza. Inoltre,





nel nostro disciplinare, che stiamo elaborando con il coinvolgimento di tutti e dopo aver analizzato più di trenta campioni, prevediamo l'utilizzo della Nocciola Piemonte Igp. Quando avrà raggiunto il riconoscimento auspicato, **sarà la prima specialità Igp ad avere come ingrediente un altro prodotto Igp**."

La ricetta, senza latte in polvere, nacque infatti **dal matrimonio tra cacao e nocciole e fu un espediente degli artigiani torinesi**, una sorta di surrogato atto a supplire alla mancanza delle fave di cacao provenienti dall'America Centrale.

Le importazioni erano state fermate dal Blocco Continentale, decretato da Napoleone Bonaparte nel 1807, come ritorsione contro gli Inglesi dopo la sconfitta di Trafalgar. Sulle colline piemontesi, le piante di *Corylus Avellana* erano ampiamente disponibili e a Torino, che già nel 1700 era una capitale europea del "cibo degli dei", si industrializzarono per utilizzarle in sostituzione del cacao, non ancora coltivato in Africa.

Non è una leggenda. Vi sono riscontri in pubblicazioni dell'epoca, come il libretto pubblicato nel 1813 a Venezia da Antonio Bazzarini, dal titolo *Piano teorico-pratico di sostituzione nazionale al cioccolato*. L'autore è un letterato, che dichiara di volersi rendere utile alla nazione. E scrive: "La noce del Cacao, albero sconosciuto a un tempo del nuovo Mondo, ha saputo purtroppo smungere dalle borse europee que' tanti milioni di volontario tributo, che un cieco entusiasmo prodigo profonda in favore d'estere nazioni, frattanto che i generi delle natie contrade, che ben possono equipararne il vanto, giacensi negletti ne' chiusi fondaci". In pratica, spiega che **le fave di cacao costavano troppo, mentre al loro posto si possono utilizzare "vegetali assai nutritivi", come "l'occidental nocciola"**, che "ridotti in massa, e misti con altre sostanze formar possono una confezione al par del cioccolato leziosa e salubre". Con il risultato di fornire "meno aggravio allo stomaco", cioè di essere più digeribili.

Il disciplinare prevede una percentuale di nocciole dal 30 al 45%

Il segretario del Comitato Giandujotto Igp Piemonte è l'avvocato Antonio Borra, produttore di nocciole in Alta Langa: "Abbiamo eseguito un'attenta analisi compositiva e organolettica di una trentina di campioni e abbiamo individuato le percentuali di nocciole che indicheremo nel disciplinare: da un minimo di trenta per cento a un massimo di quarantacinque per cento". Esistono infatti diverse modalità di lavorazione di questo tesoro subalpino della cioccolateria: può essere estruso (come se uscisse da un *sac-à-poche*); estruso e tagliato; stampato e realizzato a mano secondo l'antica tecnica delle "coltelle" usate dalle operaie del 1800. Tutte saranno ammesse.

Lo scrittore torinese Bruno Gambarotta ha affermato in un suo libro che "il giandujotto è la prova dell'esistenza di Dio", ma probabilmente il Comitato non uti-

lizzerà questa poetica definizione. **Il professor Giovanni Peira, ricercatore e docente al Dipartimento di Management dell'Università di Torino, dovrà elaborare il documento di sintesi**: "Sarà un lavoro ancora lungo. Presenteremo la nostra ricerca alla Regione Piemonte, che dovrà dare il primo via libera, seguito da quello del Ministero delle Politiche Agricole e infine la richiesta sarà esaminata dalla Commissione Europea a Bruxelles. Prevediamo che **occorreranno circa tre anni**, se tutto va bene, ma pensiamo che le ricadute territoriali e commerciali saranno positive sia per l'industria sia per gli artigiani. Abbiamo già trovato documenti ufficiali risalenti agli anni Sessanta, in cui si cita appunto il 'Giandujotto di Torino' come oggetto di accordi bilaterali tra l'Italia e la Svizzera e la Francia".

Fu la maschera Gianduja a "battezzare" quel cioccolatino

Fu la maschera Gianduja a "battezzare" quel cioccolatino alla nocciola con il suo nome, **durante il Carnevale del 1867**, e **i primi a produrlo**, già da una decina d'anni, erano stati i "fabbricanti di cioccolato" **Caffarel Prochet**, cui andò, nel 1869, la concessione del re Vittorio Emanuele II come **"fornitori della Real Casa"**. In quegli anni Torino aveva perso il suo ruolo di capitale d'Italia, trasferita nel settembre 1864 a Firenze, con una rivolta di popolo che causò 62 morti, perché le truppe in piazza San Carlo spararono sulla folla. Per risarcimento ai cittadini, il Comune istituì, a Carnevale, **le "Giandujeidi", una sorta di Eurochocolate ante-litteram**, con bancarelle piene di giandujotti per le vie cittadine.

Ora nel capoluogo subalpino provano a superare la crisi determinata dal declino industriale e dalla pandemia: questo Giandujotto di Torino Igp (rigorosamente con la "j", come un tempo, dicono dal Comitato) sarà una dolce "bandiera" del territorio che potrà ridare un po' di gioia (e di affari) a tutti.



I supermercati possono aiutare a risolvere gli sprechi alimentari

di **Giorgio Maria Rosica**

Delegato di Singapore-Malaysia-Indonesia

Le dinamiche del cibo perso o non consumato e una riflessione su come i supermercati possano contribuire a contenere il fenomeno.

Lo spreco alimentare è un fenomeno strisciante e globale. Cresce con il crescere della popolazione. Porta disagio. Influisce su tutto e su tutti. Per le sue dinamiche è sotto la lente di ingrandimento di numerosi soggetti, come Stati sovrani e grandi multinazionali. Per questa chiacchierata ho scelto l'ottica del supermercato.

Nel mondo, circa il 30% dei prodotti alimentari finisce in rifiuti quando l'80% è ancora commestibile. Ciò equivale a gettare circa 500 Kcal al giorno per ogni persona del pianeta. Con l'aumento della popolazione aumenta l'insicurezza alimentare. È paradossale che **ogni anno venga sprecato**, da fornitori, rivenditori e consumatori, **circa il 45% di tutti i tipi di frutta e verdura, il 35% di pesce e frutti di mare, il 30% di cerea-**

li e il 20% di carne e latticini (*The Guardian*). I Paesi industrializzati e in via di sviluppo dissipano all'incirca le stesse quantità di cibo.

L'impatto ambientale ed economico dello spreco di cibo a livello globale

Gli sprechi alimentari sono causati da una mancanza di adeguata pianificazione, acquisto e preparazione di troppo cibo, errori nella lavorazione industriale e nel seguire le politiche di sicurezza alimentare, vincoli gestionali, finanziari e tecnici, *over-merchandising* e, non ultimo, il comportamento del consumatore.

Ogni anno si spreca un volume di acqua



pari a tre volte il Lago di Ginevra e si generano inutilmente 3.3 mld di tonnellate di CO₂, occupando una superficie agricola di 1.4 mld di ettari, pari al 28% del totale del terreno agricolo mondiale, con una perdita economica di circa 750 mld di euro (FAO).

I supermercati possono aiutare a migliorare la gestione delle risorse alimentari. Leader come Kroger, Sainsbury, Tesco, Carrefour e Wal-Mart sono ben posizionati per migliorare la sostenibilità della filiera e ridurre gli sprechi, perché, grazie ai loro collegamenti diretti con agricoltori, trasformatori e consumatori, hanno la possibilità di influenzarne ogni aspetto e apportare cambiamenti virtuosi. In Italia, Conad, Coop, Eurospin, Esselunga e non solo hanno simili opportunità. Lo stesso vale per NTUC, Cold Storage, Giant e altri a Singapore.

Le inefficienze di attori e connessioni della filiera mettono pressione al modello dei supermercati costringendoli a intervenire. Il loro è un modello ad alto volume e basso margine, che li rende vulnerabili a concorrenza, fluttuazione dei prezzi e agli umori dei consumatori. Inoltre, i *super-discount store* come Aldi, Lidl e Amazon ne stanno ulteriormente schiacciando i sottili margini. I supermercati hanno bisogno di efficienza nella *supply chain* (catena di fornitura) e questa passa anche dal contenimento degli sprechi alimentari.

La strategia dell'efficienza poggia su quattro elementi fondamentali

1. Riduzione dell'inventario e relativi costi di gestione, acquisendo sistemi di tenuta dell'inventario avanzati, con applicazione di funzionalità di automazione modulabili su più SKU (*Stock Keeping Unit*) e tipi di prodotto. Whole Foods e Target, negli Stati Uniti, stanno già utilizzando il software dove sono state inserite le configurazioni dei loro negozi, in modo che le consegne avvengano direttamente allo scaffale di vendita. Tali tecnologie ridurrebbero l'inventario e i relativi costi di



gestione con contestuale contenimento degli sprechi.

2. Migliorare il coordinamento agricoltore-acquirente. Lo spreco alimentare inizia nelle aziende agricole. Ciò è in parte dovuto alla tendenza a coltivare più del necessario per ragioni di *hedging* (copertura del rischio). Se i rivenditori iniziassero a lavorare a più stretto contatto con gli agricoltori o incoraggiassero i propri intermediari a farlo, condividendo dati previsionali di vendita, conoscenze e tecniche che migliorino produttività e qualità dei prodotti, si stabilirebbe un **ciclo virtuoso di produzione, distribuzione e vendita con riduzione di costi e sprechi**. Ne beneficerebbe anche l'indirizzo di eccessi di derrate alimentari verso strutture come Caritas, Banco Alimentare.

Le grandi catene di vendita dovrebbero anche entrare in collaborazioni agrotecniche con gli agricoltori per ridurre i rifiuti e favorirne un accesso differenziato al mercato e alla distribuzione (Cortilia in Italia e Farming Data in UK, per esempio).

3. I grandi supermercati devono modificare o eliminare le pratiche che comportano sprechi. I supermercati hanno abbracciato standard di qualità che **enfaticano l'aspetto di frutta e verdura, portandoli a rifiutare prodotti dall'apparenza marginalmente imperfetta** (*wonky*). Catene di alimentari, quali Asda (Walmart, USA) e Morrisons (UK), stanno sperimentando con discreto successo il recupero e la vendita di prodotti *wonky* a prezzi scontati. Qualcosa si sta muovendo anche in Italia. Kroger, M&S, Sainsbury e, in Italia, Banco Alimentare, stanno costruendo con successo sistemi per distribuire eccessi di cibo (commestibile ma non vendibile) a organizzazioni benefiche e non solo (Citicibo in Italia, LeanPath ed Entonics in UK). Anche **la data di scadenza** sulle

etichette **contribuisce allo spreco alimentare**. I consumatori, ma pure gli stessi rivenditori, spesso, interpretano erroneamente il messaggio e **scartano prematuramente i prodotti**. I supermercati, in quanto proprietari di *marchi*, hanno iniziato a svolgere un ruolo di *leadership* nello standardizzare le etichette, così come a migliorare gli imballaggi per estendere la durata di conservazione dei prodotti. In prima fila troviamo Walmart che ha standardizzato per il suo marchio Great Value, la dicitura "Eccellente se consumato entro il", il che unito all'imballaggio dà più flessibilità alla gestione.

4. I supermercati debbono sensibilizzare e fare squadra con i consumatori. L'entità dei rifiuti alimentari dei consumatori, è indice della disponibilità di reddito. Nei Paesi industrializzati, **più del 40% delle perdite e sprechi si verifica a livello di vendita al dettaglio e al consumo**. Solo il 3% delle persone attribuisce uno status sociale al buttar via il cibo. I supermercati possono contribuire a sensibilizzare ed educare i consumatori e soprattutto i giovani a contenere i rifiuti alimentari domestici e non.

Uno studio di Sainsbury (UK) mostra che i consumatori considerano i supermercati come una fonte di ispirazione e guida per ridurre gli sprechi alimentari **grazie alle riviste gratuite e App utilizzate per promozioni**, condividere ricette, riciclare avanzi e conservare il cibo.

Di successo l'iniziativa di Kroger "Zero Hunger, Zero Waste" (zero fame, zero rifiuti) per interagire con i consumatori e raccogliere idee per combattere lo spreco alimentare e la prevenzione della fame.

I supermercati hanno bisogno di connettersi in modo nuovo ed efficace con le esigenze e i desideri dei clienti. Sono sulla buona strada.



La lezione di Paolo Mantegazza

su "La Scienza in cucina" di Pellegrino Artusi

di Giuseppe Benelli

Accademico della Lunigiana

Il professore apprezzava il ricettario, che sapeva intrecciare la ricerca di alimenti sani con le indicazioni pratiche sulla combinazione dei pasti.



Paolo Mantegazza

Il 4 agosto 1820, a Forlimpopoli, nasceva Pellegrino Artusi, commerciante, banchiere, letterato e appassionato di cucina. Era **un gentiluomo dal palato esperto, che seguiva una metodologia scrupolosa nell'elaborare e raccontare ricette**. Un "malinconico scapolo" che amava la buona cucina, la casa linda, i rami lustri, i bauli della biancheria colmi, le file dei libri legati. "Fu un bell'uomo forte: vestì sempre bene di panno raso; ebbe orgogliosa cura delle sue basette granducali". **Paolo Mantegazza**, nato a Monza undici anni dopo, il 31 ottobre 1831, è stato un fisiologo, patologo, igienista, neurologo, antropologo darwiniano e instancabile divulgatore di cultura.

Rassomigliava nei tratti del volto a Buffalo Bill, gli stessi baffi e pizzetto, con la lunga capigliatura. Cattedratico universitario, condusse una campagna importante contro i pregiudizi e le abitudini deleterie per la salute attraverso scritti e conferenze particolarmente accattivanti. Eletto deputato in Parlamento, fu nominato Senatore del Regno e Presidente della Società Italiana di Igiene.

Quali i rapporti fra due personaggi lontani per cultura e formazione?

Che rapporti hanno avuto questi due personaggi differenti per età e lontani per cultura e formazione? **Che cosa li ha avvicinati fino a creare un rapporto di stima reciproca e di amicizia?** Sono

proprio **le lezioni universitarie dell'antropologo Mantegazza inerenti agli alimenti a farli incontrare**. Artusi frequentava l'ateneo fiorentino dopo che, nel 1852, con tutta la famiglia, si era trasferito nel capoluogo toscano, a seguito della tragica rapina e della violenza a una sorella da parte delle bande del Passatore, il brigante Stefano Pelloni. Nel 1869, **Mantegazza fondava il Museo nazionale di antropologia ed etnologia** aperto al pubblico, dove teneva conferenze di grande successo. Negli anni in cui Firenze diveniva capitale del Regno d'Italia, Pellegrino scriveva una *Vita di Ugo Foscolo* e *Osservazioni in appendice a trenta lettere di Giuseppe Giusti*, che ebbero poca fortuna, ma lo legarono d'amicizia a studiosi come Mantegazza. Negli appunti del professore dell'ateneo fiorentino troviamo traccia di quel signore elegante e timido col "taglio all'Umberta", che seguiva le sue lezioni sugli alimenti. Nell'*Autobiografia*, Artusi ricorda quelle conferenze, dopo il desinare, trascorse in compagnia di poche signore dalla relativa avvenenza che seguivano scrupolosamente i suggerimenti del maestro. Nel *Dizionario d'igiene per le famiglie* del 1866, Mantegazza raccomandava alle donne: "Prima di alzarsi dal letto una zuppa con buon brodo o una tazza di cioccolatte con pane burrato. Verso le undici, colazione con prosciutto grasso, due uova al burro, birra o caffè con panna. A pranzo, ricotta o minestra di riso, fritti, farinacei e carne grassa. [...] Molti pasticcini, formaggi grassi, pochissimo caffè e pochissimo tè". Anche Artusi la pensava come Mantegazza, prendendo le distanze dalle donne pallide "come le vecce fatte nascere al buio per adornare i sepolcri il

giovedì santo" e prive di quella "ciccia soda" che piaceva agli uomini: sono "isteriche, nevrotiche ed anemiche" perché non si concedevano mai un piatto di carne e un bicchiere di vino.

Mantegazza diventò testimonial de "La scienza in cucina"

La prima edizione del suo lungo impegno *La scienza in cucina e l'Arte del mangiar bene* veniva pubblicata dalla Tipografia Landi ed era distribuita dalla casa editrice Bemporad di Firenze. **Artusi la pagava di tasca propria, ma non riusciva a vendere il libro** fino a quando Mantegazza prendeva a cuore l'opera e ne diventava *testimonial*: "**Col darci questo libro voi avete fatto un'opera buona e perciò vi auguro cento edizioni**". Il professore apprezzava il ricettario che sapeva intrecciare, sin dal titolo, **la ricerca positiva di alimenti sani con le indicazioni pratiche sulla combinazione dei pasti**. La diffusione del libro era lenta, ma l'autore cominciava a ricevere lettere da tutta Italia: c'è chi lo ringraziava per aver spiegato un piatto, chi lo rimproverava per averlo "tradito". Artusi incrementava il volume con ricette provenienti dai suoi corrispondenti non senza averle debitamente riscritte, commentate e, soprattutto, provate. L'Italia delle locande e delle ricette, conservate gelosamente dalle padrone di casa, concorreva alla tavola di Artusi nella bella casa di Piazza d'Azeglio a Firenze. Una materia viva che porterà a 15 edizioni e a un numero crescente di ricette: dalle 475 originarie alle 790 della versione postuma.

Ai fornelli, gli instancabili Marietta Sabatini e Francesco Ruffilli

Mentre in cucina circolavano i due gatti Bianchino e Sibillone, ai fornelli provavano e riprovavano gli instancabili Marietta Sabatini e Francesco Ruffilli, **suoi assi-**



stenti in cucina e sua disperazione per i continui litigi. Marietta, nata in un paese tra Lucca e Pistoia da una famiglia contadina, ha reso possibile la grande impresa del ricettario insieme al cuoco romagnolo Francesco, assunto qualche tempo dopo. **Esperimenti culinari che, come racconta Marietta, "talvolta riuscivano, talvolta no**. Per il 'Cappone in vescica', per esempio, sciupò otto capponi!". **A lei Artusi dedicava il "Panettone Marietta"**: "È una brava cuoca e tanto buona ed onesta da meritare che io intitoli questo dolce col nome suo, avendolo imparato da lei". E quanto lei abbia contribuito, insieme a Francesco, alla riuscita del gran libro, lo dimostra il fatto che **Artusi lasciò a loro in eredità i diritti d'autore**, oltre l'orologio d'oro all'uno e la catena all'altra per obbligarli a spartirsi in fraternità i guadagni. Artusi non cucinava, ma correggeva, rivedeva le dosi, riscriveva i procedimenti, integrava i suggerimenti, spiegava e commentava con riflessioni personali. Mentre in cucina sobbolliva la "minestra di carne passata", Pellegrino nello studio elencava gli ingredienti e **descriveva le procedure con un italiano chiaro, semplice e corretto. Tutto condito da ricordi e aneddoti**, espressi in una lingua discorsiva, istruttiva e signorilmente confidenziale. Uomo colto, **prestava molta attenzione all'aspetto lingu-**

stico, revisionando l'ortografia e sostituendo parole francesi con quelle italiane. Il ricettario si legge quasi come un "romanzo", dove si incontra Mantegazza che ha voluto dedicargli il suo *Almanacco* del 1893 con 25 ricette.

Un testo letterario quanto mai moderno e attuale

Un testo letterario quanto mai moderno e attuale, difficilmente eguagliabile, che rappresenta **una sorta di filosofia del buon gusto**. *La scienza in cucina* usciva con una lettera prefatoria del "maledetto" Lorenzo Stecchetti, quell'Olindo Guerrini che ha scritto *La cucina degli avanzi*, e con il patrocinio di **Mantegazza che in due conferenze lo magnificò**, mentre sua moglie Maria lo faceva conoscere in America. Del resto i coniugi Mantegazza erano molto grati all'amico anche per avergli messo a disposizione la cuoca Orsolina di Massa che "ogni giorno cambia piatti e sono tutti eccellenti", anche se in seguito si rivelò "donna lussuriosa, spendacciona e forse ladra, sicché venne poi licenziata". Del resto nelle buone famiglie borghesi si godeva a tavola, ma poi non si accettava che l'eros delle cuoche avesse affermazioni diverse da quelle culinarie.



Dalla *canna mellis* al “*chupa chups*”

di **Elisabetta Cocito**
Accademica di Torino

*Evoluzione e declino
delle caramelle, piccole
pepite golose.*

Cosa di più semplice e antico di un dolcetto caramellato retto da un bastoncino? Si dice sia stato **Goffredo da Buglione a importare dalla Siria, all'epoca della prima Crociata nell'anno Mille, i rudimentali bastoncini di zucchero da *canna mellis*, ossia da canna da zucchero, da cui deriva la parola spagnola *caramel*, poi italianizzata in *caramella***. Da allora, la fantasia, la maggior disponibilità di prodotti e l'evoluzione delle tecniche hanno consentito la creazione di un mondo colorato, allegro e anche di piccoli toc-casana che ci ha accompagnato fin da bambini. Piccole pepite golose, a volte nude nella loro essenzialità, ma più frequentemente avvolte in abiti eleganti o

sgargianti, seducenti e anche spiritosi. La produzione di confetti e pasticche si deve, fondamentalmente, alla diffusione dello zucchero ottenuto dalla lavorazione industriale delle barbabietole.

*In Piemonte, le prime “caramelle”
erano fatte di sciroppo di zucchero
e decozione di farina d'orzo*

In particolare, in Piemonte, le prime *caramelle* erano fatte di sciroppo di zucchero e decozione di farina d'orzo: **la pasta ottenuta, una volta cotta e versata su una pietra a solidificare, veniva tagliata a pezzetti** creando, così,





rudimentali caramelle. **Torino divenne luogo di eccellenza per la produzione di caramelle:** qui, all'inizio del XIII secolo, era già esistente la "**Università dei Confettieri e degli Acquavita**" per concessione del re Carlo Emanuele III. Un testo interessante di riferimento è sicuramente *Il confetturiere piemontese*, stampato a Torino nel 1790, che ci insegna come le tecniche fossero ancora empiriche (e anche a rischio di infortunio sul lavoro, aggiungo io): "Si bagna il dito nel zucchero alla cottura detta 'caramel' e subito nell'acqua fresca e quindi sotto i denti. Se non si attacca ai medesimi allora sarà cotto".

Più recente è il libro *Il caramellista e confettiere* di **Giuseppe Ciocca**, il quale, all'inizio del 1900, era forse **il più famoso e importante pasticciere italiano**. Il volume, corredato di disegni esplicativi, è stato testo di riferimento per generazioni di confettieri. Particolarmente interessanti sono le illustrazioni degli strumenti, allora all'avanguardia, per realizzare i *bon bon*. Vediamo come **il sistema di cottura a fuoco diretto fosse stato abbandonato a favore delle macchine per la cottura a vapore** le cui pompe consentivano l'estrazione dell'umidità dall'intera massa di prodotto. Sono illustrate macchine a manovella per tagliare le caramelle dure (*rochs*), macchine per fare i *berlingot* (cuscineti) da passare poi sotto l'apposita pressa per ricavare lucide caramelle *misto fantasia* oppure ripiene. Grande rilievo viene appunto dato alle **caramelle ripiene** (specialità del nostro autore sono quelle **farcite allo zabaione**) il cui incarto è stato oggetto di uno studio apposito.

Il Ciocca sottolinea come **l'evoluzione delle macchine incartatrici** abbia consentito la creazione di vari tipi di incarto "Col vantaggio di una grande e perfetta produzione". Affascinanti sono i disegni dei decori con cui ornare la superficie delle caramelle, vere e proprie miniature raffiguranti fiori, frutti, piccoli animali e forme geometriche.

I prodotti di confetteria si diffondono nella seconda metà del 1800

Nella seconda metà del 1800 si diffondono i prodotti di confetteria, grazie appunto allo sviluppo delle tecniche e degli strumenti. **A Torino**, per esempio, inizia la **produzione artigianale** e semi-industriale **di pasticche di alta qualità**. Cito, tra le tante aziende, la Leone, ancora attiva e prospera sul mercato, che ha creato le originali pastiglie multicolori racchiuse in eleganti scatolette di latta; Baratti conquista il mercato con la *classica* e la *dura* e così tante altre, alcune scomparse, altre che ancora tramandano la tradizione con i loro prodotti.

Se anticamente **le caramelle avevano per lo più una funzione balsamica**, nel tempo sono state pensate e realizzate per il mondo dell'infanzia, sebbene, in realtà, anche gli adulti le apprezzano (lo zucchero ha sempre valore consolatorio). In epoca di uso disinvolto dei coloranti, molte caramelle spiccavano per i loro colori vivaci e a volte improbabili, ma spesso irresistibili. Più eleganti erano le *charms* Alemagna, caramelle dure, mul-

ticolori raccolte in un involto di carta colorata. Lussuose e dall'incarto raffinato le *fondant* alla frutta, di forma rettangolare; maschie e consolatorie le *Lys Bar* (il bar in tasca) ripiene ai diversi liquori; morbide e avvolgenti le *mou* o *toffee* al caramello o, più severe, alla menta e liquirizia.

Nel 1926 nascono le caramelle Rossana, ideate da Luisa Spagnoli

Nel 1926 nasce, per volontà di Luisa Spagnoli allora alla guida della Perugina, la caramella *Rossana*, nome derivato da Roxanne, la donna amata da Cyrano, che deve la sua fortuna non soltanto al **cremoso ripieno alla mandorla e nocciola**, ma anche al suo **incarto rosso fuoco**, diventato iconico e amato da piccoli e grandi.

Alcune caramelle si identificano talmente con la nazione di origine da diventare quasi un prodotto bandiera. Nel 1908, lo statunitense **George Smith**, ispirandosi all'antica *canna mellis* copiò l'idea del dolcetto sul bastoncino **inventando il lecca-lecca**, il disco piatto di caramella infilata su un bastoncino, chiamandolo *Lollipop*, dal nome di un cavallo da corsa. Da allora il vocabolo *lollipop* è entrato nella lingua e nel dizionario inglese. Fu, però, **lo spagnolo Enric Bernat** a rivoluzionare il lecca-lecca **inventando il chupa chups** nel 1958. Bernat ridusse le dimensioni e diede al dolcetto la caratteristica forma a sfera studiata per consentire una quantità sufficientemente appagante da consumare in un tempo adeguato. Il termine *chupa chups* è poi entrato nel lessico comune ed è noto ovunque.

L'invasione massiccia, soprattutto dall'America, di prodotti industriali in pratiche confezioni stick più competitive ha mandato in crisi la caramella tradizionale rendendo fuori tempo i vasi di vetro colmi di chicche colorate.

Il comparto sopravvive grazie alla qualità e all'eleganza dei prodotti, unite alla tenacia dei produttori nel mantenere viva la tradizione.



L'arte in scena e l'arte in tavola

di Sara Venturino

Musicologa, food writer

*“Mangiare, amare,
cantare e digerire
sono i 4 atti
di quell'opera comica
che è la vita”
(Gioachino Rossini)*

Monumento a Chopin, Parco Łazienki, Varsavia

“Se la musica è l'alimento dell'amore, seguitate a suonare, datemene senza risparmio, così che, ormai sazio, il mio appetito se ne ammali, e muoia”.

Sicuramente qualcuno avrà riconosciuto la celebre frase con cui **il Duca Orsino, ne La Dodicesima Notte di Shakespeare, paragona la musica al nutrimento dell'anima innamorata.**

Musica e cibo hanno sempre avuto un collegamento a filo doppio perpetuato nei secoli, dai banchetti allietati da musica degli antichi Egizi, fino ai “conviti” rinascimentali del 1500 e dintorni.

L'aspetto curioso è che se un tempo pal-

co e cucina erano luoghi complementari, ma separati nella loro frequentazione, a un certo punto cominciarono a confondersi: da appassionati gourmet, **musicisti e compositori, posata la bacchetta o lo strumento, cominciarono a dilettersi in cucina in prima persona**, divenendo non solo apprezzati cuochi per la loro cerchia di amici e ammiratori ma, addirittura, creatori di ricette che presero il loro nome e che ancora oggi apprezziamo.

In realtà, soprattutto **nell'epoca del grande melodramma** - in cui le star della musica operistica, tra compositori e cantanti famosi, abbondavano - si verificò anche il fenomeno opposto, per cui **grandi chef del momento dedicavano le loro nuove creazioni culinarie agli idoli di turno**, in uno scambio di reciproca ammirazione.

*Tra i “grandi mangioni”
spiccano i nomi di
Bach e Händel*

Dalle cronache e dalle biografie dei grandi musicisti si evince che davvero pochi erano esenti dai piaceri della buona tavola, mentre una gran parte era addirittura nota per i propri eccessi. Tra i “grandi mangioni” spiccano i nomi di Bach e Händel. Sembra che il primo, ogni volta che si trovava in un luogo a collaudare un nuovo organo, pretendesse, oltre all'onorario, anche un lauto banchetto inaffiato da fiumi di birra, mentre il secondo era talmente noto per il suo appetito, da essere raffigurato dall'amico Joseph Goupy in una caricatura (dal ti-





tolo *L'incantevole bruto*) come un maiale che suona il piano, seduto su una botte e contornato da leccornie. Pare che Händel non abbia gradito e l'amico - ormai ex - sparì misteriosamente dal suo testamento.

Altre testimonianze riportano che **Mon-teverdi**, quando componeva, voleva essere circondato da pietanze di ogni tipo, soprattutto a base di **carne di maiale**, o che **Beethoven**, che di solito saltava la cena, quando andava in taverna recuperava apprezzando **grandi quantità di maccheroni con il parmigiano o di zuppa**, in cui rompeva non meno di 12 uova alla volta.

Nota era la passione di Vivaldi per il risotto - che ordinava in mille varianti - **e per il pesce** (sembra che i ricettari barocchi ne annoverassero più di 200 versioni), e quella di **Salieri per i marron glacé**. **Chopin**, dal canto suo, che visse quasi tutta la vita da esule, aveva una vera e propria **ossessione per i cibi polacchi** e li cercava ovunque si trovasse. Ci sono poi personaggi particolari, come **Erik Satie**, noto stravagante nella vita e nell'arte, che col cibo aveva un rappor-

to davvero curioso e complesso. Come testimonia lui stesso in suo scritto, **mangiava quasi esclusivamente cibi bianchi** e in versione semplice: sale, zucchero, uova, grasso animale, noce di cocco, vitello, riso, formaggio bianco, alcuni pesci, pollo, e - *dulcis in fundo* - ossa tritate. Peraltro, aveva una grande ammirazione per l'arte culinaria, ma era ossessionato dall'idea che sarebbe morto soffocato da un boccone; avvenne, invece, per cirrosi epatica.

Per alcuni compositori, il cibo è stato anche fonte di ispirazione. In piena diatriba tra Milano e Vienna circa l'attribuzione della paternità della cotoletta impanata, **Johann Strauss** scrisse la sua "**cotolekt-polka**" per esaltare la celebre pietanza; purtroppo, ironia della sorte, la partitura andò bruciata. In tempi più recenti, nel 1947, **Leonard Bernstein** si ispirò al libro di ricette di Emile Dumont *La Bonne cuisine française* per la sua suite **Quattro ricette per voce e piano**.

Il talento culinario di Puccini, Verdi e Rossini

Tre nomi su tutti brillarono non solo per il loro talento musicale, ma anche per quello culinario: Rossini, Verdi e Puccini. **Puccini** sviluppò fin da ragazzo la passione per la buona tavola, e si dice amasse riunire gli amici nella sua casa di Torre del Lago e cucinare per loro, **inventando molte ricette** per l'occasione. Aveva una grande passione anche per la caccia, e gli piaceva cucinare la cacciagione; una delle sue ricette più famose è, per l'appunto, **folaghe rosolate alla Puccini**, insieme a quella dei **fagioli al fiasco**, piatto della tradizione toscana che amava riproporre, o farsi preparare, nella sua locanda preferita.

Verdi, invece, **fu il più raffinato nel suo approccio al cibo**, un vero e proprio buongustaio, profondo conoscitore dei prodotti della sua terra, l'Emilia, tanto da diventare vero e proprio ambasciatore gastronomico. Quando viaggiava, faceva sempre in modo di portarsi dietro i suoi cibi preferiti dovunque andasse:

pasta, parmigiano, prosciutti, salumi, spesso con molte complicazioni per riuscire a nasconderli ai doganieri, oppure li inviava ai suoi molti amici come regalo, quando non li invitava a gustarli direttamente nella sua residenza, in cui organizzava spesso grandi pranzi conviviali. Fu anche imprenditore agricolo, e molto attento alla gestione della cucina della sua residenza, Villa Sant'Agata: **si dice che facesse il provino ai cuochi** che volevano entrare alla sue dipendenze come ai cantanti e, una volta assunti, discuteva e creava i piatti insieme a loro.

Il principe dei gourmet fu sicuramente Rossini. Il suo amore per il cibo era a dir poco viscerale, e lo segnò anche a livello fisico (**l'enorme pancia, che lui definì il suo "bernoccolo della gola"**) e di salute. I suoi scritti sono pieni di citazioni riguardanti la stretta relazione tra la buona tavola e la musica, da "Lo stomaco è il direttore che dirige la grande orchestra delle nostre passioni" fino a "...sto cercando motivi [musicali], ma non mi vengono in mente che pasticci, tartufi e cose simili". Si faceva spedire i migliori prodotti da ogni parte del mondo (in particolare era **ghiotto di pâté, tartufi, cacciagione**) e amava cucinarli per gli amici, inventando golose ricette che ancora portano il suo nome. Molte altre gli furono dedicate da grandi chef del suo tempo, primo fra tutti, il più famoso, **Antonin Carême**, di cui diventò anche intimo amico.

In effetti, dal momento in cui, dopo il suo *Guglielmo Tell* (1829), decise di non comporre più per l'opera, **passò i restanti trentanove anni della sua vita a occuparsi di gastronomia**; quasi una seconda carriera. Tra i suoi ultimi lavori, compaiono i **Péchés de vieillesse** (*Peccati di vecchiaia*), una raccolta di **pezzi pianistici in cui troviamo alcune sezioni intitolate ad antipasti, frutta e dessert**. Tutta la sua filosofia, gastronomica e musicale, può essere ben riassunta con le sue stesse parole: "Mangiare, amare, cantare e digerire sono i 4 atti di quell'opera comica che è la vita, e che svanisce come la schiuma di una bottiglia di Champagne".



“A Valeggio fanno gli agnolini buoni”

di **Morello Pecchioli**

Accademico onorario di Verona

Una simpatica gara di gusto tra gli “agnolign” del borgo sul Mincio e i tortellini bolognesi.

“A Valès i fa i agnolign bogn”. A Valeggio sul Mincio, grosso borgo al confine fra la terra veronese e la mantovana, si parla così: un dialetto che non è veronese e non è mantovano. È una lingua indigena, piena di parole tronche, tutta -es -as -os -gn. Una lingua di mezzo, nata tra i molini di Borghetto, propaggine di Valeggio a cavallo del Mincio. In un guado a poca distanza da qui, nel V secolo si incontrarono Attila, il flagello di Dio capo degli Unni, e Papa Leone Magno, venuto a scongiurarlo di non proseguire la marcia su Roma. La leggenda racconta che Attila vide sopra al Papa i Santi Pietro e Paolo armati di spada. Impressionato, fece dietrofront.

Il Mincio scorre verso il Po, mescolando acque, leggende, vocaboli, accenti di-

versi. E cucine differenti. Se a Valeggio si mangiasse come si parla, poveri valedgiani. Invece **si mangia molto bene.**

La fusione di sapori scaligeri e gonzagheschi ha donato a Valeggio una cucina ricca

La fusione di sapori scaligeri e gonzagheschi ha donato al paese sul Mincio una cucina ricca, gustosa, varia. La frase iniziale si traduce così: **“A Valeggio fanno gli agnolini buoni”**. Da secoli i valedgiani li chiamano così, apparentandoli agli agnoli mantovani.

A Valeggio, nella seconda metà del 1900, **crescendo la fama dell’agnolign, si moltiplicano trattorie e ristoranti** fino a superare quota 50, uno ogni 200 abitanti. Però, ahimè, l’agnolign perde l’anima e diventa “tortellino”, parola presa in prestito dalla cucina bolognese per accontentare i clienti che accorrono sempre più numerosi alle tavole valedgiane. Pranzi di nozze, comunioni, cresime... Alla fine di ogni cerimonia, la spiritualità si annega in un piatto di tortellini in brodo o asciutti col burro fuso.

Infine, è storia recente, per ammantare di leggenda il piatto, gli agnolini-tortellini si trasfigurano in “nodi d’amore”. La leggenda, ambientata nel Medioevo, racconta di un amore contrastato tra Malco, ufficiale di Giangaleazzo Visconti, e Silvia, ninfa del fiume. I due, inseguiti dai soldati sguinzagliati da una gelosa principessa, scompaiono nelle acque di Borghetto, frazione di Valeggio sul Mincio, lasciando sulla riva un fazzoletto di seta dorata annodato, simbolo del loro amore. Le don-



ne di Valeggio, commosse, copiano da allora il nodo, intrecciando, invece della seta, la pasta per fare i tortellini. Bologna è Bologna, si capisce. La grassa, la ghiotta, la saporita, la dotta. Ma i tortellini felsinei, gli *umbilichi* sacri, come li chiama la Dotta Confraternita del tortellino, sono tutt'altra cosa rispetto a quelli valesgiani.

I tortellini bolognesi sono tutt'altro rispetto a quelli valesgiani

Questione di farcitura e di pasta. E di tradizioni culinarie. A Bologna hanno codificato la ricetta del tortellino dopo secoli di discussioni e dopo un'annosa e furibonda disputa con Modena che vantava, a sua volta, la primogenitura della celeberrima pasta ripiena. La vertenza si concluse a Castelfranco, a metà strada tra le due città emiliane, il luogo dove Venere pernottò con Marte e si mostrò nella sua sfolgorante nudità al locandiere spione: "... e l'oste che era guercio e bolognese/ imitando di Venere il bellico/ l'arte di fare il tortellino apprese". Conclusa la disputa, il 7 dicembre 1974 la Dotta Confraternita del tortellino, in collaborazione con l'Accademia Italiana della Cucina, deposita davanti al notaio **l'autentica ricetta del ripieno del "Tortellino di Bologna"**. Eccola. Ingredienti: 100 g di lombo di maiale, 100 g di prosciutto crudo, 100 g di vera mortadella di Bologna, 150 g di formaggio parmigiano reggiano stagionato per 3 anni, 1 uovo di gallina, odore di noce moscata. Seguono le raccomandazioni sulla sfoglia (molto sottile e tagliata a quadratini di 3 cm per lato) e sul brodo, da preparare mettendo in pentola un cappone ruspan- te e i migliori tagli di manzo: punta di petto, doppione, fallata di spalla e così via. **Come devono essere serviti i veri turtlén bolognesi?** Il miglior modo di gustarli, raccomanda sempre la Confraternita, è in brodo. Giorgio Maioli e Giancarlo Roversi, giornalisti, autori del libro *Sua maestà il tortellino*, assicurano che per la famiglia bolognese non è conce-



piabile celebrare il Natale senza un piatto di tortellini in brodo sulla tavola. Tuttavia, i tempi cambiano e i gusti pure. Oggi i tortellini felsinei vengono serviti il più delle volte asciutti, conditi con il ragù alla bolognese, con burro fuso o pomodoro. Meno male che la panna è rimasta *off limits*: chi la chiede rischia di essere appeso alla Garisenda.

Quali ingredienti si usano per la farcia dell'agnolign di Valeggio?

E a Valeggio? Quali ingredienti si usano per la farcia dell'*agnolign*? Bella domanda. **Si sa che vengono adoperati tre tipi diversi di carne, manzo, vitello e maiale, che s'accompagnano a un soffritto di cipolla, carote, sedano e rosmarino.** La ricetta, però, non è codificata e **le varianti sono infinite.** Ogni famiglia, ogni ristoratore e ogni pastaio ha i suoi ingredienti segreti. Per cui i tortellini-nodi d'amore sono diversi di cucina in cucina, di focolare in focolare, di laboratorio in laboratorio. Tra gli ingredienti segreti - mai nessuno li confermerà - c'è di tutto e di più: dai banali carota, salvia, sedano, aglio, olio d'oliva, pancetta, guanciaie, dorelli di tacchino, salamella di maiale, prosciutto crudo e cotto, salame, mortadella, pesto, noce moscata, pepe, pane grattugiato, agli originali vaniglia, Cognac e, perfino, cacao. **Valeggio è un paese democratico. Tante teste, tante ricette.** E buon appetito a tutti. Tuttavia, se c'è un segreto (quasi) in comune tra i ristoranti della zona, oltre all'altissima qualità e alla freschezza delle materie prime, pare che sia **l'uso del vino bianco di Custoza per preparare l'impasto.** I più celebri cuochi valesgiani chiamano questo vino "re della cucina" e confessano che è ottimo per togliere il sapore selvatico di certe carni. Anche in riva al Mincio, la tradizione vuo-

le gli agnolini in tavola a ogni festa comandata, cotti in un ottimo brodo di carne e serviti nello stesso. Un tempo, nella farcitura si metteva, sicuramente, anche la carne di gallina perché gli agnolini venivano fatti con gli avanzi del pasto di carne domenicale. E quindi con i resti del classico bollito, ma anche dell'arrosto. Non si buttava via niente. La *mater familias* stendeva la sfoglia e preparava decine di morbidi scrigni di pasta ripiena che diventavano la gioia del pasto domenicale. **Agnolino di Valeggio e tortellino di Bologna, oltre alla bontà, hanno un altro elemento in comune: la nobile origine linguistica latina.** Il primo deriva da *anulus*, che era l'anello col sigillo. Il secondo, diminutivo di tortello, deriva, secondo gli studiosi della cucina, dal participio *tortus* che a sua volta proviene dal verbo *torquere*: rivoltare, piegare, girare. Con un passato così aristocratico siamo nei più antichi reami del gusto. **Indro Montanelli, quando da Milano si trasferiva a Cortina, si fermava sempre a Valeggio** dove, in compagnia di Cesare Marchi, giornalista e scrittore che abitava a Villafranca, sedeva a uno dei tavoli dell'Antica Locanda di Borghetto. Montanelli, noto per la sua scarsissima propensione verso i peccati di gola, **amava gli agnolini e questo angolo riposante**, tanto che accettò di posare per ore per il pittore Federico Bellomi che lo raffigurò in un affresco, su una parete della locanda, nei panni di Virgilio. **Cesare Marchi**, autore di *bestseller* (*Quando eravamo povera gente; Quando siamo a tavola*), al contrario dell'amico Indro, **indulgeva volentieri nei peccati di gola.** Adorava gli agnolini, tanto che scrisse con il consueto stile ironico: "Anche Valeggio ha la sua Fiat, Fabbrica Italiana Autentici Tortellini". Ma forse, per una volta, anche Cesare si sbagliò. La Fiat di Valeggio si traduce in: "Fabbrica Italiana Agnolini Tipici".



Una minestra contesa: la jota

di Roberto Zottar

Delegato di Gorizia

Friulani e triestini reclamano la paternità della vera preparazione tradizionale.

La jota è uno dei piatti più tipici della cucina del Friuli - Venezia Giulia, del litorale sloveno e dell'Istria ed è anche **uno dei tanti terreni di scontro della competizione "culturale" tra friulani e triestini**, che si gioca anche su questa minestra, dato che entrambi reclamano di avere la paternità della "vera" jota tradizionale. Faccio riferimento a una minestra oggi principalmente a base di fagioli e patate che, a seconda delle località, **si declina con l'aggiunta di capuzi garbi**, cioè di crauti **a Trieste**; con l'impiego di **brovada**, cioè rape inacidite e fermentate in vinaccia, **in Friuli**; con **erbe o zucca in Carnia**, o con farina di polenta o orzo, e viene **insaporita con musèt**, cioè cotechino, o costine, cotenna o altra carne di maiale, affumicata e non, semi di kümmel. **Dal sapiente diverso equilibrio tra tutti questi ingredienti nascono quindi le numerose varianti di jota** carnica, della val Pesarina, goriziana, carsolina, *bisiaca*, triestina. In Friuli viene chiamata in modi diversi - *jote*, *jota* o *joto* -, ma la sua preparazione, un tempo assai diffusa, è oggi quasi del tutto scomparsa in pianura, e la sua presenza è molto circoscritta solo in Carnia, in particolar modo nella Val Degano e nella Val Pesarina (nel passato nota anche come *cjanâl da jota* - valle della jota). A Sauris troviamo un'analoga minestra di crauti, ma non si chiama jota,

bensì *Khràutminjöstra*. La jota è invece sconosciuta in Austria, nonostante il massiccio impiego dei crauti in varie preparazioni locali.

Dal 1432 in poi, molti scrittori citano la jota e le diverse preparazioni

La prima attestazione della jota in Friuli risale al 1432: nei quaderni cividalesi dei Battuti si legge "*fa uno buino iottho*" (fare una buona jota). La -o finale è data dal fatto che in epoca medievale in tutto il Friuli, e anche fino a Muggia, si parlava una variante del friulano simile a quella che si parla oggi nell'alta Val Degano. Nel secolo successivo, troviamo citazioni di jota in alcuni versi di **Nicolò Morlupino** (1528-1570) e anche in un *Canzoniere* friulano del primo Cinquecento. Nel 1800, le testimonianze relative alla jota si moltiplicano. Secondo il *Vocabolario friulano* del 1871 dell'abate **Jacopo**

Pirona, è una "vivanda liquida" o "broda" e nel *Contadinel*, un lunario del 1891 che usciva nel Friuli austriaco a cura del farmacista del Torre di Romans, si dice che "la *bruàda* (*brovada*) può essere mescolata, come del resto il *craut*, alla minestra di fagioli la quale, così, prende il nome di *jota*". **Valentino Ostermann** ne *La vita in Friuli*, del 1894, afferma che è una "specie di amalgama di farina, zucche grandi da seme, erbaggi triturate, grani freschi di mais, fagioli, ecc. posti a bollire in molta acqua e poco latte". **Luigi Gortani** nella *Guida della Carnia* della Società alpina friulana, nel 1895, dopo aver spiegato come si ottiene la *brovada* carnica, illustra il suo impiego. "La *brovade* in tal modo ottenuta è un elemento indispensabile per compor bene la *jote*, alla quale comunica un sapore acidulo gradevole. Quando si vuol adoperarla, se ne prende un *balòn*, ossia quel tanto che occorre per una volta, lo si mette a rammollire alcune ore nell'acqua, si fa bollire, si pesta (d'onde acquista anche il nome di *pestadice*), e si mette a cuocere con fagioli, latte al-



lungato e condimento (burro o lardo), aggiungendovi poi farina gialla, finché il tutto prende la consistenza della farinata. Questa è la vera e autentica *jote*, il cui uso al presente trovasi ristretto quasi esclusivamente alle valli di Gorto e della Pesarina. In quest'ultima è detta *jota pesta*, per distinguerla dallo *scot*, ossia dalla *jota* senza *pestadiça*, e chiamasi *mesta laura* se è fatta più densa e con maggior quantità di *brovada*".

Nella *Guida di Gorizia e delle vallate dell'Isonzo e del Vipacco* della Società Alpina Friulana del 1930, **Alberto Michelstädter**, padre del filosofo Carlo, afferma che "Cibi molto apprezzati sono nelle osterie e in qualche famiglia: il *suf* (specie di polenta liquida), la *jota* (fagioli e rape tagliate), il *paparot* (un misto di farina, fagioli e verdura)".

La ricerca della paternità di una "vera" jota può essere fuorviante rispetto al valore culinario

L'etimologia del nome è controversa, anche se molti ricercatori convergono sul fatto che il termine possa derivare dal tardo latino *jutta* "brodaglia, bevone", di origine forse celtica (cfr. M. Doria, *Grande Dizionario del dialetto triestino storico etimologico fraseologico*, 1987, s.v. *jota*). L'origine friulana del termine *jota* è anche confermata dal Rosamani nel suo *Vocabolario giuliano*. Anche il *Vocabolario della lingua italiana Treccani* scrive "dal friulano *jote*".

Jota è il termine anche nell'attuale dialetto triestino, e in effetti a Trieste, come è noto, si parlava friulano fino all'Ottocento, lingua che si è estinta in questa area a favore di un dialetto veneto che ha avuto la funzione di lingua franca per le genti di etnie diverse che affollavano il porto e i commerci della città. Sull'origine del medioevale *jutta*, "minestra" o simili, c'è chi vi vede l'antico tedesco e chi ipotizza un'origine celtica. La voce è poi passata al latino e, successivamente, in friulano, in alcuni dialetti italiani (*zota* nell'Italia settentrionale), nell'irlandese *it*, e anche *jote* nel francese antico.



Le diverse considerazioni, anche linguistiche, portano ad affermare che la ricerca della paternità di una "vera" *jota* possa essere fuorviante, rispetto al **valore di un patrimonio culinario che attraversa la storia e le tradizioni delle tante culture e di popoli costituito dalla regione.**

A questo punto direi che **tutte le jote sono "vere" e al giorno d'oggi quasi tutte prevedono fagioli e patate** e magari anche farina di mais anche se, prima della scoperta di Cristoforo Colombo, come affermava l'Accademico Piero Adami, erano probabilmente a base di fave o di fagiolini dall'occhio.

Andreina Ciceri ha documentato molte declinazioni locali e stagionali di jote carniche realizzate a partire da una base di acqua, latte e fagioli: con l'aggiunta di farina di sorgo e verdure cotte tritate per la ***jota di pestadiça***; ci sono poi versioni primaverili con *frite* (erbe cotte) per la ***jota di jerbes***, versioni autunnali con zucca per la ***jota di cavòça***, e versioni invernali, chiamate ***scot***, con radicchi e cicoria seccati, o la classica ***jota di brovada***. E se la *jota* triestina "classica" non è diversa da quella istriana, sempre con fagioli, patate, *capuzi garbi* (crauti), costine di maiale, quella goriziana è simile a certe *jote* carniche con *repa*, ossia *brovada*.

Anche il *Vocabolario friulano Nuovo Pirona* (1935) riporta che "La composizione dev'essere o dev'essere stata assai varia entrandovi però costantemente i fagioli"; per la Val Pesarina cita, accanto alle sopra ricordate, la *jota di cavoça*, cioè di zucca, e per Ravaschetto la *jota di risis*.

Gastronomicamente parlando, la jota in Friuli è sempre stata considerata una pietanza di ripiego, tanto che il *Vocabolario friulano Nuovo Pirona* (1937) afferma chiaramente che "In ogni caso la jota è un cibo spregiato, da gente misera". C'è il detto "Se à di vanzà, che vanzi la jota", cioè se deve avanzare qualcosa che avanzi *jota*, la pietanza meno gradita.

JOTA CLASSICA TRIESTINA (RICETTA DEPOSITATA)

Ingredienti: 250 g di fagioli scuri, 250 g di patate, 250 g di cavolo cappuccio acido (crauti), 1 spicchio d'aglio, pepe, sale, 2 cucchiaini di farina, 2 foglie di alloro (a piacere), 300 g di costine di maiale affumicate o un osso di prosciutto.

Preparazione: far bollire le costine di maiale assieme ai fagioli, preventivamente ammollati, e alle patate. Passare la metà di patate e fagioli cotti, per dare cremosità alla minestra. Separatamente bollire i crauti coperti d'acqua, fino a quando questa non si sia completamente asciugata. Aggiungere i crauti alla minestra insieme a un soffritto bruno di olio, farina e lo spicchio d'aglio schiacciato.

La minestra acquista sapore se lasciata riposare.

A Trieste, la minestra è diventata uno dei simboli identitari della città

A Trieste, invece, questa minestra ha sempre goduto del massimo apprezzamento e non fu mai considerata cibo da poveri, semmai l'opposto, e ora è diventato uno dei simboli culinari e identitari della città. Il Rosamani riporta l'espressione "No sta farme venir su la jota", nel senso di "far stizzire". Il Doria, nel suo *Grande Dizionario del dialetto triestino*, riporta che **il termine jota è divenuto, per estensione, sinonimo di cibo**, di pasto, per cui "Andemo a jota!" sta per "Andiamo a pranzare!".

Articoli sulla *jota* triestina sono apparsi negli ultimi tempi su quasi tutte le riviste di gastronomia e recentemente è anche uscito un bel ricettario triestino di successo dal curioso titolo *Jota continua* di Elisabetta Danielli e Marco Englaro.

La Delegazione di Trieste dell'Accademia, nel 2003, ha codificato la ricetta classica e l'ha depositata con atto notarile presso il Comune e la Camera di Commercio di Trieste.



Il vino e il suo museo

di **Marilena Moretti Badolato**

Accademica di Perugia

Al Muvit Lungarotti di Torgiano: dai primi reperti di 5.000 anni fa, alle opere di Mantegna e Carracci, Picasso e Guttuso.

Jean Cocteau, *Piatto con satiro* (1958)



Lungo il percorso di venti grandi sale espositive, questa bevanda ludica, che muove i primi passi dai riti dionisiaci, diventa, nel Muvit, il Museo del vino di Torgiano, frutto del prezioso studio della Fondazione Lungarotti, veicolo culturale di conoscenza, cemento aggregativo di riti e miti religiosi e pagani insieme, tra pratiche umane di forza lavoro e alta letteratura. Un'armonica convivenza di materie povere e regali, estetica e sostanza, ceselli meticolosi funzionali al gusto, serietà e *divertissement*.

Un dialogo sul filo conduttore del vino in un raffronto continuo tra manufatti e opere antiche e contemporanee, per finire nel bicchiere e sulla tavola ad abbracciare preparazioni culinarie golose, donando nerbo e impronta. Danno il benvenuto al Museo, di oltre 3.000 testimonianze, alcune urne etrusche con i grappoli d'uva incisi dal lapicida, ad accompagnare il defunto nell'aldilà. E ancora reperti archeologici cicladici: grandi brocche in argilla arancio, lavorate e

levigate a mano (Gruppo di Amorgos, III millennio a.C.) e versatoi ittiti; ceramiche greche, etrusche e romane; vetri e bronzi rappresentanti l'amore e la buona fortuna. Al centro della sala relativa al simposio, risplende di luce propria la *kylix* (metà VI secolo a.C.) di uno dei più noti Piccoli Maestri, con la scritta "Phrinos mi fece sii allegro". Ecco le **anfore vinarie** come apparivano ben impilate, una accanto all'altra, nella stiva di navi onerarie romane. In altre sale, contenitori di straordinaria bellezza mandano bagliori di **ceramiche di età medievale, rinascimentale, barocca**: tra l'*istoriato*, il *lustro*, le *raffaellesche* delle più famose zone di produzione umbre e italiane, risaltano quelle rimandanti ai famosi "segreti" o a "inganni" che evocano riunioni conviviali. Tutte suddivise nei tre settori: il vino come alimento, medicamento, mito, dove di particolare interesse è l'*Infantia de Bacco*, un piatto istoriato a lustro di Mastro Giorgio Andreoli da Gubbio, firmato e datato 1528, e tratto da un'incisione di Marcantonio Raimondi su idea di Raffaello. Ma anche le "vaselle" di ceramica popolare, non meno importanti per avere nominato persino il bel Relais di famiglia "Le Tre Vaselle", qui nello stesso palazzo seicentesco Graziani-Baglion.

I bicchieri in vetro narrano come bere in bellezza il nettare di Bacco

I bicchieri in vetro, dalla tavola al salotto alla simbologia amorosa, narrano come bere in bellezza il nettare di Bacco: **la carrafa modellata a "bevi se puoi"** (Fran-



Anfore vinarie

cia, XVI secolo); **un bicchiere veneziano di Murano** con anelli penduli azzurri (XVIII secolo) o quello inciso con simbologia d'amore (inizi XIX secolo), **la straordinaria coppa realizzata da Josef Hoffmann** con le asole ricavate nella doppia incamiciatura e quella su alto piede con volto femminile, disegnata e firmata da **Jean Cocteau** nel 1963 e realizzata dalla Fucina degli Angeli. E ancora la bottiglia turchese, anni Settanta, della Manifattura Venini, con la lavorazione a punta di diamante sulla superficie fredda dell'oggetto finito, e l'opera *Dalle origini alla vita* (2018) di Giuliano Giuman, che attesta il continuo aggiornamento delle raccolte. E poi disegni dal XV al XX secolo, **edizioni rare di testi di viticoltura ed enologia, manufatti di arte orafa**, tessuti che documentano l'importanza del vino nella cultura dei popoli che hanno abitato, nei millenni, il bacino del Mediterraneo e l'Europa continentale.

In altre sale, mestieri, attrezzi e corredi tecnici per la viticoltura e la vinificazione, così importante in Umbria, come **il monumentale torchio a trave**, detto "di Catone", proprio di cantine signorili e monastiche. E non poteva mancare il nostro "Vinsanto", il "vino come Dio comanda", certamente quello della Settimana Santa che doveva essere naturale *ex genimine vitis*. Accanto, una collezione di oltre cento ferri da cialda umbri e italiani, dal XIII al XVII secolo, con stemmi familiari celebrativi o blasonati perché corredi di nozze, o recanti scritti, motti e sentenze e legati a questo nostro vino dolce per preparazione e per consumo.

Un museo di forme e sostanze, di riti e miti, cultura e bellezza

Entrando al Muvit, creatura Lungarotti dal 1974, ci si accorge di quanto questa famiglia del vino, Giorgio e Maria Grazia con le figlie Teresa e Chiara, abbia investito nel mondo enologico umbro, italiano, internazionale. Un'opera di tesaurizzazione e musealizzazione di forme e sostanze, di riti e miti, cultura e bellezza tramandati da millenni verso i nuovi mil-



lenni. E creando nel tempo, grazie alla perpetua passione di Maria Grazia Marchetti Lungarotti e alla sua curatela del polo museale e nella gestione della Fondazione Lungarotti, **uno dei più importanti musei del settore**. Museo **bilingue** per parlare al mondo dell'immenso patrimonio culturale enologico. Museo **pedagogico** che trasmette anche l'educazione al bere consapevole, dove all'infanzia e all'adolescenza sono dedicati spazi e laboratori, totem lungo il percorso ad altezza di bambino e la possibilità di connettersi agli *access point* trasformando il proprio smartphone in una guida di ultima generazione. E ancora **convegni e letteratura dedicata**, non ultimo il testo di Teresa Severini *L'uva nel bicchiere*, e soprattutto la possibilità di **unire al percorso museale** quello esponenziale della **visita in cantina** per apprendere le tecniche di vinificazione e degustazione. Insomma, l'aver creato *ante litteram* un trinomio vincente: **vino-cultura-ospitalità**. Esempio virtuoso di come un territorio, il borgo di Torgiano, sia potuto crescere anche grazie a un vino. Gli sterminati vigneti perfettamente allineati che vestono queste colline, regala-

Dall'alto: Pablo Picasso, "Baccanale"; Flaminio Fontana, "Coppa bevi se puoi", 1575; Mastro Bernardino, "Coppa bevi se puoi", secolo XVI

no quella linea curva dei bassorilievi verde-oro-rossastri che si distacca dall'infinito che è intorno. Solenne e primordiale, ti entra dentro il silenzio, amplificatore naturale del desiderio di scoperta, di conoscenza.

Da quando il vino profumava di resina, menta, cedro e cannella, fino a oggi

Perché la vite, con l'ulivo, sembra raccontare storie così antiche di chi nasce prima del tutto. E risalire a quando il vino profumava di resina, menta, cedro e cannella e arrivare sino ai nostri giorni, diventa **un autentico viaggio di emozioni** e un mezzo per tramandare ai posteri non solo un grande patrimonio, ma anche un messaggio del sé. E si respira un flusso fertile che rende ancor più fascinoso queste sale, già di per se stesse un po' magiche. **Fuori una natura eccellente**, mediata dal talento e dalla sapienza, dentro la complessità è sussurrata. La nobilitazione di una bevanda in sintesi con **un sapere più ampio, che sia essenza stessa dell'Umbria in primis** e più in generale d'italianità: l'arte, la cucina, il design, la tecnologia, l'industria, l'artigianalità, l'agricoltura, la letteratura, il sapere tricolore come complessità che trova qui il proprio punto d'incontro e d'espressione anche plastica, con vista sulle ubertose terre umbre come se la natura avesse messo del suo. Tutto realizzato con la mente, con le mani e con il cuore.





La pitina: un curioso salume della pedemontana friulana

di Giancarlo Saran

Accademico di Treviso

Una sorta di polpetta di carne affumicata, originaria della Val Tramontina.

Ci sono piccole cenerentole che possono diventare regine, anche al palato, basta avere il loro principe azzurro che le sappia riscoprire, dalla memoria lontana di un passato fatto di pudica cucina familiare, sapendole valorizzare in un presente in cui la ricerca dell'identità territoriale diventa materia prima, non solo golosa. È così che si può introdurre la storia della **pitina, un salume non insaccato**, cugino della polpetta, che ha trovato, negli anni Ottanta del secolo scorso, il suo vate in

Mattia Trivelli, un giovane macellaio mancato anzitempo, a soli 43 anni. Recuperata la ricetta dalla tradizione orale dei suoi compaesani della **Val Tramontina**, nelle Dolomiti pordenonesi, non solo la propose al dettaglio quotidiano con pari dignità rispetto a filetti e luganeghe (salsicce friulane), ma se la portò appresso per farla conoscere in società ai vari mercatini, fiere paesane, che stavano prendendo sempre più piede in quell'epoca tanto che, nell'aprile del 1989, fece domanda di registrazione del marchio pitina presso l'Ufficio Italiano Brevetti. Pitina che, fino allora, poco era uscita dalle sue valli (Tramontina, Cellina e Colvera) se non per varcare oceani lontani nelle valigie di cartone degli emigranti in cerca di fortuna americana. Parte della storia, infatti, è stata ricostruita con una indaginoso tesi di laurea, proprio consultando gli eredi di questi friulani

d'antan, svolta da **Renata Vettorelli**. Essendo oggetto di consumo domestico e non di commerci, seppur della porta accanto, non esistevano tracce di sue transazioni economiche, posto che era cibo di sussistenza e non certo ambito retaggio dei menu signorili delle famiglie del tempo.

La preparazione risale agli inizi del 1800 nelle terre tra pianura e montagna

La preparazione ha preso piede agli inizi del 1800, nelle terre di mezzo tra pianura e montagna dove l'allevamento del maiale era privilegio di pochi. Restavano capre, pecore, qualche vacca, utili per il loro latte e, quindi, per i formaggi. Le carni, esauste, per quanto avevano dato in vita. C'erano altre carni, quelle degli ungulati: **caprioli, cervi, camosci**, spesso oggetto mirato di cacce di frodo, e quindi non dichiarabili. Come impiegarle? **Si tenevano di riserva nella dispensa**, anzi, nel **camarin**, un ambiente fresco e ventilato per la relativa stagionatura. La lavorazione avveniva generalmente in autunno, di ritorno dall'alpeggio. Una liturgia ben codificata. Si provvedeva prima alla **mondatura**, le carni disossate, sgrassate e private dei tendini. Poi venivano sminuzzate nella **pestadora** (un ceppo di legno incavato) grazie al sapiente governo del **manarin** (un coltellaccio ben affilato uso alla bisogna). Il tutto poi sostituito da un più rassicurante macinino. Una volta **ottimizzato l'impasto, adeguatamente salato e speziato**, in particolare con rosmarino selvatico,





Orzotto con la pitina

polenta ancora molto fluida, che si rassodava alla cottura finale. **Altro grande classico la pitina al cao**, ossia cotta nel latte appena munto anche se, nei tempi odierni, la mungitura in vivo è privilegio di pochi e, quindi, si ricorre alla panna acida. **In memoria di Mattia Trivelli** si è istituito, dal 2012, **un omonimo premio destinato ai migliori interpreti della pitina ai fornelli**, seguito poi da uno riservato ai produttori, rinforzato dal **marchio europeo Igp**, concesso nel 2018, a riconoscimento della filiera di produttori che, nel tempo, hanno intrapreso questa strada di onore a un patrimonio locale.

*Un ricettario goloso
senza confini alla creatività*

Pitina a tutto menu, con relative sorprese. Troviamo i **ciccioli di pitina** come un **carpaccio**, ottimo *sparring partner* goloso con trota salmonata e salsa di castagne. Rilancia **Sergio Babbo**, a Piancavallo, con la **pitina in savor**.

Marco Talamini, di Spilimbergo, ha inventato l'**orzotto mantecato con zucca, pitina e polvere di caffè**. Non sono da meno **Angelina Zecchini** e **Daniele Corte**, nel loro storico locale a Cavasso Nuovo, che rilanciano con la **pitinoca**, rigorosamente in carta solo dopo l'11 novembre, giorno di San Martino, in cui si propone un curioso gemellaggio di carni diverse. Pitina inserita **nella farcia della faraona in crosta**, assieme alla brovada, i crauti friulani, a fare contorno. **Pitina moderna, in hamburger**, con montasio e cipolla rossa di Cavasso. Chi l'avrebbe mai detto che la pitina ci stava pure al dessert. *Et voilà* il **gelato di pitina** così come il **sorbetto alla pitina di camoscio** con aceto balsamico e cioccolato fondente. Un ricettario goloso senza confini, quindi, alla creatività, nel rispetto della tradizione, da trasmettere alle future generazioni, dalle memorie dei nonni cui contribuisce, da sempre, la **Delegazione di Pordenone dell'Accademia Italiana della Cucina**, storico partner del premio Trivelli.

bisognava trovare lo stratagemma per la sua conservazione. Nelle casere valligiane non era facile disporre del budello di maiale per l'insacco e quindi ci si arrangiava con la farina di mais. Sorta di polpette, sapientemente modellate a mano, dalla pezzatura compresa tra cento e trecento grammi, messe ad affumicare, mediamente per tre giorni, sopra il **fogher**, il camino domestico. Pino mugo, faggio, carpini, noccioli, comunque piante non resinose. Anche perché, in quel tempo e tra quelle valli, l'affumicatura era una pratica più vantaggiosa (ed economica) rispetto alla salatura. Da qui il passaggio all'affinamento nel **camarin**. **Dopo circa quindici giorni, una muffa bianca iniziava a ricoprire le superfici**, processo che richiedeva, mediamente, un mese. Da lì in poi la pitina era pronta a immolarsi per sfamare le famiglie che, con tanta cura, l'avevano creata. Ciò al tempo della civiltà contadina, durata sino a circa la metà del 1900. Lo sviluppo industriale, la curiosità della modernità, anche alimentare, rischiarono di far cadere in un oblio senza ritorno questa umile creatura della cultura materiale.

*Con il macellaio Mattia Trivelli
la pitina tornò a nuova vita*

Ed ecco scendere in campo Mattia Trivelli anche se, fin dal 1969, **la Pro loco di Tramonti di Sopra aveva inaugurato l'annuale festa della pitina, a fine**

luglio. Si accendono i riflettori e la pitina torna a nuova vita, come merita. **Si cerca di codificarne una sorta di disciplinare, rispettoso della sua storia**. Si scoprono cugine vicine. Per esempio la **peta**, la maggiorata del gruppo, dalla pezzatura che può arrivare anche a un chilo, come la **petuccia** laddove, nella preparazione, in omaggio alla modernità, vi è l'inserimento anche di carni bovine e suine, mentre nella pitina originale le carni di maiale sono ammesse (di spalla o pancetta) in una percentuale che non deve essere superiore al 30%, anche per "ingentilire" sentori selvaggi che, nel tempo che fu, caratterizzavano assemblaggi a volte fin troppo amatoriali di carni selvatiche (caprioli, daini) come di ovini o caprini passati a miglior vita per malattia o per cadute accidentali nei dirupi lungo i sentieri di montagna.

Giunge il momento di passare dalla manualità pratica a quella culinaria. Riscoperte di una muffa uniforme, **le pitine vanno spazzolate con mano lieve** (qualcuno prima le immerge in un bagnetto di vino rosso, per una aromatizzazione della staffa). Poi, lavate con acqua e aceto per sgrassare il tutto e, infine, tagliate a fette, non troppo sottili. Qui il palato si può scatenare, curioso, fra tradizione e fantasia creativa. **Nei canoni classici** la pitina la troviamo **in brodo, con polenta**. Tradotto. Ripescata dal **camarin**, e affettata, generalmente si trovava un po' rinsecchita. Ecco allora che veniva spadellata, con un po' di burro, e a questo si aggiungeva una



Lumachella di Orvieto

di Franco Raimondo Barbabella

Accademico di Orvieto

*Un prodotto da forno
dalla caratteristica
forma a spirale.*

Anche se fosse soltanto un prodotto della tipicità culinaria orvietana, ma non è solo questo, la lumachella di Orvieto sarebbe qualcosa di **ineguagliabile, per le materie prime, l'impasto, il dosaggio, il sapore, l'odore, il colore e infine la forma**, che è ciò che esprime il senso stesso della sua unicità. Non dimentichiamo che la

forma, per Aristotele, è l'inveramento della materia, ciò per cui essa è quello che è perché così deve essere. E dalla filosofia si va inevitabilmente verso la gastrosafia quando si parla di elementi che, come la lumachella, si muovono dal piano materiale verso quello misto di sensoriale e spirituale. Infatti, **la preparazione di cui parliamo non è solo un prodotto di tipicità culinaria, va al di là**. Lo è in quanto viene dalla terra ed è espressione della cultura contadina trasmessa di generazione in generazione. Cultura orale e sapienza delle massaie. Senso del buono, dell'essenziale e del pratico. Poi, con l'inurbamento, incontra la cultura della città e si incrocia con tutta la simbologia che la stessa città ha tratto, per suo verso e

durante il suo lungo percorso storico, dalla forma di cui la chiocciola è il tangibile inveramento. La lumachella rappresenta dunque, oggi, **l'incrocio virtuoso tra cultura contadina e urbana**, una sintesi che nasce dal tempo e in esso si proietta.

*La materia prima sono i prodotti
essenziali delle campagne*

Abbiamo detto che in essa c'è la cultura contadina, **il sapore buono della terra**. La sua materia prima sono i prodotti essenziali delle campagne del territorio: il pane, il formaggio, la pancetta, lo strutto, l'olio. Poi si può discutere il dosaggio,



il tipo di farina, se pancetta o prosciutto, strutto sì strutto no, olio quando e come, ma la materia prima è quella. Ciò che conta, comunque, è che **la lumachella sia nutriente e resti abbastanza a lungo morbida e saporita**. Poteva essere perciò una buona colazione o una buona merenda quando si stava tutto il giorno fuori casa per il lavoro nei campi. E oggi, naturalmente, queste stesse caratteristiche ne fanno un prodotto particolarmente adatto a essere valorizzato come tipico di una città e del suo territorio.

Abbiamo detto che nella sua forma, oltre che nel suo sapore di buona terra, si cela il suo incontro con la cultura urbana, la sua storia e i suoi simboli. Così, possiamo affermare che **dal territorio, dove emergono diffusamente reperti a forma di chiocciola di epoche preistoriche**, "ammoniti" del Triassico o "lumache" del Quaternario, la forma si è trasferita nei palazzi ricchi di decorazioni in pietra a forma, appunto, di chiocciola. **La troviamo, soprattutto, come spirale che ispira Antonio da Sangallo il Giovane** il quale, nel 1527, **inventa quella meraviglia che è il Pozzo di San Patrizio con la sua scala elicoidale** di 248 scalini che portano verso il centro della terra. Un'opera di sapienza tecnica e artistica, un misto di utile e di simbolico, di terrestre che passa e di eterno che vuole restare.

La chiocciola ha la forma della spirale che evoca idee e aspirazioni, nascita e rinascita

D'altronde la chiocciola ha, come esemplifica il Pozzo, la forma della spirale. E nella spirale si condensa gran parte della storia occidentale simbolica e scientifica. È infatti questa un'immagine antichissima, che evoca idee e aspirazioni, concetti di espansione, crescita e sviluppo, nascita e rinascita, il vortice eterno dell'energia universale. È presente nelle culture degli antichi popoli, per esempio i Micenei e i Celti, e **poi nell'evoluzione della matematica**. Si va dalla spirale di Archimede a quella logaritmica, che ri-



chiama i "Numeri di Fibonacci" fino ai frattali di Benoît Mandelbrot, e poi i numeri irrazionali in cui **il numero Aureo è considerato il simbolo dell'armonia universale**, l'eterna aspirazione della più elevata spiritualità umana non a caso espressa nelle composizioni musicali oltre che nell'arte figurativa.

La lumaca, la spirale, la storia, la terra, la città. Tutto questo può essere **evocato da una preparazione semplice, autentica**, che ha però una forma con quelle intrinseche caratteristiche. Della lumachella di Orvieto, è stato affermato: "Impasto di acqua e farina, condito di porco (scarti di parti nobili) e pecorino. **C'è tutto il mondo dentro**. L'acqua. Il sole che matura il grano. La pietra che macina la farina. La mano che impasta. E miscuglia. La forma richiama il vortice

ancestrale. Il gorgo dell'universo. Ma anche le onde, le acque tumultuose, i cieli tempestosi. Da sempre ispiratori dell'iconografia artistica e decorativa". Se a questa sintesi volessimo aggiungere **una ricetta**, potremmo proporre la stessa che **nel 2016 pubblicò Eleonora Autilio su Turismo.it**, anche se si tratta di ricetta provvisoria, giacché, come ho accennato sopra, **la discussione sulla definizione dello standard identitario è ancora aperta, con l'obiettivo di farne un prodotto riconosciuto a livello nazionale e internazionale**. In attesa che ciò avvenga, **se ne possono però apprezzare**, oltre alla vista, **l'odore e il gusto inconfondibili**, in casa di amici, nei punti vendita dei forni e presso i più attenti ristoratori a partire da Mauro Stopponi ai "Sette Consoli".

LA RICETTA

Ingredienti: 250 g di farina, 140 g di acqua, 12 g di lievito di birra, 100 g di pancetta, 50 g di pecorino, 10 g di strutto, 10 g di olio, sale e pepe.

Preparazione: lavorare la farina con l'acqua e il lievito e aggiungere dapprima il sale e il pepe, e poi il pecorino, lo strutto e l'olio. Una volta ottenuto un impasto omogeneo, lasciarlo lievitare per 45-50 minuti. Unire la pancetta tagliata a cubetti molto piccoli. Dividere l'impasto in palline da circa 50 g dalle quali ricavare rotolini di circa 1 cm di diametro, avvolgendoli poi su se stessi, creando delle spirali. Adagiare le lumachelle ancora crude su una placca da forno rivestita di carta e farle lievitare per altri 20 minuti circa, per poi spennellarne la superficie con l'olio e cuocerle in forno a 200° per circa 20 minuti.



Il melone d'inverno

"Purceddu di Alcamo"

di Pierluigi Di Gaetano

Accademico di Alcamo-Castellammare del Golfo

Il frutto ha buccia verde, costoluto e rugoso e la polpa bianca e succosa. Diventa più dolce con il passare del tempo.

Il melone *Purceddu di Alcamo* rientra, insieme al melone *Cartucciario*, nella categoria del **melone d'inverno** (*Cucumis melo*, varietà *inodorus*). Un nome che indica una famiglia di **vecchie varietà che stanno rischiando di scomparire**.

Tali tipologie si caratterizzano sia per la tradizione storica legata alla loro coltivazione, sia per la spiccata tipicità locale; difatti, nel Trapanese, la coltivazione del melone d'inverno è tradizionalmente legata agli ecotipi locali che si differenziano, *in primis*, visivamente, per il colore dell'epicarpo: **verde per il Purceddu e giallo per il Cartucciario**.

È interessante notare come ragioni squisitamente economiche, quali la tendenza del mercato e la possibilità di ottenere

rese produttive più elevate, abbiano indotto i produttori di melone d'inverno "a buccia gialla" a sostituire, in gran parte, la tradizionale varietà *Cartucciario* con altre cultivar non autoctone.

Invece, la coltivazione del melone d'inverno "a buccia verde", peculiare del comparto agricolo di Alcamo, è tuttora realizzata impiegando **la tradizionale cultivar locale denominata, come già detto, Purceddu**.

Particolarmente interessante risulta essere, quindi, l'antica varietà coltivata storicamente nell'entroterra collinare del comune del Trapanese, la quale, oltre a presentare **squisite qualità organolettiche e gastronomiche**, si configura come bene da custodire, se, come è do-



veroso, si ha a cuore la tutela della biodiversità e della cultura produttiva tradizionale e del territorio.

Il termine dialettale "Purceddu" è dovuto alla forma del frutto e alla rugosità dell'epicarpo

Il termine dialettale *Purceddu*, cioè **piccolo maialino**, è dovuto alla forma del frutto e alla rugosità del suo epicarpo che richiama l'aspetto di un piccolo suino. In Sicilia, **le prime coltivazioni del melone d'inverno risalgono al 1600** e furono introdotte nei comuni di **Alcamo e Paceco**. Anticamente, i produttori di meloni, detti *nuvarari*, realizzavano la coltivazione prendendo in affitto il terreno disponibile. La semina veniva eseguita in buche equidistanti, dette *ciacche*. Durante il periodo della raccolta (dalla seconda decade di agosto, fino a settembre), i contadini, insieme alle loro famiglie, si trasferivano nei campi di melone, le *nuare*, dove spesso si realizzavano ricoveri provvisori, detti *pagghiari*, per il loro riposo.

A fine raccolto, i *nuvarari* rientravano in paese, con i frutti. Questi, fin dal mese di settembre, potevano essere consumati quale deliziosi e rinfrescanti frutti tardo-estivi, ma la maggiore quantità veniva conservata in locali freschi, appesa, singolarmente, a una cordicella o trovava sistemazione sulle terrazze e sui balconi delle case, per essere, in seguito, utilizzata quale **riserva di frutta per i mesi autunnali e invernali**.

Raccolti non a completa maturazione, i *Purceddi* risultano **ottimi fino a Natale e oltre**; con il passare del tempo diventano addirittura più buoni e proprio per tale caratteristica *l'inodorus* è stato denominato "melone d'inverno".

Inizialmente, la coltivazione era limitata agli orti familiari; i primi impianti realizzati a fini economici risalgono, nelle aree di Alcamo e Paceco, agli inizi degli anni Quaranta del secolo scorso. Solo dopo la metà degli anni Settanta, tuttavia, in concomitanza con la crisi dei comparti vitivinicolo e cerealicolo, quando molti



produttori espianarono estensioni di vigneto, la coltura conobbe la diffusione su vaste superfici.

Considerato che il *Purceddu* di Alcamo risulta essere **molto resistente allo stress idrico**, si comprende come il suo areale di produzione coincida con le **zone collinari interne**, dove la disponibilità di acqua irrigua non è di certo abbondante. Si provvede alla somministrazione di un adeguato quantitativo di acqua di irrigazione esclusivamente in occasione della posa del seme, al fine di garantire il sostegno della primissima fase di germinazione; nelle successive fasi di coltivazione, la conduzione degli impianti di melone *Purceddu* è rigorosamente in asciutto.

Da tali peculiarità botaniche e colturali deriva quella che è la sua caratteristica principale: la **spiccata conservabilità** (serbevolezza), la quale deriva, appunto, dalla coltivazione in asciutto che, oltre a prevenire la comparsa di marciume e muffe, evita anche la macerazione durante il trasporto e lo stoccaggio. Per contro, la resa produttiva, conseguentemente allo scarso utilizzo di generose irrigazioni, ne risente notevolmente.

Le caratteristiche organolettiche, chimiche, nutrizionali

Il melone *Purceddu* è di forma **ovale** e ha la **buccia verde, costoluta e rugosa**; la **polpa, bianca e succosa, diventa più dolce con il passare del tempo**, grazie alla concentrazione degli zuccheri.

Oltre all'elevato contenuto in acqua, che ne esalta il potere dissetante, il melone

presenta un'alta percentuale di sali minerali e vitamine A e C. Dal punto di vista nutrizionale, si tratta di un alimento che, essendo per la quasi totalità composto da acqua, fornisce **poche calorie**, le quali derivano quasi esclusivamente dagli zuccheri presenti, peraltro, neanche eccessivamente abbondanti. È da considerare un alimento adatto a tutte le età e può essere inserito nella normale diversificazione di una sana dieta equilibrata, normocalorica, concorrendo, così, al consigliato e salutare consumo di almeno cinque porzioni giornaliere di frutta e verdura.

L'impiego principale e tradizionale del *Purceddu* è a fine pasto, tal quale, o con aggiunta di qualche goccia di limone. Tagliato a fette e ridotto a pezzettoni, può essere servito in una ciotola, con una generosa aggiunta di foglie di menta.

Viene anche usato, con ottimo risultato, quale **ingrediente di gustose, fresche e leggere macedonie di frutta**. Alcuni lo utilizzano per preparare prelibati **gelati** e dissetanti **granite**.

Da qualche anno i produttori alcamesi, riunitisi in associazione, hanno sperimentato, con lusinghieri risultati, la produzione di una "**confettura di melone d'inverno *Purceddu* d'Alcamo**".

Lo scopo precipuo della suddetta **associazione di agricoltori**, denominata "Kafisu", è quello di **salvaguardare e continuare la produzione del *Purceddu***, secondo le tecniche agricole tramandate dai loro avi, rinforzando in tal modo sia il vincolo che lega tale prodotto al territorio, sia l'autenticità delle tradizioni e della cultura agroalimentare di un popolo.



Casu axedu, un semplice e salutare formaggio

di Irene Boero

Accademica dell'Ogliastra

*Tipico dell'Ogliastra,
è conosciuto
anche come la
"colazione dei pastori",
che lo preparavano
quando portavano
gli animali al pascolo.*

I territori della Sardegna, e in particolare del Nuorese e dell'Ogliastra, raccontano una storia di attività pastorali, di transumanze, di antiche tradizioni casearie e di un patrimonio prezioso, fatto di sapori e conoscenze tradizionali che oggi è importante salvaguardare e valorizzare.

I formaggi rappresentano una importante parte dell'alimentazione di tali territori e sono perfettamente integrati nella cucina; **presentano un'ampia gamma di gusti, tenui e intensi, delicati e persistenti**; per questo motivo **la Sardegna è denominata anche l'isola dei formaggi**.

Un peculiare formaggio è il **casu axedu**, **a pasta cruda, omogenea, morbida** (ha la consistenza del budino), fresca, solubile, senza crosta, dal colore bianco, odore lattico, **sapore delicato e leggermente acidulo**, in forma di piccoli parallelepipedi immersi nel siero (coagulo tagliato). **Prodotto da latte ovino, caprino o misto**, è tradizionale della Sardegna, in particolar modo dell'Ogliastra, della Barbagia di Seulo e del Sarrabus (terra in cui i pastori ogliastrini pratica-

vano la transumanza). **Esiste una varietà stagionata, conservata in salamoia, dal sapore piccante e salato.**

Risalire alle origini di questo formaggio è davvero difficile e probabilmente, per trovarne le prime tracce, è necessario andare indietro agli albori dell'**era nuragica**, quando l'allevamento di pecore e capre divenne il mezzo di sostentamento principale nell'isola.

In età romana, l'agronomo **Terenzio Varrone** dava una meticolosa descrizione sulle modalità di preparazione di questo prodotto dei pastori. Oggi come allora tale formaggio conserva tutta la sua storia come un reperto archeologico, perché assaggiarlo ci farà tornare indietro negli anni, facendoci ricordare che le antiche popolazioni consumavano lo stesso cibo, con lo stesso latte, gli stessi pascoli e la stessa tecnica.

*Pascoli incontaminati,
con profumi di lentischio,
mirto e macchia mediterranea*

Viene prodotto da **latte proveniente da pecore o capre di razze locali sarde**, dove i territori incontaminati, aspri e selvaggi, i silenzi profondi rotti solo dal suono del vento e dallo scampanello delle greggi, i profumi di lentischio, mirto e macchia mediterranea, offrono un habitat ideale per gli animali da allevare al pascolo brado. Il **casu axedu** è da sempre **conosciuto anche come la "colazione dei pastori"** che lo preparavano con il latte appena munto e lo consumavano, unitamente al pane *carasau* o al *pistoccu* (che hanno la particolarità di





Cas' e fitta

La varietà stagionata, che prende il nome di cas' e fitta, si ottiene ponendo il formaggio a scolare dal siero e ad asciugare per circa 48 ore, previa leggera salatura a secco. In passato, per svolgere tale operazione, si utilizzavano alcune canne legate tra loro e ricoperte da foglie di felce (*su cannithu o cannissu*).

Successivamente, si mette **in una sala-moia molto concentrata, dove può essere conservato per molti mesi**. Il prodotto, così stagionato, **di maggiore consistenza e dal sapore salato, forte e piccante**, viene normalmente impiegato come **condimento per numerose**

pietanze, in particolare nei **minestrone**, nel **ripieno dei tipici ravioli di patate e della minestra 'e merca**, definita dal New York Times "Longevity Broth". L'Ogliastra è anche il territorio della "blu zone" (uno dei 5 luoghi al mondo dove si vive più a lungo: Sardegna, Ikaria, Loma Linda, Okinawa, Costa Rica) che vanta, insieme all'isola giapponese di Okinawa, il più alto rapporto tra abitanti e ultracentenari (22 ogni 100mila abitanti, contro una media mondiale di 8 ogni 100mila abitanti), cui è stato anche attribuito il Guinness dei primati in fatto di longevità familiare. Secondo recenti studi, non è solo la mutazione genetica M26 a determinarlo, ma anche gli stili di vita e un regime alimentare ricco di **cibi salubri e naturali come i prodotti a base di latte di capra e pecora, allevate allo stato brado in pascoli abbondanti di erbe aromatiche** e di arbusti tipici della macchia mediterranea, che **contribuiscono a mantenere lo stato di salute di queste popolazioni**. Inoltre, il *casu axedu*, per le elevate concentrazioni di microflora casearia naturale, favorisce il microbiota intestinale che, interagendo con il sistema immunitario, protegge l'organismo dalle infiammazioni e dall'insorgenza di tumori.

Il casu axedu è un prodotto agroalimentare tradizionale (Pat) della Sardegna, in quanto le metodiche di lavorazione, conservazione e stagionatura risultano consolidate nel tempo, omogenee per tutto il territorio interessato, secondo regole tradizionali, per un periodo non inferiore ai venticinque anni.

mantenersi freschi a lungo), come supporto alimentare necessario per intere giornate, spesso anche per settimane, di lontananza dalle proprie abitazioni, a seguito delle greggi, affrontando il lavoro con passione, fatica, impegno, serietà e sobrietà, per produrre quel nettare dal valore sacro: il latte.

La fabbricazione del *casu axedu* è per massima parte effettuata presso le aziende pastorali, anche se attualmente esistono caseifici artigianali che lo producono e lo vendono all'interno di vaschette per uso alimentare con liquido di governo e pronto per essere consumato fresco.

Il latte crudo di capra o di pecora (termizzato o pastorizzato, nel caso della lavorazione artigianale) viene portato alla temperatura di circa 35-37 °C; si aggiunge il caglio di capra o pecora, ma è utilizzato anche quello commerciale di vitello, e un cucchiaino di siero dalla cagliata precedente. La coagulazione avviene in circa 8-15 minuti, mentre per l'indurimento del coagulo bisogna attendere almeno 4-5 ore circa. Quando all'interno del contenitore comincia ad affiorare il siero, si taglia la cagliata in fette a forma di piccoli parallelepipedi irregolari del peso di circa 150-300 g e si lascia acidificare e spurgare, per sineresi, sotto siero per circa 24 ore.

Si confeziona in vaschette con il siero del latte. I pastori facevano uso del siero quale tonico da bere al mattino, prima di una faticosa giornata nei campi e nei pascoli. I tempi di preparazione sono determinati anche dalla proporzione tra latte e fermenti (siero compreso) e dalla tempera-

tura ambientale. Il sapore varia a seconda del pascolo, della tipologia di latte (di capra o di pecora) e di come avviene la fermentazione: può dare una sensazione al palato più o meno frizzante.

Va consumato fresco (entro 10 giorni) e conservato a una temperatura di 4 °C.

Si consuma fresco, per lo più spalmato sul pistoccu, un pane tipico dell'Ogliastra

Il *casu axedu*, dal **profumo e sapore dello yogurt, ma con una chiusura dolce**, viene consumato fresco, per lo più spalmato sul *pistoccu*, un pane tipico dell'Ogliastra, **caratterizzato da una notevole croccantezza che ben si abbina alla sua cremosità**. Si può utilizzare per colazione con l'aggiunta di miele, nei pasti principali come componente di taglieri. È impiegato, nel territorio, anche al posto del pecorino, **per il ripieno dei culurgiones**, celebrità tipica della cucina ogliastrina. Sulla tavola sarda, si utilizza quale **condimento per zuppe e minestre di verdura** in quanto ne arricchisce il sapore e conferisce alla pietanza una piacevole e fresca nota acida. Recentemente viene servito **con pomodori, acciughe salate, olio extravergine e origano**. Può essere adoperato anche per impreziosire qualsiasi ricetta moderna o tradizionale, estiva o invernale, senza tuttavia appesantire il palato grazie alle note acidule che possiede.



La respirazione dei vegetali

di Flavio Dusio

Accademico di Novara

*La loro vita dall'orto
al mercato, fino
alla nostra tavola.*

Circa 450 milioni di anni fa, in un periodo cronologico geologico detto "Ordoviciano" (dall'inglese "ordovician", nome degli Ordovici, antica popolazione celtica un tempo vissuta nell'attuale Galles settentrionale, termine oggi riferito alla cronologia della stratigrafia geologica), nascevano le prime piante sulla terra. Nel Pleistocene (*pleistos* = il più, *kainos* = recente), periodo compreso fra 2.5 milioni e 11.500 anni dal presente, intorno a circa 1.8 milioni di anni fa, vedeva la luce l'*Homo Abilis*. Nonostante un'abissale distanza

temporale fra noi e il mondo vegetale, siamo una proiezione rovesciata l'uno dell'altro.

*L'uomo e le piante sono
una proiezione rovesciata
l'uno dell'altro*

Al capo dell'uomo corrispondono le radici della pianta: sono le parti più dure e mineralizzate. La pianta percepisce con le radici la qualità del terreno.





L'uomo stabilisce un rapporto con l'ambiente attraverso i sensi che hanno sede anatomica e funzionale nel capo. **La parte mediana, corrispondente alle foglie e al fusto, si può trasporre nell'uomo con la regione toracica:** entrambe provvedono alla respirazione e alla circolazione della linfa, nella pianta, e del sangue, nell'uomo. I fiori, infine, rappresentano l'equivalente degli organi riproduttivi umani. La respirazione nelle piante è l'inverso della fotosintesi. In quest'ultima, la luce solare reagisce con l'anidride carbonica producendo la sintesi di zuccheri e quindi accumulo di energia con rilascio di ossigeno in ambiente. Nella respirazione, invece, viene consumato ossigeno per trarre energia, con rilascio di anidride carbonica.

Dopo la raccolta, alcuni frutti continuano a "respirare" e a maturare

Una caratteristica della frutta e degli ortaggi, in generale, è quella di proseguire una certa attività vitale dopo la raccolta. Alcuni frutti continuano a "respirare" con produzione di etilene. Quest'ultimo è, per la pianta, un vero e proprio ormone. **L'etilene è ciò che ne fa aumentare la respirazione** e questo accelera il processo di maturazione.

L'ormone fa staccare il frutto o la foglia con un processo chiamato abscissione (*abscissio*= distacco). Non tutti i frutti, però, producono etilene nella stessa misura. **Quelli che ne producono maggiormente sono definiti "climaterici" e proseguono la maturazione anche dopo il distacco dalla pianta.** Esempi di frutti climaterici sono: mela, albicocca, caco, avocado, banana, fico, kiwi, mango, nettarina, papaya, pesca, pera, prugna,

cocomero, melone, pomodoro. **I "non climaterici", una volta staccati dall'albero, arrestano la loro maturazione,** come pure si riduce pian piano la respirazione. Tra questi troviamo: mirtillo, more, lamponi, fragole, ciliegie, uva, pompelmi, limoni, arance, lime, ananas, olive, melanzana, zucca, peperoni, melagrana. Poiché la respirazione consuma ossigeno, una buona misura per rallentarla consiste nel sottrarlo dall'atmosfera. Questa è la ragione per cui **alcuni frutti e verdure vengono venduti ricoperti da una pellicola trasparente per limitare il contatto con l'ossigeno.** I **broccoli**, che hanno una respirazione elevata, sono avvolti in una pellicola di plastica. L'etilene è un gas con funzione ormonale, prodotto dalla pianta a partire dall'amminoacido metionina. Innescata la produzione, cresce enormemente la quantità. Per esempio, **la banana**, a 15 °C, produce 15 microlitri di etilene kg/h. **L'avocado** più di 100, mentre **il limone** meno di 0,1, essendo appunto un frutto "non climaterico". L'etilene esercita alcuni effetti anche sui frutti "non climaterici", senza però alterarne la qualità organolettica. Per esempio, con limoni e arance, stimola la degradazione della clorofilla della buccia, senza alterare il loro contenuto zuccherino o la loro acidità.

Gli alimenti che rilasciano più anidride carbonica sono maggiormente deperibili

In relazione, invece, al consumo di ossigeno e quindi alla relativa scomposizione degli amidi e degli zuccheri, con conseguente rilascio di anidride carbonica, **gli asparagi, per esempio, hanno un alto tasso di respirazione.** Alla temperatura del frigorifero, rilasciano 60 mg di anidri-

de carbonica, ben cinque volte superiore al tasso di patate e cipolle, tre volte superiore a quello di lattuga e pomodoro e due volte superiore al cavolfiore e all'avocado. Tutto ciò comporta una maggiore deperibilità con perdita di acqua e raggrinzimento. Per tale ragione **occorre avvolgere l'ortaggio in un panno umido**, per rallentare la respirazione e comunque **consumarlo rapidamente in due o tre giorni dall'acquisto.**

L'industria alimentare adotta vari criteri per la conservazione della frutta stoccata, come la refrigerazione a temperature controllate, ventilazione e umidità. Proprio per quest'ultima sono impiegate soluzioni di calcio cloruro o addizione di anidride carbonica, riducendo l'umidità dell'ambiente di conservazione e il tasso di ossigeno, per rallentare il processo di respirazione.

Alcuni anni fa, la frutta veniva irrorata con soluzione acquosa di etossichina, molecola considerata tossica, il cui uso è stato proibito nel 2011 dalla Commissione Europea per la salvaguardia della salute.

Infine, **se abbiamo acquistato un frutto non climaterico (ciliegia, fragola) non dobbiamo sperare che migliori le qualità organolettiche con il tempo;** piuttosto, confidando nella tempistica dell'agricoltore circa il momento giusto della raccolta, conviene... mangiarlo subito.





Alla corte del re Castelmagno

di Ferruccio Franza

Delegato di Cuneo-Saluzzo

*Un formaggio Dop,
dal sapore fine
e delicato, che diventa
forte e piccante
con la stagionatura.*

Attaversate le Alpi, con le armate a portar sostegno al Papa, **Carlo Magno un di venne ospite del Vescovo di Saluzzo**. L'Imperatore nulla disdegnò, nemmeno **quel grosso cacio color di sacco**. Affondò la lama, squarciò la forma e gli occhi suoi brillarono al giallo oro delicato. Fece allora per tagliar via la rugosa crosta scura e incidere la venatura bluastrea. "Maestà!", l'interruppe il Vescovo, "Voi rinunciate al meglio". **L'imperatore sciolse in bocca quella delizia**

saporita, soave e forte. Da quel giorno, ogni anno, una carovana prendeva la via di Aquisgrana.

Questo è uno dei più noti aneddoti che la tradizione ci ha tramandato ma, in realtà, poco sappiamo sulle vere origini del formaggio.

I primi documenti ufficiali che richiamano al Castelmagno risalgono al 1277.

Inoltre, un decreto del re Vittorio Amedeo II, nel 1722, ordinava alla comunità di Castelmagno di assicurare al feudatario





Gnocchi al Castelmagno

Ignazio De Morri la regalia di "rubbi nove" di formaggio.

Gli erborinati, o formaggi a pasta blu, sono apprezzati soprattutto a fine pasto

È, tuttavia, nella letteratura casearia del 1900 che si è fatto strada un particolare gruppo di formaggi apprezzati soprattutto come dessert. Sono i cosiddetti "erborinati" o a pasta blu. La loro caratteristica sta nel fatto che **la presenza di muffe particolari**, del genere *Penicillium*, **conferisce loro una coloritura insolita della pasta con venature verde-bluastre.**

Gli erborinati più noti sono il gorgonzola,

il roquefort e i vari bleu francesi dei Pirenei. **A questa famiglia appartiene anche il Castelmagno**, che può essere considerato uno dei migliori formaggi italiani ed è certamente **uno dei più rari.**

Deve il suo nome al comune omonimo della Valle Grana, nelle Alpi Marittime cuneesi, dove viene prodotto da tempo immemorabile. **Oggi la zona di produzione è rigorosamente limitata a tre comuni dell'alta Valle Grana:** Castelmagno, Pradleves e Monterosso Grana.

Il riconoscimento della Doc arrivò con un Decreto del Presidente della Repubblica datato 16 dicembre 1982. Il 1° luglio **1996**, sulla base della normativa europea, si aggiunse la "Denominazione di Origine Protetta", **Dop**, a garanzia della unicità della zona di produzione. Il rispetto delle norme e la tutela dell'im-

agine del Castelmagno sono compiti oggi affidati al Consorzio di tutela che ha sede a Campomolino di Castelmagno. I produttori di Castelmagno sono rimasti pochi: famiglie, con i loro armenti, atte a produrre un formaggio che i più esclusivi ristoratori del mondo, fino a Tokyo e New York, si contendono.

Buona parte di questi produttori sono giovani, capaci e preparati, che sanno guardare al futuro consapevoli di essere portatori di una tradizione e di una produzione di straordinaria importanza culturale, oltre che economica e gastronomica.

Il Castelmagno viene fatto completamente a mano, modellato come la creta, stagionato in grotte che hanno qualcosa di magico, frutto di pascoli dove una volta il lupo era il vero padrone, e di un microclima unico.

Gli gnocchi al Castelmagno hanno sapore e profumo ineguagliabili

Gli gnocchi sono il piatto più tipico della montagna cuneese, con storia antichissima, così ghiotti che è facile cadere nel peccato di gola.

La preparazione di quelli al Castelmagno è semplice: una volta cotti e scolati, sono **passati in padella con burro, dadini di Castelmagno, panna e formaggio grattugiato.** Una veloce rimescolata sul fuoco per amalgamare il tutto, una macinata di pepe e sono pronti per essere serviti caldissimi, dopo essere stati qualche istante a dorare in forno. Il risultato è un piatto delicato, di sapore e di profumo ineguagliabili.

In ogni caso **assaggiare le singole fette di varie stagionature abbinata al miele**, rappresenta l'*optimum* per ultimare nel migliore dei modi il pasto.

Alle prime luci dell'alba, con piccoli strumenti, questo formaggio viene scolpito mentre il sole comincia a indorare le vette circostanti. Un'emozione unica, seguita dal più classico degli assaggi: una buona fetta bianca insieme a pane freschissimo e fragrante.





Conoscere gli alimenti

di **Andrea Vitale**

Accademico onorario di Milano Navigli

La corretta e approfondita lettura delle etichette, ancora sottovalutata, può consentire ai consumatori un ruolo più attivo nelle loro scelte alimentari.

La sana e corretta alimentazione è ormai considerata un caposaldo della società, che va di pari passo con la consapevolezza dei consumi alimentari. I consumatori devono essere quindi posti nelle condizioni di conoscere dettagliatamente quanto si accingono ad acquistare per potersi alimentare il più consapevolmente possibile. I produttori e distributori alimentari devono, a loro volta, contemperare le proprie esigenze commerciali con gli obblighi di informativa e conoscibilità a beneficio dei consumatori. Avremo quindi **confezioni preposte a distinguere il prodotto da quelli concorrenti, attraenti sotto una veste grafica** e tese a esaltare le qualità dell'alimento, la sua genuinità e salubrità. Tuttavia, se vogliamo ottenere tutte le "reali" informazioni sulla provenienza e sulle qualità or-

ganolettiche e nutrizionali del prodotto, **non possiamo di certo basarci su quello che "ci dice" la confezione**: abbiamo bisogno di informazioni certe e "scientifiche". Dobbiamo quindi attentamente consultare l'etichetta, ormai considerata come la vera carta d'identità del prodotto alimentare.

L'etichetta è un po' la vera carta d'identità del prodotto alimentare

La normativa sull'etichettatura dei prodotti alimentari trova le sue prime origini, a livello europeo, verso la fine degli anni Settanta, quando l'Unione Europea decide di uniformare le disposizioni legislative degli Stati membri in materia di etichettatura, pubblicità e presentazione dei prodotti alimentari.

Tale direttiva **codifica la definizione di etichetta alimentare**, stabilendo che per dirsi tale essa **deve obbligatoriamente contenere le seguenti indicazioni**: la denominazione di vendita; l'elenco degli ingredienti; la quantità di taluni di essi; il quantitativo netto per i prodotti alimentari in imballaggi preconfezionati; il termine minimo di conservazione o, nel caso di prodotti molto deperibili dal punto di vista microbiologico, la data di scadenza; le condizioni particolari di conservazione e uso; il nome o la ragione sociale e l'indirizzo del fabbricante o venditore; il luogo d'origine o di provenienza; le istruzioni d'uso, quando la loro omissione non consenta all'acquirente di fare un utilizzo appropriato del prodotto; l'indicazione del titolo alcolome-





trico volumico effettivo per le bevande con contenuto alcolico superiore all'1,2% in volume.

Successivamente, l'evoluzione delle conoscenze e delle tecniche alimentari ha comportato numerosi interventi legislativi tesi a conferire all'etichetta un sempre maggior grado di analiticità sino a giungere al **1997** quando vengono pubblicate quelle che sono considerate le linee guida in materia alimentare cui tutta la legislazione europea si è conformata e cioè il **Libro Verde della Commissione delle Comunità Europee**.

Le proposte della Commissione in materia di etichettatura

La Commissione considera, infatti, **il rapporto tra le normative in materia di**

prodotti alimentari e le esigenze di consumatori, produttori e commercianti e affronta il tema della garanzia della salute pubblica ancorandolo all'esigenza di avere una legislazione alimentare basata su risultanze scientifiche e razionali. Per quanto concerne l'etichettatura, la Commissione propone di: **regolamentare le norme relative all'origine dei prodotti e alla comprensibilità e trasparenza delle indicazioni**; abbandonare l'elencazione degli ingredienti compositi, introducendo quella dei singoli ingredienti; **regolamentare i messaggi pubblicitari in ambito alimentare**, in modo da garantire che le asserzioni riguardanti presunti effetti benefici sulla salute siano autorizzate solo se verificate e confermate da un'istituzione scientifica competente e riconosciuta in UE; introdurre messaggi relativi ai **valori nutrizionali e alle corrette abitudini alimentari**.

Tutti i principi sopraelencati rappresentano, nella loro applicazione pratica, la veste delle etichette attualmente in vigore. Lo scopo di tale innovazione è quello di tutelare adeguatamente la salute dei consumatori e assicurarne il diritto a un'informazione chiara e trasparente. È interessante, a tal fine, sapere che **le informazioni che devono obbligatoriamente comparire in etichetta** sono le seguenti: **denominazione dell'alimento**; accanto alla denominazione deve essere indicato **lo stato fisico** nel quale si trova il prodotto alimentare oppure lo specifico trattamento che ha subito (per esempio "in polvere", "concentrato", "surgelato", "ricongelato", "liofilizzato", "affumicato"). Per i prodotti congelati prima della vendita, venduti poi scongelati, è obbligatorio riportare accanto alla denominazione del prodotto l'indicazione "scongelato". Deve essere riportato **l'elenco degli ingredienti** ossia tutte le sostanze impiegate nella produzione, in ordine decrescente di peso, additivi alimentari compresi (contrassegnati da un codice alfanumerico). **L'indicazione degli allergeni** deve essere evidenziata con carattere diverso rispetto agli altri ingredienti per dimensioni, stile o colore, in modo da permettere di visualizzarne rapidamente la presenza. Anche i prodotti sfusi devono riportare l'indicazione della presenza di allergeni, obbligatoria, inoltre, sui prodotti somministrati nella ristorazione collettiva. Se sono presenti "oli vegetali" o "grassi vegetali" è neces-





sario un elenco apposito che ne indichi l'origine specifica (olio di cocco, di palma). Per quanto riguarda **la durabilità del prodotto**, esistono due indicazioni applicabili sulla confezione: **la data di scadenza, per prodotti molto deperibili**, preceduta dalla dicitura **"Da consumare entro il"** che rappresenta il limite temporale oltre il quale il prodotto non dovrebbe essere consumato, perché considerato pericoloso per la salute; **termine minimo di conservazione (TMC) per prodotti conservabili per tempi maggiori**, mesi o anni, e si usa la dicitura **"Da consumarsi preferibilmente entro il"**, la quale indica che il prodotto, oltre la data riportata, può aver variato alcune caratteristiche organolettiche, ma può comunque essere consumato senza rischi per la salute.

Altre indicazioni obbligatorie e alcune di quelle facoltative

Sono ancora **obbligatorie le condizioni di conservazione degli alimenti** che devono essere indicate per permettere una conservazione e un uso adeguati dopo l'apertura della confezione; **il Paese d'origine e luogo di provenienza**: tale indicazione, già obbligatoria per alcuni prodotti (carni bovine, pesce, frutta e verdura, miele, olio extravergine d'oliva), viene estesa a carni fresche e congelate di suini, ovini, caprini e avicoli; **la quantità al netto; il nome o la ragione sociale del produttore; la dichiarazione nutrizionale**, per la quale sono obbligatorie

indicazioni su: valore energetico, grassi, acidi grassi saturi, carboidrati, zuccheri, proteine, sale. Possono inoltre essere inserite indicazioni sulle quantità di: acidi grassi monoinsaturi e polinsaturi, polioli, amido e fibre. L'indicazione del valore energetico (espresso come percentuale delle assunzioni di riferimento per un adulto medio) è riferita a 100 g/ml del prodotto alimentare e anche alla singola porzione.

Oltre alle indicazioni che l'etichetta deve fornire obbligatoriamente, essa può essere utilizzata dal produttore per valorizzare i propri prodotti mediante quelle **facoltative ma altrettanto utili al consumatore** per orientare le scelte secondo le proprie necessità. Quelle più comunemente usate in etichetta sono **di tipo nutrizionale e salutistico**, come: "a basso contenuto calorico"; "a basso contenuto di grassi" (non più di 3 g di grassi per 100 g per i solidi o 1,5 g per 100 ml per i liquidi); "senza grassi" (non più di 0,5 g di grassi per 100 g o 100 ml); "senza zuccheri aggiunti" (il prodotto non contiene zuccheri o ogni altro elemento uti-

lizzato per le sue proprietà dolcificanti), e se l'alimento li contiene naturalmente si deve riportare sull'etichetta: "contiene naturalmente zuccheri".

Di portata diversa e "più impegnativa", tant'è vero che la loro codificazione è stata oggetto di una norma *ad hoc* (Regolamento CE relativo alle indicazioni nutrizionali e sulla salute fornite sui prodotti alimentari) sono le indicazioni che affermino o sottintendano **l'esistenza di un rapporto tra un alimento o uno dei suoi componenti e la salute**. L'apposizione di queste tipo di notizie sull'etichetta è **possibile solo entro paletti ben definiti**: per esempio, è necessario indicare l'importanza di una dieta varia ed equilibrata e di uno stile di vita sano; la quantità dell'alimento e le modalità di consumo per ottenere l'effetto benefico indicato; specificare che le sostanze nutritive contenute nel prodotto possono contribuire alla crescita, sviluppo e normali funzioni del nostro organismo; specificare che affermazioni sulla diminuzione del rischio di contrarre una malattia mediante l'assunzione di un dato alimento siano scientificamente provate.

A conclusione di questa breve ma indicativa disamina dell'evoluzione scientifica e contenutistica delle etichette alimentari mi sembra di poter affermare che **la loro corretta e approfondita lettura possa consentire ai consumatori di assumere un ruolo sempre più attivo nelle loro scelte alimentari**. Proprio sull'importanza dell'etichetta, a mio avviso ancora dai più sottovalutata, ritengo si debba porre particolare attenzione nell'ambito divulgativo ed educativo in materia di corretta e sana alimentazione.

Andrea Vitale





Consumare i funghi con accortezza

di **Gabriele Gasparro**

Delegato di Roma

Alcune raccomandazioni per non privarci di un alimento tanto gradevole e profumato.

È arrivato l'autunno, ed è ancora piacevole fare belle passeggiate in campagna e nei boschi. Spesso, nell'euforia "bucolica", ci lasciamo tentare a raccogliere funghi, facendo affidamento sulle scarse conoscenze che abbiamo, improvvisandoci esperti micologi. Tuttavia, è un passatempo molto pericoloso. **Il Centro antiveneni dell'ospedale metropolitano Niguarda di Milano ha divulgato, con l'Istituto zooprofilattico della Lombardia e dell'Emilia Romagna, una guida che illustra i pericoli gravi per l'assunzione di funghi velenosi** e le raccomandazioni per un comportamento che eviti intossicazioni spesso preoccupanti.

Una legge regola la raccolta e la scelta del fungo da mangiare

C'è una legge (353/1993) che regola la raccolta e la scelta del fungo da mangiare. **È vietato l'uso di strumenti che possano danneggiare l'apparato produttivo del fungo**, che deve essere raccolto intero, **staccandolo dal terreno con la mano**, e trasportandolo in contenitori adeguati come le ceste di vimini. Si raccomanda di **non raccogliere esemplari troppo giovani** o in cattivo stato, né distruggere quelli ritenuti velenosi. A meno che non si sia esperti conoscitori, è **miglior fare esaminare i funghi** rac-



colti **da un micologo della ASL**, che potrà indicare quelli commestibili e quelli tossici. A volte, questi si assomigliano pericolosamente.

Non esistono metodi casalinghi per scoprire se un fungo sia tossico o meno, e anche quelli commestibili possono dare problemi se sono deteriorati, infestati, cucinati in maniera inadeguata o se si hanno intolleranze.

Anche se sono molte le ricette a base di funghi che arricchiscono le nostre cucine tradizionali, è comunque **raccomandabile farne consumo in quantità moderata** specialmente per i bambini, soprattutto se piccoli.

I funghi devono essere ben cotti e conservati correttamente

I funghi devono essere ben cotti e **non vanno raccolti lungo le strade o vicino a siti industriali** e campi coltivati dove spesso si rinvenivano concimi e anticrittogamici. Per conservarli correttamente, è necessario **sbollentarli prima di congelarli e farli bollire in acqua e aceto prima di metterli sott'olio**, per prevenire lo sviluppo della tossina botulinica.

Naturalmente, di ciò soffrirà la fragranza del fungo.

Non si esagera nel rilevare l'importanza di queste raccomandazioni se si pensa che lo scorso anno il Centro antiveneni di Niguarda ha ricevuto oltre 17mila richieste di soccorso per intossicazioni per funghi, che hanno causato 20 trapianti di fegato e 44 decessi.

Altro elemento di rilievo è che **le intossicazioni possono manifestarsi a distanza di poche ore dal consumo ma spesso, quelle più pericolose, anche in tempi più lunghi**. In tale caso, causano sintomi facilmente confondibili con quelli di una semplice intossicazione gastrointestinale, ma con il tempo attaccano il fegato fino a determinare la necessità di un trapianto o, in alcuni casi, il decesso. Se si sospetta di essere intossicati dopo il consumo di funghi, è consigliabile rivolgersi a un pronto soccorso, portando, se possibile, gli avanzi dei funghi che si sono mangiati. **L'intervento deve essere il più tempestivo possibile.**

Per non privarci di un alimento tanto gradevole e saporito, rivolgiamoci con tranquillità ai mercati o agli esercizi alimentari che propongono ottimi prodotti, coltivati o meno, ma controllati per legge e sicuri.



La dieta *smartfood*

di **Alessandra D'Attilio**

Accademica di Pescara

*Longevità
e prevenzione
delle malattie
con i "cibi intelligenti".*

Lasciate che il cibo sia la vostra medicina e la vostra medicina sia il cibo", diceva Ippocrate di Kos. La nutrigenetica ha fatto suo, e rielaborato, l'insegnamento del padre della medicina, **cercando negli alimenti molecole simili a farmaci, capaci di indebolire i geni dell'invecchiamento e potenziare quelli della longevità.** Su tali principi si basa **la dieta *smartfood*** che, con i suoi "cibi intelligenti", **si propone di inibire comportamenti alimentari che aumentino il rischio di ammalarsi** e di prevenire patologie cardiovascolari, malattie degenerative, diabete e neoplasie.

*Gli alimenti intelligenti
"dialogano" con il Dna mimando
gli effetti del digiuno*

Ricerche autorevoli hanno dimostrato che "I geni della longevità si attivano quando c'è poco cibo: rallentano la produzione di energia e si preoccupano di

riparare i tessuti dell'organismo. È come se la natura avesse fornito agli animali un dispositivo per allungare la vita quando c'è poco cibo, in attesa di tempi migliori. (...) **Ma la restrizione calorica è probabilmente improponibile per la nostra specie.** È drastica e ci priverebbe di un aspetto importante della nostra socialità: la condivisione di cibo" (Elia Liotta con Lucilla Titta, *Le ricette smartfood*, Rizzoli, 2016).

Gli alimenti intelligenti "dialogano" con il Dna e **possono limitare l'accumulo di grasso** mimando gli effetti del digiuno: in pratica, mangiamo ma è come se non lo facessimo. È stato constatato che lo stato di salute è influenzato più che dal singolo alimento dai modelli alimentari e, su tutti, la Dieta Mediterranea è quello che sembra essere il più protettivo.

Sono stati catalogati 30 *smartfood*, suddivisi in 2 categorie: **20 "longevity food"**, in grado di stimolare i geni che influenzano la durata della vita, e **10 "protective food"** che, se consumati con regolarità, proteggono l'organismo da obesità e malattie croniche.

Da evitare, in una dieta *smart*, l'abuso di alcol e di insaccati; la carne rossa non va drasticamente abolita perché non esiste evidenza scientifica che la dieta vegetariana prevenga il rischio di cancro, ma nel consumo è bene non eccedere i 500 g a settimana.

*Dieta *smartfood* con "bollino"
di certificazione*

Esiste una dieta *smartfood* europea con una certificazione scientifica, quella





dell'Istituto Europeo di Oncologia di Milano. Il Team IEO è diretto da Pier Giuseppe Pelicci e coordinato dalla nutrizionista Lucilla Titta; fanno parte del gruppo le nutrizioniste e ricercatrici Maria Tieri, Greta Caprara e Vittoria Ercolanelli.

Il Team IEO affianca all'attività di ricerca nel campo della nutrigenomica quello della divulgazione, con gli obiettivi di creare e diffondere messaggi condivisi dalla comunità scientifica, **combattere disinformazione e asimmetria informativa, indurre una scelta alimentare consapevole** per promuovere la salute e la prevenzione primaria e secondaria. Il lavoro di comunicazione IEO si basa sulle 10 raccomandazioni del WCRF (World Cancer Research Fund) per la prevenzione dei tumori, e su quelle raccomandazioni elaborate da altre istituzioni scientifiche di riferimento internazionale per la prevenzione delle malattie cardio-cerebrovascolari, neurodegenerative e metaboliche.

La dieta smartfood raccomandata da IEO (<https://smartfood.ieo.it>) **descrive i due pasti principali come un grande piatto** (immagine concettuale mutuata dall'Harvard Medical School di Boston), in cui ci sia posto, a rotazione, per i *longevity* e i *protective food*. **"Non esistono regole ossessive**. Se una volta non si prepara il secondo, non fa niente. Se non si ha fame, niente sforzi. Chi è abituato a saltare il pranzo lo faccia, chi la sera mangia solo una minestra persevera. **L'importante è non passare la giornata a pizzicare brio-**

che, patatine fritte e caramelle" (op. cit.).

Quanto alle proporzioni, circa la metà deve essere costituita da verdura e frutta, prediligendo prodotti freschi e di stagione e variandone il più possibile i colori; un quarto da cereali (meglio se integrali) e derivati; un quarto da proteine (preferibilmente vegetali, ma anche animali). **Tra un pasto e l'altro, spuntini a base di frutta a guscio e semi oleosi.** Come condimento, olio extravergine e oli di semi spremuti a freddo. Da bere, acqua e tè (poco o affatto zuccherato). Altra raccomandazione, gli orari dei pasti:

PIATTO SMART

CEREALI E DERIVATI INTEGRALI: POSSIBILMENTE AD OGNI PASTO

- **CEREALI IN CHICCO:** come orzo, farro, avena, segale, grano saraceno, quinoa e riso integrale, sono da prediligere.
- **PANE E PASTA:** meglio se integrali.

VERDURA E FRUTTA

DOVREBBERO RAPPRESENTARE METÀ DEL PIATTO SMART. Prediligi prodotti freschi e di stagione, variandone il più possibile i colori.

- **VERDURA:** non rappresenta solo un contorno ma deve essere la protagonista di tutti i piatti.
- **FRUTTA:** da consumare ai pasti o come spuntino.

FONTE DI PROTEINE: LA VARIETÀ È FONDAMENTALE

- **LEGUMI:** 3-5 volte a settimana.
- **PESCE:** 3-5 volte a settimana, in particolare pesce azzurro.
- **UOVA:** 1-4 volte a settimana.
- **FORMAGGI:** 1-3 volte a settimana, meglio freschi e magri.
- **CARNE:** 0-3 volte a settimana, da preferire bianca (pollo, tacchino, coniglio). Limita il consumo di carne rossa ed evita i salami e le carni lavorate.
- **LATTE, YOGURT O SOSTITUTI VEGETALI A BASE DI SOIA:** 1-2 porzioni al giorno, senza zuccheri aggiunti.

ACQUA: FONDAMENTALE PER IL CORRETTO FUNZIONAMENTO DELL'ORGANISMO

Un paio di bicchieri a pasto e altri quattro durante la giornata. Da evitare invece le bevande zuccherate (succhi di frutta, tè freddo, cola ecc...).

GRASSI BUONI E CONDIMENTI: NECESSARI PER BILANCIARE IL PASTO

- **OLIO EXTRA VERGINE D'OLIVA:** condimento principe del piatto smart. Oli di semi, solo spremuti a freddo.
- **FRUTTA SECCA A GUSCIO:** per lo spuntino e come ingrediente per arricchire i tuoi pasti.
- **SEMI, SPEZIE ED ERBE AROMATICHE:** per ridurre l'uso di sale, mantenendo comunque sapori i tuoi piatti.

il più possibile regolari, possibilmente concentrati in un intervallo temporale di 12 ore (quelle diurne), così da dare tregua alle vie genetiche del metabolismo.

I cibi possono diventare ingredienti di ricette della salute, con un impiego consapevole

I cibi intelligenti possono diventare ingredienti di ricette della salute, a condizione che ne venga fatto un impiego **intelligente attraverso metodi di conservazione e di cottura adeguati. Grande importanza hanno anche gli abbinamenti.** Per esempio, la vitamina C favorisce l'assorbimento del ferro a livello intestinale, quindi è opportuno **utilizzare alimenti fonti di vitamina C per condire, accompagnare e concludere il pasto. Abbinare i legumi ai cereali** completa il profilo proteico del pasto: sono perciò esempi di ricette intelligenti pasta e fagioli, farro e lenticchie, riso e piselli. Altra regola importante è **ridurre il consumo di sale**, utilizzando **elementi che aumentino il gusto, e la percezione della sapidità**, come funghi, spezie piccanti ed erbe aromatiche.

LONGEVITY FOOD	PROTECTIVE FOOD
ARANCE ROSSE	AGLIO
ASPARAGI	
CACHI	CEREALI INTEGRALI
CAPPERI	
CILIEGIE	ERBE AROMATICHE
CAVOLO CAPPUCCIO ROSSO	
CIOCCOLATO FONDENTE min 70%	FRUTTA A GUSCIO
CIPOLLE	
CURCUMA	FRUTTA FRESCA
FRAGOLE	
FRUTTI DI BOSCO	LEGUMI
LATTUGA	
MELANZANE	SEMI OLEOSI
MELE	
PATATE VIOLA	OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA
PEPERONCINO, PAPRIKA PICCANTE	
PRUGNE NERE	OLIO DI SEMI SPREMTI A FREDDO
RADICCHIO ROSSO	
TÈ VERDE E TÈ NERO	VERDURE
UVA	



Nutrinform Battery, l'etichetta educativa all'acquisto di cibo

di Vito Amendolara
Accademico di Napoli

*Approvata dalla Ue
la proposta italiana
di etichettatura
nutrizionale per una
scelta consapevole.*

Continua senza sosta il percorso di operazioni poco trasparenti, se non torbide, tese a confondere o, meglio, aggredire il consumatore nel gesto quotidiano che compie durante l'acquisto del cibo. Si tratta ora di un processo in atto in tutta Europa, che mira a introdurre, a largo raggio, per i prodotti alimentari, **le etichette a semaforo, il cosiddetto Nutri-score**. L'ultimo Paese coinvolto è la Germania che, con Francia, Belgio, Paesi Bassi, Lussemburgo e Spagna, già adotta questo sistema.

Il tentativo è quello di catalogare e **distinguere**, con simboli piuttosto accattivanti (colori e lettere), **il cibo sano da quello nocivo, secondo i parametri nutrizionali**. Tuttavia, non esistono cibi buoni e cibi cattivi: ognuno ha propri pregi e difetti, l'importante è sceglierli e consumarli bene, per renderli compatibili con il proprio metabolismo. Si tratta, in definitiva, di costruire un articolato mosaico della salute, in cui tutte le "tesere", nell'esprimere la loro efficacia, procurino il benessere psico-fisico utile a migliorare la qualità della vita.

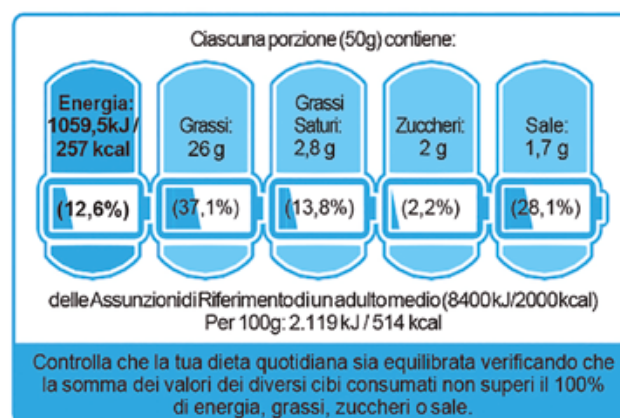
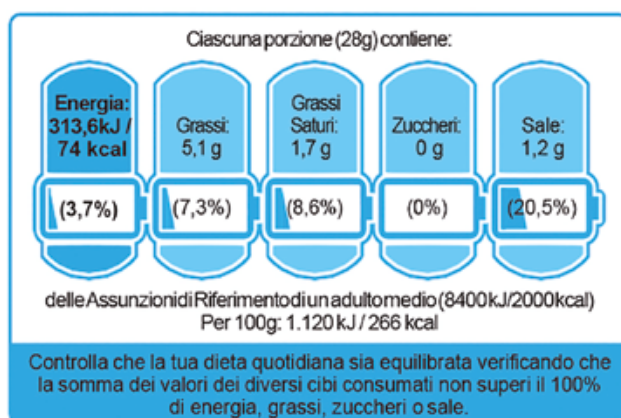
Nei fatti, la costruzione di un mosaico così

importante per la salute umana presuppone **una forte consapevolezza nell'acquisire la "dose" giusta e quotidiana**, per imparare con intelligenza a nutrirsi piuttosto che ad alimentarsi e per essere scevri da qualsivoglia condizionamento.

*Le scelte del consumatore
spesso non sono determinate
da criteri nutrizionali*

Si fa fatica a resistere all'invasione spesso ingannevole di **una pubblicità che esagera** nel raccomandare prodotti salutari; **la sua capacità suggestiva ed evocativa induce spesso a scelte più emotive che razionali**. Bisogna prendere atto che le scelte alimentari del consumatore sono ancora ben lungi dall'essere determinate da criteri nutrizionali, in parte **per carenza di informazione** a monte (o per eccesso, al punto da stordirci) e in parte **per erronea comunicazione**, volontaria o involontaria, di "verità scientifiche".

Un esempio per tutti è il cosiddetto **condizionamento ambivalente: da un lato,**





si stimola il consumo degli alimenti e, dall'altro, si incita alla perdita di peso mediante la simultanea proposta di prodotti provvisti di "sicura efficacia dimagrante", trascurando "involontariamente" l'importanza dell'attività fisica.

Questo stato dell'arte, oltre a imporre la **necessità di un controllo istituzionale più marcato**, deve sollecitare il consumatore, e non è retorica, ad acquisire più consapevolezza in due momenti fondamentali della quotidianità: l'acquisto del cibo e il suo consumo, atto, quest'ultimo, che compiamo mediamente tre volte al giorno e che non può essere fatto in maniera superficiale.

L'attenta lettura delle etichette apposte sulle confezioni, quella degli ingredienti e dei valori nutrizionali, **deve diventare un must** se ci si vuole approcciare in maniera intelligente al cibo.

*Un'informazione semplice
per la giusta dose quotidiana
di calorie e nutrienti*

In tale contesto, si appalesa la buona notizia: **l'azione proattiva, compiuta dai tre Ministeri (Salute, Agricoltura e Sviluppo Economico), dal Crea, dalla Col-diretti, dall'Istituto Superiore della Sanità e dalla Luiss**, nel presentare una

proposta di **etichetta alternativa al Nutri-score**, accolta dalla Commissione europea il 27 luglio scorso. **Si tratta del sistema cosiddetto Nutrinform Battery, che ha un approccio educativo e non proibitivo all'acquisto.**

In effetti, nell'etichetta, dove sono raffigurate alcune batterie, **viene espressa sia la quantità di calorie e di nutrienti che si assumono consumando quel prodotto, sia l'incidenza di questi nutrienti sulla dieta quotidiana generale.**

L'obiettivo, quindi, è quello di indurre il consumatore a diventare soggetto "pensante" e non acquirente che per comodità si lascia condizionare da un'etichetta, specialmente se allettante dal punto di vista cromatico.

Non si tratta, in definitiva, di mettere in competizione i due sistemi di etichettatura, ma di fornire tutti gli elementi utili affinché il consumatore diventi "consumatore", protagonista nella scelta e nel modo di nutrirsi, superando i condizionamenti dei brand, dei colori, del posizionamento del prodotto sullo scaffale e, ancor di più, di quell'eccesso di informazioni che danneggia la capacità di attenzione.

L'asino di Buridano insegna che l'indecisione è fonte di gravi conseguenze, ma lo è ancor di più l'inconsapevolezza che a volte ci rende "troppo intelligenti" nel pensare che gli altri possano essere condizionati nelle scelte, mentre noi no,

dimenticando che spesso gli altri siamo noi.

Dunque, **è la consapevolezza che può fare la differenza nello scegliere un prodotto** piuttosto che un altro, nel leggere un'etichetta piuttosto che snobbarla, perché è con la consapevolezza che si dà forma e senso a un'etica del cibo e a un'educazione comportamentale capaci di liberarci da una prigione fatta di comportamenti abitudinari e automatici, per prestare maggiore attenzione alle nostre scelte.

Rimangono solo due opzioni per migliorare la qualità della vita: scaricare una *App* sul mangiare sano, suscitando l'ilarità del nostro cellulare, oppure imparare a costruire il nostro mosaico della salute parafrasando François de La Rochefoucauld: "Mangiare è una necessità, mangiare intelligentemente è un'Arte".





Società Filologica Friulana,
Udine 2020, pp.188
€ 13,00



Ce vitis in cusine!

*Corsivi gastronomici
per la trasmissione "Vita nei Campi"*

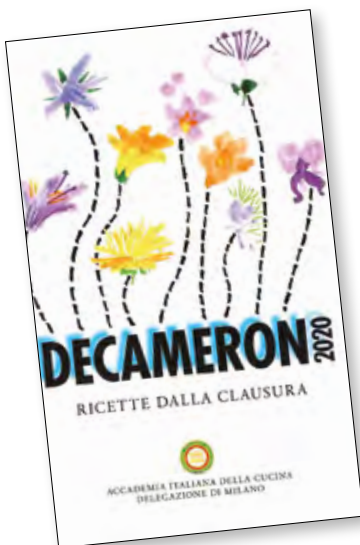
di Roberto Zottar

La varietà dei panorami, non solo paesaggistici, ma anche umani, socio-culturali, floro-faunistici ed enogastronomici, pone l'Italia ai primi posti nel mondo e conferisce ai nostri "prodotti" un'attrattiva quasi unica. Pur-

troppo, negli ultimi decenni, la nostra società è stata da più parti aggredita, e a volte anche adescata, da quella tendenza al livellamento che va sotto il nome di globalizzazione e rappresenta una letale minaccia per la biodiversità. Illuminante a questo proposito è l'immortale Mario Soldati, che nel suo *L'albergo di Ghemme* scriveva: "...perché a Gattinara o a Ghemme mi offrono un Chianti o un Bardolino e il menu di un albergo alpino è disperatamente lo stesso di un ristorante della costa tirrenica o adriatica?". In questo volume, il cui titolo in lingua suona "Che fatica in cucina!", Roberto Zottar supera

ampiamente i limiti di un sia pur accattivante ricettario della cucina friulana e giuliana e fornisce al lettore un'esauriente e affascinante attrattiva storico-culturale per le specialità di una regione che si trova a fare da crocevia fra tre concezioni del mondo e della vita, spesso profondamente diverse fra loro, oltre a tutto espresse in lingue differenti. E così ci si trova nel paradiso del patrimonio chiamato biodiversità, con il preciso proposito di non lasciarsi allettare da spinte livellatrici e semplificatrici, anche a costo di continuare, magari un po' affaticati ma appagati, a ripeterci "Ce vitis in cusine!".

Accademia Italiana della Cucina.
Delegazione di Milano
2020, pp. 199,
edizione fuori commercio



Decameron 2020

Ricette dalla clausura

Firenze 1348, peste nera. Milano 2020, Covid-19. Due situazioni di clausura preventiva, separate da più di sei secoli ma accomunate dalla necessità di sfuggire a un sinistro destino e dal desiderio di far fruttare il tempo, inaspettatamente disponibile, in attività utili, piacevoli e gratificanti. Da una parte dieci giovani della buona società fiorentina impegnati a "produrre" ogni giorno dieci novelle, dall'altra gli Accademici di Milano impegnati a proporre le ricette a ciascuno più congeniali, spesso accompagnate dalla documentazione fotografica del risultato. Le 102 preparazioni testimoniano la volontà di svelare e condividere un patrimonio gastronomico, la cui consistenza e diversità continuano ad affascinare anche persone, come gli Accademici, che interessi e consuetudini hanno contribuito a ren-

dere abbastanza smalziati. Il parallelismo fra Firenze e Milano non finisce qui: Boccaccio mette al centro la ricreazione del mondo e dell'umanità dopo il flagello della peste, più o meno come il *Decameron 2000* si prefigge l'obiettivo di stimolare la resistenza e la resilienza durante la pandemia da Covid-19. Come fa notare Dino Betti van der Noot nella sua nota introduttiva, questo ricettario riproduce, sul piano culinario, il cosmopolitismo della Delegazione e dell'offerta gastronomica di Milano, dove si può trovare anche un po' di cucina tradizionale meneghina. Il progetto grafico di un altro Betti van der Noot (Gian Lorenzo) e i 56 acquerelli gastronomici di Titti Fabiani, unitamente alle fotografie degli Accademici, rendono il volume piacevole alla vista, quanto le ricette hanno la potenzialità di renderlo gradito al gusto.



Commenti, opinioni, suggerimenti

di Silvia De Lorenzo

La rivista mensile e bimestrale; le nuove pubblicazioni; le proposte per il tema dell'anno 2021. Gli argomenti di rilievo di una interessante riunione.

rivolto il suo saluto ai membri in collegamento, dedicando, poi, un pensiero commosso all'amico, recentemente scomparso, Gianni Fossati.

Di tutt'altro tono il prosieguo dell'incontro, con molti argomenti all'ordine del giorno sulle numerose attività da intraprendere, in relazione alle quali tutti hanno mostrato interesse e attiva partecipazione.

La rivista bimestrale sarà ora distribuita in tutta Italia

Paolo Petroni ha annunciato che la rivista bimestrale, già dal quinto numero in uscita a novembre, sarà distribuita in tutta Italia (finora solo in area test) e **ciò darà la possibilità di pubblicizzarla su quotidiani e periodici**. Molti gli interventi propositivi su tale argomento da parte dei membri del CSFM volti a far sì che la bimestrale possa avere una lunga vita.

A proposito di pubblicità (è la prima volta che l'Accademia acquista spazi sui mezzi di comunicazione per far conoscere le

sue attività rivolte al grande pubblico), il Presidente ha comunicato che **alcune inserzioni sulla stampa inviteranno gli utenti di smartphone e tablet a scaricare gratuitamente la nuova App** che consente di **entrare nel mondo dell'Accademia**, e di informarsi sulle novità inerenti l'enogastronomia e la ristorazione e consultare la Guida ai Ristoranti, le Ricette, la Rivista, le Pubblicazioni e la Biblioteca.

Storia della cucina italiana a fumetti e tema dell'anno

Le pubblicazioni dell'Accademia si arricchiranno del volume sulla storia della cucina italiana a fumetti, ormai in dirittura d'arrivo, dedicato ai ragazzi delle scuole medie. **Il Presidente ne ha descritto le caratteristiche principali**: 200 pagine, copertina cartonata, formato cm 23x30, contenuto suddiviso in periodi storici fino ai nostri giorni; si concluderà con un indice analitico e un'appendice con i piatti più importanti della cucina italiana. Un'opera unica, destinata a rimanere valida per molti anni, che potrà avvicinare i giovani all'origine e all'evoluzione nel tempo delle nostre tradizioni gastronomiche.

Varie, interessanti e argomentate le proposte sulla scelta del tema dell'anno 2021 sul quale saranno imperniati il prossimo volume della Collana di Cultura Gastronomica e la cena ecumenica. I temi indicati saranno valutati dal Consiglio di Presidenza che deciderà quello definitivo. Un saluto condiviso ha concluso una riunione virtuale solo nella forma, con l'auspicio del Presidente al prossimo incontro in presenza, in primavera.

Si è svolta **in videoconferenza la riunione del Centro Studi "Franco Marengi"**, mentre, come ha sottolineato, in apertura dei lavori, il Presidente Petroni, l'andamento della pandemia non è confortante. Sergio Corbino, Presidente del CSFM, ha





Veneto

VENEZIA

Convegno sul tema "La cucina di casa oggi: luoghi e culture"

Venezia celebra Pellegrino Artusi.

A conclusione del convegno per il bicentenario della nascita di Pellegrino Artusi, la Delegazione ha ritenuto di evocare - alla gradita presenza del Segretario Generale Roberto Ariani e del Direttore del locale quotidiano "Il Gazzettino" - un pranzo artusiano, riservato ai Soci veneziani e affettuosamente ai relatori (Alberto Capatti, Laila Tentoni, Leda Vigliardi Paravia e Pier Alvisè Zorzi, protagonisti della giornata dedicata all'Autore), peraltro aperto ai numerosi Delegati e Accademici intervenuti (Treviso, Treviso-Alta Marca, Brescia, Trento, Trieste, Modena). Per l'eccezionalità dell'occasione, è stato dato incarico alla trattoria "Da Fiore", dove la stellata Mara ha magistralmente interpretato il suo ruolo, destreggiandosi con un menu, ancor meglio con una *distinta* (i cui piatti venivano indicati ciascuno con il numero di ricetta che appare nel manuale del Maestro) che par-

tiva dalla *Minestra in brodo* per seguire con i *Principii*, quindi con la *Minestra asciutta di magro* e il *risotto di funghi*, cui seguivano il *Tramesso, gli Umidi* e il *Dolce al cucchiaino*.

All'apertura, saluto rituale della Delegata la quale, preso atto che le norme di sicurezza apparivano rispettose delle garanzie sanitarie, porgeva un caloroso ringraziamento a tutti gli intervenuti per l'apporto accademico dato all'iniziativa e il concorso intellettuale nel ricordare il grande personaggio che così tanto si è battuto per far conoscere la cucina italiana nel mondo (a oggi, il manuale circola tradotto in decine di lingue, russo compreso). Gradevolissima, vivace, partecipata la riunione conviviale, che vuol essere un ennesimo segnale di fiducia del sodalizio e nella cucina di casa nostra, con il comune spontaneo e sincero auspicio di una generale ripresa. (Rosa Maria Rossomando Lo Torto)



Friuli - Venezia Giulia

GORIZIA, BASSANO DEL GRAPPA-ALTOPIANO DEI SETTE COMUNI

Le due Delegazioni si incontrano nel Collio

Ospite Bruno Pizzul, che ha raccontato le storie legate a questa terra di confine.

Stupenda giornata nel Collio Friulano. L'Accademico Claudio Pasqualin (con i natali in quel di Udine) e il Delegato di Bassano del Grappa-Altopiano dei Sette Comuni, Luigi Costa, hanno contribuito, in maniera impeccabile, a organizzare la visita enogastronomica in Friuli, nell'incantevole cornice del Collio. A fare gli onori di casa Roberto Zottar, Delegato di Gorizia. Gli Accademici sono stati accolti nientemeno che da Loris II, Duca del Granducato dei Vini Friulani, che ha illustrato la preziosa opera di divulgazione dei vini friulani, accompagnandoli nella visita alla Cantina "Canus" di Gramogliano di Corno di Rosazzo. Lì, con una vista imperdibile sul Collio italo-sloveno, sono stati degustati tre grandi vini (Ribolla Gialla, Friulano e Merlot), prodotti in questa

piccola/grande cantina e abbinati allo squisito prosciutto San Daniele e all'ottimo montasio di diverse stagionature. La giornata è proseguita all'"Osteria del Cacciatore - La Subida" di Cormons, un locale caldo e accogliente, dove Tanja, figlia del fondatore Josko, assieme al marito Alessandro, ha deliziato tutti con la cucina di frontiera. Piatti della tradizione, dai sapori raffinati e originali, dove le culture friulana e slovena si fondono e si incrociano. L'ospite d'onore è stato il mitico Bruno Pizzul, che ha raccontato le storie legate a questa terra di confine, dove è nato e vive. La passeggiata nel bosco delle roverelle e la visita alla suggestiva acetia Sirk, ideata e gestita da Josko, con degustazione del suo aceto prodotto dal mosto, sono state l'ultima tappa di una giornata molto "accademica".



Emilia Romagna

REGGIO EMILIA

Una sfida enologica e culturale

L'occasione di costruire un sapere comune e condiviso.

Presso il ristorante agriturismo "Casalia", a Casina di Reggio Emilia, locale molto curato e accogliente, si è svolto l'annuale convivio dedicato ai vini, nel quale, almeno per una volta l'anno, il protagonista a tavola è il vino e il cibo ne è il semplice supporto. Quest'anno, l'oggetto della cena era una sfida: Franciacorta contro Trentodoc. In un video, realizzato dalla Delegazione, una voce fuori campo e gli attori nelle parti dei due vini hanno narrato la storia e le peculiarità dei due prodotti di eccellenza, partendo dai consorzi di tutela e illustrando anche le caratteristiche del territorio: due zone simili ma con particolarità diverse. I vini degustati erano ben abbinati ai piatti, a esaltare i sapori di entram-

bi. Con l'arrivo delle tagliatelle di grano antico con funghi porcini e del rollè di coniglio, la sfida è entrata nella sua fase più interessante: un Franciacorta Annamaria Clementi 2010 e un Trentodoc Giulio Ferrari riserva 2007, che hanno entrambi messo in risalto il gusto della carne. Per la torta di pesche e cioccolato con gelato alla crema si è osato un accostamento delizioso e apprezzatissimo dagli Accademici: un Merlino di Pojer and Sandri, un vino trentino fortificato con un brandy prodotto dalla stessa cantina. Per la cronaca, l'esito della sfida è stato di 15 a 4 a favore del Trentodoc, ma la serata, come sempre, ha riscosso un enorme successo, sia per l'oggetto sia per la formula.

(Anna Marmiroli)

ACCADEMICI IN PRIMO PIANO

*L'Accademico di Bologna-San Luca, **Giorgio Cantelli Forti**, è stato rieletto, al terzo mandato, Presidente dell'Accademia Nazionale di Agricoltura.*

*L'Accademico di Caltagirone, **Filippo Ferrara**, è stato nominato Presidente della Commissione Normativa del Terzo Settore, per l'anno rotariano 2020-2021.*

*L'Accademico di Caltagirone, **Maurizio Pedi**, è stato nominato Presidente dell'Associazione "Genius Loci" di Caltagirone.*

*L'Accademica di Bolzano, **Isabelle Prinoth**, è stata nominata Presidente del Rotary Club Bressanone Brixen per l'anno sociale 2020-2021.*

*L'Accademica di Caltagirone, **Adriana Privitera**, è stata nominata Vice Presidente Sicilia Orientale della Commissione Basic Life Support and Defibrillation, per l'anno rotariano 2020-2021.*

*L'Accademico di Caltagirone, **Francesco Salvatore Rapisarda**, è stato nominato Cavaliere dell'Ordine di San Gregorio Magno.*

Marche

ANCONA-RIVIERA DEL CONERO

55ª edizione del Premio Verdicchio d'Oro

Uno dei più longevi della cultura enogastronomica in Italia.

Si è svolta a Staffolo la 55ª edizione del Premio nazionale di Cultura enogastronomica "Verdicchio d'Oro", riservato a coloro che si sono distinti nella promozione e valorizzazione della cultura enogastronomica del nostro Paese. Istituito nel 1966, grazie alla collaborazione tra il Comune e l'Accademia, nel tempo l'evento si è consolidato ospitando, a ogni nuova edizione, rappresentanti della cultura, del giornalismo e dello spettacolo.

Quest'anno i premiati, scelti da una giuria composta dal Sindaco di Staffolo, Sauro Ragni; dal CT dell'Accademia, Sandro Marani, e dal Presidente della sezione centro-est dell'Accademia dei Geografili, Natale Frega, sono stati: Mimmo D'Alessio, Vice Presidente Vicario dell'Accademia; Alberto Giombetti, Capo Gabinetto Presidenza CIA-Agricoltori Italiani Roma; Andrea Segrè, docente di Politica Agraria all'Università di

Bologna e Presidente CAAB Bologna. La manifestazione si è svolta in due giornate di riflessione, studio e analisi, con relatori di assoluto rilievo, tra i quali il Presidente Onorario dell'Accademia, Giovanni Ballarini. Alla tavola rotonda sul tema "Spreco zero", è seguito, il giorno successivo, il convegno accademico su "L'Olio e il Vino: Alimenti nobili della dieta?". Il Sindaco Ragni ha sottolineato: "Grazie anche al Premio Verdicchio d'Oro, che si è sempre evoluto negli anni per essere al passo con i tempi, un piccolo paese di circa 2.200 abitanti è salito alla ribalta nazionale". Alla riuscita della manifestazione contribuiscono tutti i 18 piccoli produttori di Verdicchio del Comune. Staffolo e il Verdicchio sono un connubio imprescindibile: il territorio è difatti un vero e proprio susseguirsi di vitigni e campagne coltivate e, non a caso, Staffolo è soprattutto conosciuta come il "Colle del Verdicchio". (Sandro Marani)





Lazio

LATINA

Festeggiati i 35 anni della Delegazione

Un evento tra passato e futuro.

Ricorre quest'anno il 35° di fondazione della Delegazione, inaugurata a marzo del 1985 da Mario Staderini, allora Delegato di Roma, in rappresentanza del Presidente Giovanni Nuvoletti che venne in visita l'anno successivo. L'avvenimento non è stato celebrato con la dovuta importanza a causa della situazione d'emergenza creata dal *coronavirus*, per cui si è approfittato della riapertura delle attività per ricordare l'evento con un convivio. Tanti sono stati i convegni e le manifestazioni organizzati dalla Delegazione per promuovere le qualità dei prodotti della terra pontina e una conoscenza più approfondita e completa della sua cucina. In questi anni, inoltre, con la frequentazione di numerosi ristoranti,

che rappresentano la gastronomia della provincia, la Delegazione ha collaborato a farli conoscere al vasto pubblico che segue l'Accademia. Un pensiero affettuoso è stato rivolto agli Accademici scomparsi, che per molto tempo hanno contribuito ai successi dell'attività. Per l'occasione, la Presidenza ha inviato ai Soci fondatori: Benedetto Prandi, Delegato onorario che per trent'anni ha diretto la Delegazione; Gian Luigi Chizzoni, Delegato; Pietro Bianchi, Vice Delegato; Vincenzo Maio, il diploma di appartenenza all'Accademia per i 35 anni e il distintivo d'oro. Dopo i ricordi del passato, uno sguardo rivolto al futuro con la presentazione dei nuovi Accademici Antonio Riggio e Massimo D'Ambrosio. (Gian Luigi Chizzoni)

Regno Unito

LIVERPOOL

Liverpool riparte

Parole di incoraggiamento, in questo periodo difficile.

La Legazione, in settembre, ha organizzato una cena intitolata "Liverpool riparte" presso il noto ristorante italiano "Il Forno Restaurant", gestito dall'imprenditore italiano Paolo Cillo. Il tutto si è svolto nel rispetto delle normative governative vigenti anti-Covid19. La serata ha avuto come ospiti alcuni personaggi di spicco della comunità locale e internazionale, quali la Lord Mayor di Liverpool e il

connazionale, nonché allenatore dell'Everton, Carlo Ancelotti. Il Legato Marco Boldini ha espresso grande soddisfazione per il risultato della serata e ha indirizzato i propri auguri e parole di incoraggiamento, in questo periodo difficile, a tutta la comunità di Liverpool. L'auspicio di Boldini è quello che la città riparta con grande entusiasmo e forza, con la consueta determinazione che la contraddistingue.

Puglia

ALTAMURA

Jazz and Wine

La partecipazione della Delegazione a un evento promozionale del territorio murgiano.

L'associazione culturale *TourArt&Food*, con sede a Gravina in Puglia, ha organizzato, nello storico convento di Santa Sofia, un evento culturale, nel quale la musica jazz ha incontrato il vino. Il taglio storico-culturale è stato affidato a Francesca Portoghese, Delegata di Altamura. La relatrice, attraverso un dotto *excursus* e la lettura di aforismi riconducibili a poeti, filosofi e scrittori, ha intrattenuto il pubblico evocando storia, simbologia e potenza della divina bevanda, citando infine il *Simpolio* di Platone con i suoi *crateri* di miscita, ancor oggi visibili nel Museo Civico "Pomarici-Santomasini", a testimonianza di una civiltà da cui Gravina trae le origini. Il jazz come commistione di generi musicali, così come il vino

deriva dalla sapiente mescolanza di varietà di vitigni. Il jazz come musica umorale, così come la degustazione del vino è influenzata dal momento, dalle annate, dai territori. Il jazz, come il vino, crea convivialità.

Nel corso dell'evento, l'internazionale Cipriani Trio Jazz - Viola & Voice ha eseguito brani inediti del maestro e compositore Vincenzo Cipriani; il dottor Beniamino D'Agostino, rappresentante delle storiche Cantine Botromagno ne ha sottolineato la lunga tradizione; il sommelier Vincenzo Carrasso, Delegato AIS Murgia, ha guidato la degustazione del vino "*Dedicato*" Primitivo Dop Gioia del Colle. È intervenuto, inoltre, l'Assessore alla valorizzazione dei prodotti agro-alimentari del Comune di Gravina, Pino Laico. (Rita Lucia Indrio)





PIEMONTE

ALBA LANGHE
24 settembre 2020

Ristorante "Azienda Agrituristica Cascina Italia" di Giacomo Mosso, anche in cucina. ●Via Pautasso 75, Ceresole d'Alba (Cuneo); ☎0172/575014, cell. 335/5851186; coperti 30. ●Parcheggio privato del ristorante; ferie mai; giorno di chiusura mai. ●Valutazione 7; prezzo fino a 35 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: tinca, storione e anguilla affumicati a freddo, peperoni ripieni, tinca affumicata a caldo, tinca in carpione; tagliatelle con gamberi d'acqua dolce; tinca fritta; bonet.

I vini in tavola: Alta Langa (Garbarino); Soave (Le Battistelle); Moscato (La Caudrina);

Commenti: Le tinche sono da sempre la vera specialità ceresolese, capaci di attrarre nel mese di settembre molti forestieri e buongustai. Cascina Italia, a fianco dell'allevamento ittico e del laboratorio di trasformazione, offre, su prenotazione, un servizio ristorante proponendo un viaggio gastronomico alla riscoperta di un pesce un po' dimenticato ma davvero sfizioso ed eccellente, come hanno potuto verificare gli Accademici.

ASTI
7 agosto 2020

Ristorante "Il Bric dell'Usignolo" di Franco Rabino, in cucina Gabriella Rabino. ●Frazione Lavezzole 88, San Damiano (Asti); cell. 366/9801983; www.ilbricdellusignolo; coperti 60+40 (all'aperto). ●Parcheggio privato del ristorante; ferie gennaio; giorno di chiusura sabato a pranzo e domenica sera (altri giorni su prenotazione). ●Valutazione 7,5; prezzo fino a 35 €; carte accettate nessuna.

Le vivande servite: salame crudo, focaccia con il lardo, ballotte di carne al profumo di menta e di erba limonina, crostini al pomodoro e al bagnetto; bocconcini di galletto alla sabauda; cipolla alla Piera; fiore di zuccina fritto; zucchine ripiene; peperone alla Gorìa; lasagnette di verdure dell'orto e lasagnette golose; vellutata tiepida di fagioli; parmigiana di melanzane all'astigiana; torta di pesche del Bric con gelato alla crema.

I vini in tavola: Barbera d'Asti 2018; Arneis Desbela (entrambi Val Serra, San Damiano d'Asti).

Commenti: Anche quest'anno, per la riunione conviviale ferragostana, gli Accademici si sono riuniti in questo accogliente agriturismo ove operano due generazioni istruite e seguite dalla mitica zia Piera, una delle più attente allieve di Giovanni Gorìa. Purtroppo, le dure leggi e un improvviso temporale hanno impedito il gran buffet di aperitivi e stuzzichini, tipicità del locale. Oltre alla ghiotta minestra di fagioli, senz'altro il piatto più riuscito, è stata servita una onesta cena, cui forse mancava un po' di quella vivacità tipica della

cucina del territorio. Come sempre, Franco ha coordinato il servizio con l'abituale destrezza, riscuotendo il plauso degli Accademici.

BIELLA
25 settembre 2020

Ristorante "CellaGrande" di Roberto Bagnod e Florina Neamtu. ●Via Cascine di Ponente 21, Viverone (Biella); ☎0161/1892213; info@cellagrande.it, www.cellagrande.it; coperti 100+50 (all'aperto). ●Parcheggio privato del ristorante; ferie mai; giorno di chiusura mai. ●Valutazione 6,47; prezzo da 66 a 100 €; carte accettate CartaSi/Visa/MasterCard.

Le vivande servite: taglieri di formaggi e salumi di produzione propria con focaccia e grissini; tartare di coregone, limone candito e melissa con salsa al pomodoro e chips al nero; risotto mantecato al "Francigeno" (spumante brut Docg); straccetti di coregone e polvere di barbabietola; gambotto di fassone arrostito alla fornarina, gratin di patate croccante e verdure miste; zuppetta di frutti rossi allo zenzero con meringa e gelato di pane, burro e marmellata.

I vini in tavola: Francigeno, Erbaluce brut Martinotti; San Michele, Erbaluce di Caluso Docg; rosso Memore; Ardorem, Erbaluce di Caluso passito Docg (tutti dell'azienda CellaGrande).

Commenti: Location fantastica sul lago di Viverone, sita in un monastero benedettino del XII secolo, con diritto di pesca e produzione di vino. Il complesso, restaurato dalla famiglia Bagnod, offre vini, soprattutto Erbaluce, formaggi, carni e salumi

provenienti da diverse proprietà agricole della famiglia. Gli Accademici hanno gustato l'aperitivo nella cappella dedicata a San Michele e hanno proseguito la cena in una delle sale della struttura. In generale buono il cibo, ottima la tartare di coregone, ma andrebbe migliorato il rapporto qualità-prezzo e stare più attenti alla temperatura di alcune pietanze. Il servizio è stato molto gentile, accurato e attento.

CUNEO-SALUZZO
29 agosto 2020

Ristorante "Balma Meris" di Cinzia Chiambretto. ●Località Sant'Anna 53, Valdieri (Cuneo); cell. 371/3565914; balmameris@libero.it, www.balmameris.com; coperti 40. ●Parcheggio comodo; ferie mai; giorno di chiusura mai. ●Valutazione 8,5; prezzo da 36 a 45 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: salsiccia di Bra avvolta nella nocciola bionda tonda gentile delle Langhe; flan di peperoni di Cuneo con "bagna cauda"; vitel tonnè; maltagliati alla segale con fonduta all'Ariund; trota della regina all'achillea con contorno di stagione; zuppa all'inglese con savoiardi.

I vini in tavola: Censo; Barbera (entrambi Fratelli Rabino).

Commenti: Balma Meris è una caratteristica locanda alpina situata nel cuore del Parco delle Alpi Marittime, in un edificio fatto erigere, negli anni Trenta, dalla Regina Elena di Savoia e in epoca più recente, sino alla metà degli anni Settanta, adibito a scuola. La locanda prende il nome dal torrente Meris, mentre balma identifica un ricovero nella pietra tipico delle regioni montane. Ottima la scelta dei piatti della tradizione piemontese da parte del Simposiarca Francesco Bonamico, che ha preparato, con cura e attenzione ai particolari, la riunione conviviale. Unanime l'apprezzamento da parte degli Accademici e dei loro ospiti. Servizio oltremodo cortese e attento.

NOVARA
9 settembre 2020

Ristorante "Da Giò" della famiglia Brovelli, in cucina Carlos Molinari. ●Via la Campeggio 8, Lesa - Frazione Solcio di Lesa (Novara); ☎0322/77086, cell. 333/6392327; coperti 70. ●Parcheggio comodo; ferie ottobre - fine febbra-

CALENDARIO DELLE MANIFESTAZIONI ACCADEMICHE 2020

NOVEMBRE

Dal 17 ottobre al 30 novembre - **Cremona**
Festival della Mostarda 6.0

Dal 23 al 29 novembre - **San Paolo**
9ª Settimana della Cucina Regionale Italiana a San Paolo

23-29 novembre
V Settimana della Cucina Italiana nel Mondo

DICEMBRE

12 dicembre - **Pordenone**
Consegna IX Premio "Mattia Trivelli"



PIEMONTE segue



io, in stagione; giorno di chiusura a pranzo. ●Valutazione 7,2; prezzo fino a 35 €; carte accettate CartaSi/Visa/MasterCard.

Le vivande servite: alborelle fritte; terrina di pesce di lago e coregoni in carpione; carbonara di lago; filetto di pesce persico e di coregoni burro e salvia; carpaccio di ananas allo zenzero.

I vini in tavola: Arneis Docg Le Madri (Michele Chiaro).

Commenti: L'abile regia del Simposiarca G. Luigi Dell'Acqua ha portato gli Accademici su un moderno battello ormeggiato nel piacevole golfo di Solcio di Lesa. Ampi spazi per il rispetto delle distanze, ma soprattutto pesce appena pescato e cucinato a bordo con mano leggera. Era presente Giorgio Brovelli, padre della titolare, nonché uno degli ultimi pescatori del Lago Maggiore, che ha raccontato la storia dei pescatori del lago da 40 anni a oggi, i quali pagano ancora il diritto di pesca alla famiglia Borromeo (gli eredi del Cardinal Federico e di San Carlo). Tante curiosità e spiegazioni sulle specie di pesci che si pescano nel lago che hanno soddisfatto i commensali. Pesce ottimo e serata molto interessante.

NOVARA 24 settembre 2020

Trattoria "Laghetto di Casalgiate" di Alessandro Buffa e famiglia, in cucina Dario Buffa. ●Via Case Sparse 4 - Frazione Casalgiate, Novara; ☎ cell. 349/7036043; buffadario59@gmail.com; coperti 80+20 (all'aperto). ●Parcheggio privato del ristorante; ferie 10 - 25 di gennaio; giorno di chiusura lunedì. ●Valutazione 7,5; prezzo fino a 35 €; carte accettate CartaSi/Visa/MasterCard.

Le vivande servite: salumi tipici novaresi, frittata "rognosa" (con salame della duja), pomodori ripieni di salsa verde; risotto con le rane; rane fritte; rane in guazzetto; crostata ai frutti di bosco.

I vini in tavola: Champagne Grand Cru rosé (Guy de Chasse); Champagne Cuvée (Reine Marin); Champagne 1°er cru Petit Perlage (Doyard Mahè); Champagne brut Tradition (Bourdaire Gallois).

Commenti: Serata dedicata alle rane, quelle pescate nei fossi e risaie adiacenti alla trattoria, che propone cucina tipica del territorio. Tutti i piatti serviti erano riportati nei fascicoli editi dalla Delegazione La Cucina della tradizione Novarese. Per nobilitare la riunione conviviale, è stata effettuata una degustazione di Champagne, selezioni da Giannata Venesio di Petit Perlage, che ha illustrato le varie caratteristiche dei vini e del loro territorio. Convivio interessante sia per le rane, ormai rare, buone e ben cucinate, sia per le "bollicine", che hanno allietato i commensali. Cucina casalinga che varia ogni giorno. Giudizi positivi.

PINEROLO 18 settembre 2020

Ristorante "Locanda dell'Antica lucerna" di Marco Lussiana, anche in cucina. ●Via Armando Diaz 54, Luserna San Giovanni (Torino); ☎ 0121/90751; info@anticalucerna.it, www.anticalucerna.it; coperti 35+30 (all'aperto). ●Parcheggio comodo; ferie gennaio; giorno di chiusura mercoledì. ●Valutazione 7,7; prezzo fino a 35 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: stuzzichini; pomodoro ripieno di caponata di melanzane gratinato al forno; tagliolino dei quaranta rossi con bur-

ro montano al profumo di genepy; hamburger di agnello e cipolle rosse caramellate con scarola stufata; pere e cioccolato.

I vini in tavola: Metodo classico (Autin); Animaversa Manzoni Bianco; Torette (Anselmet).

Commenti: A distanza di cinque anni dall'apertura del suo ristorante, Marco Lussiana si conferma come cuoco ancorato al territorio, in grado di attualizzare i piatti della tradizione attraverso sapienti rielaborazioni: il risultato è decisamente positivo. Gli Accademici hanno apprezzato il menu messo a punto dalla Simposiarca Linda Bongiovanni e riconosciuto l'alta professionalità di Lussiana. E la sua onestà (prezzo più che concorrenziale). Un appunto sul dolce, forse non all'altezza delle altre portate (tuttavia, occorre tener conto del contesto). Nel corso della riunione conviviale, l'Accademico Ilario Manfredini, sommelier Ais, ha descritto con passione le caratteristiche dei vini serviti.

TORINO LINGOTTO 3 ottobre 2020

Ristorante "La Betulla" di Laura e Franco Giacomino, in cucina Franco Giacomino. ●Strada Giaveno 29, Trana (Torino); ☎ 011/933196; info@ristorantelabetulla.it, www.ristorantelabetulla.it, coperti 40. Parcheggio comodo; ferie 2 settimane a gennaio dopo l'Epifania; giorno di chiusura lunedì; valutazione 8,5; prezzo da 40 a 60 €; carte accettate CartaSi/Visa/Mastercard.

Le vivande servite: "siula piena" (cipolla ripiena di Coazze), croccante di nocciola, fonduta di toma bianca alpina e gruè di cacao Castagna, crema di zucca; battuta di Vicciola© (carne di vitello allevato con le nocciole) al coltello, olio di nocciola Pariani, tuille di nocciole, misticanza e fiori; zuppetta, melagrana, scampo e nocchie; uovo cotto a 65° croccante su passata di patata di Giaveno, porcini nostrani e nocciola in pasta e in polvere; ravioli di porcini liquidi, olio di nocciola, fegato d'oca affumicato e crumble di nocciolo; filetto di vitella piemontese, fieno maggenno, sale e nocciole; parmigiana di coste; il momento dolce, ingredienti di Guido Castagna.

I vini in tavola: Blanc de Noirs (Luigi Spertini); Baratuai 2019 (L. Garbin); Montefalco rosso biologico 2014

(Lungarotti); La Bice 2015 (Cascina Feipu dei Massaretti).

Commenti: La cena a tema "nocciola", organizzata dal Simposiarca Gigi Padovani, è stata preceduta dalla visita all'azienda del cioccolatiere Guido Castagna, a Giaveno, che ha illustrato agli Accademici la lavorazione delle nocciole e del cacao. L'interessante incontro è proseguito con una degustazione di praline, gianduiotti e un dessert preparato in diretta. La seduta conviviale, aperta e chiusa dal Vice Delegato Valter Cantino, è stata orchestrata dallo chef Franco Giacomino, con una lunga esperienza di cucina, che ha interpretato con maestria un menu complesso, conquistando i commensali con delicati abbinamenti a piatti della tradizione. In particolare, la carne battuta al coltello, del macellaio torinese Pino Puglisi, e i ravioli ripieni di funghi liquidi. La sala è stata organizzata alla perfezione dalla moglie Laura, che dopo la chiusura del lockdown ha allestito un banco di gastronomia da asporto con piatti dello chef e prodotti locali.



LOMBARDIA

BRESCIA- TERRE DEI FONTANILI 23 settembre 2020

Ristorante "I Pioppi" di Angelo Barbera & C snc. ●Via Cavallera 11, Torbole Casaglia (Brescia); ☎ 030/2150919; info@ristoranteipioppi.it, www.ristoranteipioppi.it; coperti 100. ●Parcheggio privato del ristorante; ferie prima settimana di gennaio; 3 settimane ad agosto; giorno di chiusura domenica sera, lunedì. ●Valutazione 7,4; prezzo da 66 a 100 €; carte accettate CartaSi/Visa/MasterCard.

Le vivande servite: finissima di fassona piemontese battuta al coltello servita con caprino, pistacchi e gocce di senape mielata; risotto con limone, finocchi e nduja; cosciotto d'agnello cotto a bassa temperatura con crumble di capperi e broccolotto verde; gelato alla crema con salsa al cioccolato.

I vini in tavola: Franciacorta brut Blanc de Blancs Docg (Cavalleri); Montecucco rosso Riserva Doc Colle Massari (Collemassari).

Commenti: Serata culturale con ben due relazioni: l'Accademico Lorenzo Scarpini ha svolto un'approfondita spiegazione su risorgive, rogge, fontanili e polle, tipici delle terre della Bassa bresciana. Lezione che senz'altro proseguirà in prossimi incontri. Giuliano Bianchini ha poi ricordato Gianni Mura, giornalista sportivo, recentemente scomparso, grande appassionato e conoscitore di cibi e vini delle terre italiane. Tra le relazioni è stata apprezzata la cucina del locale, ottima soprattutto nelle carni provenienti dalla macelleria di proprietà. Unico neo il conto: un po' troppo elevato per il menu e i vini proposti.



TRENTINO - ALTO ADIGE

 **BOLZANO**
17 settembre 2020

Ristorante "La Cort" di Ramoser - Nocker. ●Via Pineies, Località Ortisei Roncadizza, Castelrotto (Bolzano); ☎0471/796488, fax 0471/798119; info@lacort.it, www-lacort.it; coperti 30+20 (all'aperto). ●Parcheggio privato del ristorante; ferie aprile, maggio; giorno di chiusura mercoledì e giovedì a pranzo (bassa stagione). ●Valutazione 8,2; prezzo da 46 a 65 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: salmone affumicato in forno a legna, focaccia fatta in casa, insalatine croccanti; crema di zucca, zenzero e mela; bis di ravioli: Schlutzkrופן (mezzelune di spinaci) con burro fuso e parmigiano e Schüttelbrotravioli (ravioli di pane secco sudtirolese ripieni di formaggio fresco) con speck e formaggio di malga; gulasch di manzo con funghi trifolati e polenta; semifreddo di amaretto su specchio di cioccolato e castagne calde caramellate.

I vini in tavola: Stoan 2018 cuvée Chardonnay, Sauvignon, Pinot Bianco, Gewürztraminer (Cantina Ter-



meno); Meczan 2018 Pinot Nero (J. Hofstätter).

Commenti: L'albergo ristorante vanta una lunga storia: costruito nel 1314 come stalla, è stato trasformato nei secoli in osteria. Dal 1988 è gestito dalla famiglia Ramoser - Nocker. La presentazione dei piatti è molto curata così come l'apparecchiatura della tavola. Il salmone buono ma nella norma; molto ben bilanciati i sapori dello zenzero e della mela nella zuppa di zucca; buonissimo il bis, le mezzelune confezionate con una pasta sottilissima e molto ben fatti i ravioli con la farina di Schüttelbrot e un ottimo ripieno, il piatto migliore. Anche il gulasch non era da meno: molto tenero, il sapore dei funghi però era sovrastato da quello del gulasch. Buono anche il dessert, notevoli le castagne.

 **BRESSANONE**
24 settembre 2020

Ristorante "B.local" di Fabian Eccli, anche in cucina. ●Via Michael Pacher 6, Brunico (Bolzano); ☎0474/835222; info@blocal.it, www.blocal.it; coperti 30+20 (all'aperto). ●Parcheggio privato del ristorante; ferie variabile; giorno di chiusura lunedì. ●Valutazione 7,8; prezzo da 46 a 65 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: pane fatto in casa con lievito madre cotto al momento con burro salato; crema di pomodori e porri con burrata; tortelli ripieni di sedano affumicato con funghi shitake altoatesini e cipolla brasata; il meglio del rib-eye di manzo con cavolo abbrustolito; dolce de leche con nocciola piemontese salata e tartufo nero.

I vini in tavola: Riesling 2019 Doc (Himmelreich); Sauvignon 2018 Doc

(Kandlerhof); Il secondo 2013 Igt (Peter Solva).

Commenti: Un locale moderno e minimalista, caratterizzato dalla sostenibilità dei piatti, basati su materie prime provenienti da fidati produttori e piccole aziende agricole locali. Una scelta vincente: il pane con la crosta croccante "di una volta", l'armoniosa minestra con eccellente burrata, i meravigliosi tortelli con cremoso ripieno e la carne di qualità e cottura perfetta hanno sfiorato e spesso raggiunto il massimo dei voti. Qualche incertezza sul dessert, troppo complicato e con troppi sapori, e sul pur volenteroso servizio, non inficia la riuscita di una bella serata organizzata dal Simposiarca Vendramin.

 **ROVERETO**
10 settembre 2020

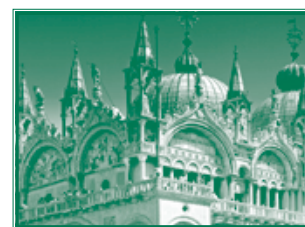
Ristorante "Vineria de Tarczal" di Felicia dell'Adami de Tarczal. ●Via G.B. Mori 6, Marano di Isera (Trento); ☎0464/450707; coperti 50+35 (all'aperto). ●Parcheggio privato del ristorante; ferie n.d.; giorno di chiusura domenica sera e lunedì. ●Valutazione 8,09; prezzo fino a 35 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: bocconcini di trota marinata della Val Giudicarie su letto d'insalata con crema all'aceto balsamico; petali di salmerino affumicato con carpaccio di finocchio e mousse di barbabietola; canederlini di pane e ricotta con tartufo scorzone del Baldo; guanciale di maiale in umido al Merlot con polenta di Storo; semifreddo alla grappa con salsa all'arancia caramellata.

I vini in tavola: Müller Thurgau Trentino Doc 2018; Marzemino

Trentino Superiore di Isera Doc 2017; Merlot Campiano Igt Vigneti delle Dolomiti 2015 (tutti dell'azienda agricola de Tarczal).

Commenti: Brillante convivio organizzato dai Simposiarchi Cristiana Giovanazzi e Giancarlo Rudari negli spazi esterni della Vineria. Protagonisti assoluti di un menu di successo la trota oro di Preore, il piatto più gradito per la sua preparazione fresca e vivace, e il saporito tartufo "nero pregiato" del Baldo. Prodotti locali di eccellenza, presentati dal troticoltore Vittorio Leonardi, che ha proposto agli Accademici un inatteso e apprezzato antipasto di trota e salmerino, e dal decano dei tartufai lagarini, Giorgio Frizzi. Gli accostamenti, apparentemente facili, hanno premiato l'accurato lavoro della cucina, compresa l'invitante proposta del dolce.



VENETO

 **ALTO VICENTINO**
22 settembre 2020

Ristorante "El Carnicero" di Marco De Facci, in cucina Stefano Marchioro. ●Via Montepulgo 7, Cornedo Vicentino, Località Montepulgo (Vicenza); ☎0445/951932, cell. 346/9538444; elcarniceromp@gmail.com; coperti 80+80 (all'aperto). ●Parcheggio comodo; ferie 2 settimane centrali di gennaio e di agosto; giorno di chiusura domenica. ●Valutazione 7,05; prezzo da 46 a 65 €; carte accettate CartaSi/Visa/MasterCard.

Le vivande servite: affettati e formaggi con giardiniera e composte di frutta della casa; battuta di filetto al coltello con tartufo nero di Montepulgo; risotto con tartufo nero di Montepulgo; costata di garronese veneta con 50 giorni di frollatura; tortino al cioccolato con gelato alla vaniglia e crema di lampone.

I vini in tavola: Leon Durello medoto classico 36 mesi Pas Dosè; Masari Veneto rosso Igt 2016; Montepulgo Merlot Veneto rosso Igt 2013 (tutti della Cantina Masari).



VENETO segue

Commenti: Alla ripresa dopo le vacanze, la Delegazione si è riunita per un convivio organizzato dal Simposiarca Pierluigi Coronin, in un locale che serve carni da tutto il mondo. Si inizia con una scelta di affettati e formaggi e una buona battuta di filetto al coltello con tartufo nero locale. A seguire, un discreto risotto al tartufo nero locale e come secondo una costata di garronese veneta, frollata 50 giorni, che presentava sia bocconi teneri e gustosi sia fibrosi. Al termine un buon dolce. Interessante la relazione del ristoratore sul mondo delle carni e della loro frollatura. Non sempre indovinato l'abbinamento pietanza-vino, soprattutto con il risotto, mentre con il dolce era assente del tutto.

BELLUNO-FELTRE-CADORE 23 settembre 2020

Ristorante "Al Borgo" della famiglia Viel, in cucina Flora Battiston e Davide Viel. ●Via Anconetta 8, Belluno; ☎0437/926755; coperti 90+90 (all'aperto). ●Parcheggio comodo; ferie 1 settimana a gennaio, 1 settimana a ottobre; giorno di chiusura lunedì sera, martedì. ●Valutazione 8; prezzo da 36 a 45 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: polentina gialla con fonduta di formaggi; crema di fagioli borlotti; risotto zucca e pastin; bracioline di agnello impanate e fritte; gelato artigianale al gusto di vaniglia.

Commenti: Che emozione ritrovarsi dopo tanto tempo per una riunione conviviale! Appuntamento al ristorante Al Borgo, per una serata di lavoro riservata ai soli Soci. Bello è stato percepire come fin dalle parole di saluto del Delegato Brenno Dal Pont trasparisse anche un po' di emozione nel sottolineare che, pur impediti nell'organizzare eventi, i lavori accademici, nelle varie forme e sfaccettature, non si siano mai fermati. Ha poi voluto, pur lasciando spazio alle proposte di ciascuno, dare un elenco di massima dei prossimi incontri.

ROVIGO-ADRIA-CHIOGGIA 18 settembre 2020

Ristorante "Canarin" di MI & TI srl. ●Via Ariosto 45, Porto Tolle (Rovigo); ☎cell. 339/2193043; info@canarin.it, www.canarin.it; coperti 60+40 (all'aperto). ●Parcheggio comodo; ferie gennaio e febbraio; giorno di chiusura giove-



di. ●Valutazione 7,1; prezzo da 36 a 45 €; carte accettate CartaSi/Visa/MasterCard

Le vivande servite: sarde in saor; gamberetti di laguna fritti con polenta di riso; spaghetti alle cozze in rosso; anguilla al forno con capesante, gamberoni e polenta abbrustolita; frittura di gamberetti, calamaretti, alici, acquadelle, triglie, "paciariati" (zanchette); tiramisù.

I vini in tavola: Prosecco della casa; Moscato Fior d'Arancio.

Commenti: La visita a questo locale, situato in una splendida posizione su una palafitta immersa nelle acque del Delta del Po, ha avuto un esito sostanzialmente positivo. La cucina rispetta le tradizioni del territorio e utilizza ingredienti soprattutto locali, ma alcune cotture non hanno convinto del tutto e così le valutazioni sono state piuttosto disomogenee. I piatti più graditi sono stati le sarde e i gamberetti, ma anche gli spaghetti hanno avuto buoni voti mentre la cottura dell'anguilla ha creato parecchie discussioni. La serata è stata comunque piacevolissima e così alla fine è stato molto applaudito il signor Gino Pizzoli che ha illustrato la storia del locale mai visitato finora dalla Delegazione.

TREVISO-ALTA MARCA 28 agosto 2020

Ristorante "Osteria La Trave" di Guido e Paolo Serafin e Veronica e Franca Mondin, in cucina Guido e Paolo Serafin. ●Via Bernardi 15, Asolo (Treviso); ☎0423/2292; osterialatrave@gmail.com, www.osterialatrave.it; coperti 40. ●Parcheggio comodo; ferie 2 settimane a febbraio, ultima settimana di luglio e prima settimana di agosto; giorno di chiusura lunedì. ●Valutazio-

ne 7,8; prezzo fino a 35 €; carte accettate CartaSi/Visa/MasterCard.

Le vivande servite: polpettine di salsiccia al balsamico e radicchio con polentina gialla; lumache alla bourguignonne; tagliatelle fatte in casa con porcini; baccalà alla vicentina con polenta; verdura cotta e insalate miste; gelato alla melagrana con prugne seccate al sole.

I vini in tavola: Prosecco extra dry 2019 Docg (Bortoluz); Manzoni bianco 6013 Doc (La Caneva); Cabernet Sauvignon 2018 Doc (Sartor).

Commenti: È stata una piacevole sorpresa essere stati accolti con il calore di una volta e con un menu che ha ricordato i sapori genuini che ogni buongustaio si aspetta di trovare. Il menu, studiato dal Consulatore Vittorio Zanini e dalla nuova Accademica Alessandra Comin, è stato particolarmente apprezzato. Le polpettine gustosissime e le lumache, presentate nel proprio guscio, hanno fatto subito un'ottima impressione. Anche le tagliatelle fresche sono apparse perfette di cottura e di sapore. Il baccalà è stato di ottima esecuzione. Il gelato, fatto rigorosamente dal locale, è stato una perfetta conclusione di una serata trascorsa piacevolmente in amicizia e con vera convivialità.

TREVISO-ALTA MARCA 24 settembre 2020

Ristorante "Ai Laghi" di Andrew ed Elena Travagin, in cucina Andrew Travagin. ●Via della Pere 5, Rovine Lago (Treviso); ☎0438/929680; ailaghi@yahoo.it; coperti 40+25 (all'aperto). ●Parcheggio privato del ristorante; ferie prima settimana di giugno e di settembre; giorno di chiusura domenica sera e martedì. ●Valutazione 7,7;

prezzo da 36 a 45 €; carte accettate CartaSi/Visa/MasterCard.

Le vivande servite: tigella con baccalà mantecato e acciuga di Sciacca; capasanta e crema di fagioli giale della Valbelluna; ostrica Kristal croccante; seppie in umido con polenta; calamaretti nostrani in zimino; tonno grigliato con confettura di cipolle di Tropea; maccheroncini con vongole veraci e calamaretti su crema di melanzane; semifreddo al fondente Do Mori con composta di "figo longhet" di Tarzo.

I vini in tavola: Pignoletto frizzante Colli Bolognesi Doc 2019 (Floriano Cinti); Erbaluce di Caluso Docg 2919 (Cantina dei Produttori); Incrocio Bruni 54 Igt 2018 (Silvano Strologo).

Commenti: Un locale situato ai margini del territorio, lontano dal mare ma che sa esprimere correttamente il valore del pesce. Il cuoco Andrew ha la conoscenza e la fantasia di proporre il pesce con soluzioni stimolanti e accattivanti senza alterare assolutamente il sapore e la freschezza del pescato. Questa volta i due Siniscalchi, Albertin per il vino e Meneguzzi per il pesce, hanno studiato un menu particolare per esaltare le molte tipologie del pesce. Il risultato ha avuto il generale consenso sia degli Accademici sia dell'Assessore alla Cultura e al Turismo di Treviso, ospite. Il Delegato ha espresso parole di vero apprezzamento per questa piccola realtà.

VICENZA 16 settembre 2020

Ristorante "Antica Trattoria Al Cappello" di Giovanni Dallemulle e famiglia, in cucina Giovanni Dallemulle con la moglie Cinzia. ●Via Guglielmo Marconi 4, Breganze (Vicenza); ☎0445/873147; ristorantealcappello@alice.it, www.ristorantealcappello.it; coperti 50+20 (all'aperto). ●Parcheggio privato del ristorante; ferie mai; giorno di chiusura domenica sera e lunedì. ●Valutazione 7,8; prezzo da 36 a 45 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: scazzoni di acqua dolce, uccelletti scottadito, soppresa di Breganze, insalatina di funghi porcini; minestra in brodo con tagliolini all'uovo e fegatini di pollo; piccioncino petto rosa e polpettine di coscia e fegatino; torresano di Breganze allo spiedo con polenta; asiago di montagna 63 mesi con pera caramellata; tiramisù destrutturato.

I vini in tavola: Vespaiolo frizzante (Firmino Miotti, Breganze); Kilò Cabernet 2016 (Beato Bartolomeo, Breganze); Crosara 2015; Torcolato 2016 (entrambi Maculan, Breganze).

Commenti: Bravi i Siniscalchi Maculan e Nani a organizzare, con l'abilità del cuoco Dallemulle, una riunione conviviale che sposava tradizione e territorialità. L'antipasto, imperniato sui sapori di acqua, aria e terra, ha preceduto la minestra con tagliolini e fegatini di pollo. A seguire, due piatti di "torresani" (colombo di torre, in veneto "toresàn") interpretati in due modi: il primo, innovativo, in cui il petto era cotto a bassa temperatura; il secondo, l'intero piccione cotto allo spiedo. Il formaggio asiago stravecchio con pere caramellate ha suggellato il valore della territorialità. Il dolce-sorpresa: un tiramisù destrutturato da combinare a proprio piacimento. Ottimi i vini, tutti di Breganze.



FRIULI - VENEZIA GIULIA

TRIESTE

28 settembre 2020

Ristorante "Trattoria Sardoc" della famiglia Sardoc, in cucina Elena e Rabko Sardoc. ●Slivia 5, Duino-Aurisina (Trieste); ☎040/200146, cell. 335/5294776; info@sardoc.com; coperti 60+60 (all'aperto). ●Parcheggio privato del ristorante; ferie mai; giorno di chiusura dal lunedì al mercoledì. ●Valutazione 8,2; prezzo fino a 35 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: rotolo di spinaci con burro fuso (impasto di patate con spinaci e ricotta cotto nel tovagliolo); gnocchi di patate con sugo d'arrosto; stinco di vitello al forno servito con patate "in tecia" e spinaci; pollo fritto; "strucolo" cotto.

I vini in tavola: Friulano; Cabernet (Cantina Castello di Spessa).

Commenti: Grazie alla famiglia Sardoc, che dalla fine degli anni Cinquanta, con passione e amore, tiene viva la tradizione del territorio, si sono riscoperti alcuni dei sapori

più caratteristici del Carso, dove il valore sono i profumi e soprattutto i gusti della sua speciale cucina, molto apprezzata dai partecipanti: rotolo di spinaci, gnocchi, stinco morbido, pollo fritto perfettamente asciutto, strucolo cotto, ormai raro da trovare. Cibi semplici, ma molto curati, sapientemente abbinati ai vini.

UDINE

19 settembre 2020

Ristorante "Sport Hotel Bellavista" di Stefano Rosenwirth, in cucina Stefano Rosenwirth e Renato D'Aronco. ●Via Sella 61 - Frazione Camporosso Val Canale, Tarvisio (Udine); ☎0428/653901; info@sporthotelbellavista.com, www.sporthotelbellavista.com; coperti 130+50 (all'aperto). ●Parcheggio privato del ristorante; ferie mai; giorno di chiusura lunedì. ●Valutazione 7,5; prezzo da 36 a 45 €; carte accettate CartaSi/Visa/MasterCard.

Le vivande servite: briciolone con montatura di mascarpone e funghi; crostini con porcini crudi; polenta abbrustolita con porcini e montasio di malga; sbattuta di erbette e frittata; zuppa tiepida di fagioli borlotti e galletti; risotto ai funghi; ravioli di porcini e asparagi alla crema di montasio; filetto di maiale al pepe arlecchino con patate rosse in tecia e spadellata di funghi; sorbetto al profumo di menta e melissa.

I vini in tavola: Spumante brut (Cantine di Cormons); Sauvignon Colli Orientali (Altùris, Cividale); Merlot Colli Orientali (Vigna Traverso Prepotto).

Commenti: Una giornata di tempo splendido per la riunione conviviale, in questo locale panoramico della Val Canale, che offre assoluta garanzia per la freschezza e la qualità dei

funghi di rigorosa provenienza locale. Il Simposiarca Andrea Cudini ha proposto un'abbondante menu che ne comprendeva varie specie e che spaziava dai porcini crudi, ai galletti e alle pietanze più elaborate. Giudizi un po' contrastanti, ma molto graditi gli antipasti e la zuppa; ottimi i ravioli ripieni e qualche riserva sul risotto. Ottimo l'abbinamento con i vini dei Colli Orientali e molto premuroso il servizio ai tavoli. Numerosi gli ospiti che hanno trascorso un simpatico momento conviviale in compagnia degli Accademici.



EMILIA ROMAGNA

BORGO VAL DI TARO

27 settembre 2020

Ristorante "Berse" di gestione familiare, in cucina Sebastiano Anelli. ●Frazione Lozzola di Ghiare di Berceto, Berceto (Parma); cell. 346/8457774; info@berse.it; coperti 40+30 (all'aperto). ●Parcheggio comodo; ferie mai; giorno di chiusura mercoledì. ●Valutazione 7,24; prezzo fino a 35 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: porcini fritti; tagliatelle con funghi porcini; risotto ai funghi porcini; tagliata con funghi porcini trifolati; gelato ai funghi porcini e noci di montagna.

I vini in tavola: Lambrusco (Cantina Ceci); Gutturino dei Colli Piacentini (Cantina Vico Barone).



Commenti: Il settembre gastronomico della Val Taro celebra il porcino Igp. In tale contesto lo chef ha proposto un menu dedicato al tema "Il porcino di Borgotaro". Simposiarca Graziano Florini che ha presentato il giovane e valente cuoco Sebastiano che da giugno, con il socio Sergio, ha rilevato la gestione. Il locale, situato in un suggestivo paesaggio lungo l'argine del Taro, offre un ambiente accogliente e gradevole. Il menu ben strutturato ha fornito i piatti del tema serviti in modo impeccabile con un generale gradimento dei commensali. Ottima la frittura dei funghi; gradita soprattutto la tagliatella con funghi porcini e il gelato per l'abbinamento di gusti.

CARPI-CORREGGIO

22 settembre 2020

Ristorante "Prima o Poi" di Loretta e Tino, anche in cucina. ●Via C. Battisti 57, Rolo (Reggio Emilia); ☎0522/666184, cell. 333/6968561; info@primaopoi.eu, http://www.primaopoi.eu; coperti 60+40 (all'aperto). ●Parcheggio comodo; ferie 15 giorni centrali di agosto; giorno di chiusura mercoledì (escluso festivi), sabato a pranzo e domenica sera. ●Valutazione 8,5; prezzo da 36 a 45 €; carte accettate CartaSi/Visa/MasterCard.

Le vivande servite: chips di patate e verdure pastellate; gnocco fritto, fiore di zucca in tempura su crema di zucchine e parmigiano, polpetta di baccalà, mozzarella in carrozza, prosciutto stagionato Parma 24 mesi; penne senatore Cappelli "Emilio Pepe" alla Norma con melanzane fritte croccanti; cappello del prete di vitello impanato, salvia frita, anelli di cipolla frita; sorbetto agli agrumi con cialda croccante frita.

I vini in tavola: Lambrusco Doc Millevigne; Pignoletto spumante brut Doc; Pignoletto Doc; Lambrusco Emilia Doc; Lambrusco Grasparossa Doc (tutti Cantina di Limidi Soliera Sozzigalli e Rolo)

Commenti: Una serata conviviale eccellente, con 37 partecipanti tra Accademici e ospiti, dopo un lungo periodo difficile. Sistemati secondo le regole, il Delegato Veroni ha consegnato il diploma di Buona Cucina 2019, suggellato dalla presenza del Sindaco di Rolo, Luca Nasi, molto attento all'attività della Delegazione, il quale ha dichiarato disponibilità a supportare qualsiasi iniziativa. La consegna ufficiale del kit di benve-



EMILIA ROMAGNA segue

nuto alla nuova Accademica Olga Guerra. Dopo la presentazione del volume *Fritti, Frittate e Frittelle*, il Simposiarca Paolo Avaltroni ha chiarito i punti di forza del locale e la sua storia ultra ventennale caratterizzata dai titolari Loretta e Tino.

CERVIA-MILANO MARITTIMA 27 agosto 2020

Ristorante "Mare Pineta Resort" di JSH HOTELS & RESORTS, in cucina Francesco De Domenico. ●Viale Dante 40, Cervia (Ravenna); ☎0544/992263; info@marepinetaresort.com, www.marepinetaresort.com; coperti 250+100 (all'aperto). ●Parcheggio comodo; ferie da ottobre a marzo. ●Valutazione 7; prezzo da 36 a 45 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: zuppetta di seppia e piselli, fiori di zucca in tempura con olio allo zenzero bruciato; risotto lime e peperoncino; tartare di tonno e pinoli tostanti; involtini di pesce scia-bola profumati alle erbe; guazzetto di pomodorini, capperi e olive; sgroppino al limone, zuppa inglese.

I vini in tavola: Elvira (Case Marcosanti); Albana secco Vigna Rocca (Tre Monti).

Commenti: Splendida *location* per la riunione conviviale, la seconda post *lockdown*, svoltasi al Mare Pineta Resort, storico hotel di Milano Marittima, dove il contemporaneo si intreccia con l'illustre passato. Accoglienza e professionalità per l'aperitivo a bordo piscina, all'insegna della sobrietà, al riparo dalla confusione, e i meravigliosi pini secolari a far da cornice per un buon inizio di convivio. La serata è proseguita, con tavoli ben apparecchiati nello splendido giardino dell'hotel, e ha visto l'ingresso del nuovo Accademico Matteo Forlini. Degno di nota l'antipasto, buono l'abbinamento dei vini proposti con i piatti serviti. Un plauso allo staff per l'alta professionalità.

FAENZA 26 settembre 2020

Ristorante "Agriturismo Rio Manzolo" di Alberto Grandi e Anna Antonellini, in cucina Alberto Grandi. ●Via Trieste 99, Brisighella (Ravenna); ☎0546/89084, cell. 339/7990144; riomanzolo@gmail.com, www.riomanzolo.it; coperti 30+20 (all'aperto).

●Parcheggio privato del ristorante; ferie per brevi periodi sia in inverno sia in estate; giorno di chiusura lunedì. ●Valutazione 7,2; prezzo fino a 35 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: coppa, pecorino, squacquerone, composta di cipolla, gnocco fritto; tris di pasta: strozzapreti con pesto di cavolo nero; tagliatelle al ragù; curzul al sugo di scalogno di Riolo Terme; bacchetta di castrato e salsiccia alla griglia con contorno di pomodori e melanzane; torta di mele; panna cotta con fichi caramellati; crostata della nonna.

I vini in tavola: Rambela extra dry (Randi); Rio Manzolo Sangiovese.

Commenti: Con la speranza di tornare presto alla normalità, gli Accademici faentini si sono ritrovati dopo l'estate in questo agriturismo, realizzato in un'antica casa secentesca vicina al Rio Manzolo, tra Riolo Terme e Brisighella, sulle colline romagnole. Un rio che scorre dove una volta c'erano fiorenti allevamenti, che il nome "Manzolo" ancora evoca. Famoso per le paste fresche fatte rigorosamente al matterello, l'agriturismo ha servito tre ottimi primi piatti, tra i quali le tagliatelle al ragù, fatte nel più rigoroso rispetto delle famose regole depositate presso la Camera di Commercio di Bologna e che hanno ricevuto il miglior giudizio degli Accademici. Degni di nota i dolci fatti in casa.

FERRARA 4 settembre 2020

Ristorante "Pericle" della famiglia Cazzola, in cucina Monica Cazzola. ●Viale dei Mille 205, Porto Garibaldi (Ferrara); ☎0533/327314; coperti 80.



●Parcheggio comodo; ferie novembre; giorno di chiusura lunedì. ●Valutazione 7,9; prezzo da 46 a 65 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: fritto di sardocini, gamberi di valle e calamari; zuppetta con crostacei e molluschi dell'alto Adriatico; riso Carnaroli mantecato con lupini di mare; polpo grigliato con pomodorini, patate e olive taggiasche; sorbetto all'ananas, zenzero e menta.

I vini in tavola: Dosaggio Zero Trentodoc 2017 (Letrari); Verdicchio dei Castelli di Jesi Podium 2015 Doc (Garofoli SpA); Pinot Bianco Langfeld 2019 Sudtirol-Alto Adige Doc (Pfischer).

Commenti: Sulla terrazza del ristorante, magicamente illuminata dalla luna, durante la tradizionale cena conviviale, organizzata e condotta dai due Simposiarchi Antonio Braggaglia e Paolo Rollo, il Delegato Luca Padovani ha consegnato il meritato Diploma di Buona Cucina 2019 nelle mani dei fratelli Monica e Nicola Cazzola, che attualmente gestiscono il ristorante di grande tradizione culinaria fondato dai genitori nel 1968. I vari piatti proposti hanno trovato unanime gradimento fra gli Accademici, a ulteriore conferma delle qualità espresse dalla gestione del locale, sia in termini di selezione delle materie prime sia per l'attenzione nella preparazione dei piatti.

IMOLA 31 agosto 2020

Ristorante "Quattroquinti" di Umberto Pelliconi e Tommaso Tubertini, anche in cucina. ●Via Marsala 18, Imola (Bologna); ☎0542/363086; info@quattroquinti.it, www.quattroquinti.it; coperti 48. ●Parcheggio comodo;

ferie mai; giorno di chiusura martedì. ●Valutazione 8; prezzo fino a 35 €; carte accettate CartaSi/Visa/MasterCard.

Le vivande servite: margherita: pomodoro pelato strianese e mozzarella fior di latte; marinara: pomodoro pelato strianese e aglio rosso di Nubia, origano delle Madonie; parmigiana rivisitata: crema di melanzane, mozzarella, caciocavallo, pomodorini di Pachino, parmigiano reggiano; Parma gran riserva: prosciutto di Parma, mozzarella, rucola e parmigiano reggiano; Napoli a Imola: pomodoro, mozzarella, origano, alici di Cetara; diavola: pomodoro, mozzarella, ventricina piccante e 'nduja di Spilinga.

Commenti: Non manca l'entusiasmo ai due giovani che hanno avviato in maggio un nuovo locale nel centro storico. Umberto è il pizzaiolo che ha avuto maestri napoletani, mentre Tommaso è cuoco con esperienze anche in ristoranti di alto livello. Protagoniste alcune delle pizze del menu, abbinata a diverse birre, e la loro bontà e il loro gradimento hanno soddisfatto e sorpreso favorevolmente gli Accademici. Merito di una lunga lievitazione dalle 36 alle 48 ore; di una cottura tra i 60 e i 90 secondi in un forno a 500 gradi; della ricerca e della lavorazione di materie prime di qualità. Al termine, un convinto applauso alla cucina e all'ottimo servizio di sala con consegna del guidoncino.

IMOLA 25 settembre 2020

Ristorante "La Scuderia" di Daniele e Roberto Preti, in cucina Cristian Trassi e Simone Minguzzi. ●Via XX Settembre 53, Dozza (Bologna); ☎0542/678257, cell. 339/4751420; preti@lascuderia.it, www.ristorantelascuderia.it; coperti 80+30 (all'aperto). ●Parcheggio scomodo; ferie gennaio; giorno di chiusura martedì. ●Valutazione 7,9; prezzo fino a 35 €; carte accettate American Express, CartaSi/Visa/MasterCard.

Le vivande servite: cappelletti imolesi in brodo di cappone; garganelli con ragù di rigaglie; garganelli con ragù di scalogno di Romagna Igp e prosciutto; guancia di manzo brasata al Sangiovese con purè di patate di Bologna; la vera torta degli sposi di Imola.

I vini in tavola: L'Albena d' Doza, Albana secca Docg (Assirelli); Bastelli,

Cabernet Sauvignon Colli d'Imola Dop (Cà Bruciata); Mistero, Sangiovese Superiore Doc (Cà Lunga); Malvasia dell'Emilia Igp frizzate dolce Doc (Puianello).

Commenti: È toccato alle tre ricette tipiche imolesi allietare la riunione conviviale dedicata ai saperi culinari della tradizione gastronomica locale. In tavola si sono succeduti i cappelletti imolesi in brodo di caprone, i garganelli con il ragù di rigaglie e quelli con ragù di prosciutto e scalogno tipico di Romagna Igp. A seguire, una gustosa guancia di manzo brasata al vino rosso con il purè delle patate di Bologna e una deliziosa vera torta degli sposi di Imola caratterizzata dalla ricotta. Al termine della cena, un convinto applauso ha premiato la brigata di cucina e di sala cui è stato consegnato il piatto dell'Accademia. La riunione conviviale è stata preceduta dalla visita alle cucine del Castello di Dozza.

LUGO DI ROMAGNA 18 settembre 2020

Ristorante "Taverna dei Velai" della signora Emilia, in cucina Emilia e Lolla. ●Via San Vitale 5, Sant'Agata sul Santerno (Ravenna); ☎0545/45622; locanda.taverna@yahoo.it, www.tavernadeivelai.blogspot.com; coperti 45+25 (all'aperto). ●Parcheggio comodo; ferie agosto; giorno di chiusura lunedì. ●Valutazione 7,75; prezzo da 46 a 65 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: fantasia tiepida di mare su insalatina croccante, capesante gratinate al forno, crema di barbabietola e crumble di speck; tortello al filetto di spigola, vongole veraci e datterini; zuppa di cozze selvatiche, vongole veraci, coda di rospo, gamberoni e scampi, salsa di pomodoro; sorbetto.

I vini in tavola: Prosecco Millesimato (Villa Sandi); Pecorino; Merlot rosato (entrambi Tenuta Ulisse).

Commenti: La Delegazione si è ritrovata numerosa per la riunione conviviale, in un ristorante con cucina di pesce, da anni gestito dalla signora Emilia. Sono stati proposti piatti con ingredienti di ottima qualità, sul solco della tradizione ma assolutamente non banali. Un plauso particolare al tortello e alla zuppa. Tra i vini, di ottima qualità, particolarmente apprezzato il Merlot rosato Tenuta Ulisse. Sempre attento il servizio. Al termine della serata, gli



Accademici hanno potuto esprimere i sinceri complimenti alla brigata per l'ottima cena.

RAVENNA 16 settembre 2020

Ristorante "Corte Cabiria" di Luciano Lontani e Marco Guerrini, in cucina Marco Guerrini. ●Via Filippo Mordani 8, Ravenna; ☎0544/35060; info@cabiriaravenna.it, www.cabiriaravenna.it; coperti 50+15 (all'aperto). ●Parcheggio zona pedonale; ferie seconda e terza settimana di luglio; giorno di chiusura domenica e lunedì a pranzo. ●Valutazione 8,2; prezzo da 46 a 65 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: alici di lampara gratinate, pappa al pomodoro, cipollotto brasato; cappelletti di baccalà, crema di zucchine e zafferano, mandorle tostate; tranci di branzino, patata schiacciata al prezzemolo, borragine in tempura, salsa alla zuppa di pesce; cheesecake, pistacchio e fragole.

I vini in tavola: Baretta, Valdobbiadene, Prosecco Superiore Docg brut (azienda agricola Merotto); Vigna della Signora (Società agricola srl Torre San Martino Modigliana).

Commenti: Seconda riunione conviviale della Delegazione dopo il lockdown, presso il ristorante in pieno centro di Ravenna tra mura antiche e alberi centenari. Il convito è avvenuto con le debite misure di sicurezza, come da decreto per distanze e protezioni, ma con lo stesso spirito pre-pandemia che ci è proprio: spirito familiare e colloquiale. Il Delegato, in accordo con lo chef Marco, ha prediletto un menu di pesce. Ottimo accompagnamento dei vini. Approvazione unanime degli Accademici per la location, per i piatti proposti,

per il rapporto qualità-prezzo. Serata risultata rilevante per il piacere di stare nuovamente insieme e per la cena curata in maniera attenta.

RICCIONE-CATTOLICA 23 settembre 2020

Ristorante "Locanda delle Grotte di Onferno" di Q&S snc di Alessia Quintavalle e Leone Saponaro, in cucina Alessia Quintavalle, Donatella Montanari. ●Via Castello di Onferno 15, Onferno (Rimini); ☎0541/1799368, cell. 347/8503083; coperti 50+50 (all'aperto). ●Parcheggio scomodo; ferie mai; giorno di chiusura dal lunedì al mercoledì; giovedì e venerdì a pranzo. ●Valutazione 7,4; prezzo fino a 35 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: passatelli ai porcini freschi in bianco; tagliatelle fatte in casa al ragù di manzo; galletto ripieno cotto al cocchio; coniglio al finocchio selvatico cotto al cocchio; torta di pere e cioccolata.

I vini in tavola: L'Amante Sangiovese Superiore Doc (Pecci, San Clemente).

Commenti: Visita a un locale dell'entroterra famoso per la grotta nel gesso e le colonie di pipistrelli, meta di gite famigliari domenicali. Ricerca di sapori semplici e genuini. Materia prima a chilometro zero già dalle farine, con pane fatto ancora in forno con lievito madre. Paste lavorate a mano con funghi dei boschi circostanti e ragù con soffritto tradizionale e macinato di manzo. Piccoli animali del cortile di produttori locali. Saporitissimo il ripieno del galletto; il coniglio solo con il finocchio selvatico, ma tutti cotti nei tegami di cocchio. Erbe cotte colte nei campi, con un filo d'olio etravergine. Ogni piatto ha soddisfatto il palato. A volte una

buona cucina di casa emoziona come una stella.

RIMINI 23 settembre 2020

Ristorante "Augusta" di Giampaolo e Gianluca Raschi del Ristorante Guido a Rimini, in cucina Paolo Bissarro. ●Via Agostino di Duccio, Rimini; ☎0541/088489; info@ristoranteaugusta.it, www.ristoranteaugusta.it; coperti 30+60 (all'aperto). ●Parcheggio zona pedonale; ferie n.d.; giorno di chiusura lunedì. ●Valutazione 6,8; prezzo da 46 a 65 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: insalata di coda di rospo, cavolo cappuccio, salsa di acciughe; polpo al testo, pane inzuppato, centrifuga di prezzemolo; spaghetti al sugo di vongole; brodetto di salsiccia di pesce; biscotti allo zabaione.

I vini in tavola: Incrocio Bruni 54 2019 (Forestale Fontezoppa); Langhe bianco 2018 (Parusso).

Commenti: È il bistrot di Guido nel centro storico di Rimini, e il Simposiario Gabriele Boselli ha organizzato la serata. I piatti hanno ottenuto valutazioni eterogenee; non particolarmente apprezzato lo spaghetti al sugo di vongole e perplessità ha suscitato il brodetto di salsiccia di pesce. Molto buoni i vini e buono il servizio. Nell'occasione il dottor Francesco Zaccarelli, arabista, ha intrattenuto con una relazione su "La cucina nell'Islam. Conversazione su fonti e attualità". Sono state inoltre consegnati, a due nuovi soci, le insegne dell'Accademia e i diplomi di appartenenza. La partecipazione è stata numerosa e la serata si è svolta piacevolmente.



TOSCANA

EMPOLI 9 settembre 2020

Ristorante "Osteria di Golpaja" di Lorenzo Caponi e Stefano Pinciaroli, in cucina Stefano Pinciaroli e Alessandro



TOSCANA segue

Bartolomei. ●Via di Petriolo 7, Cerreto Guidi (Firenze); ☎0571/1656184; info@osteriadigolpaja.it, www.osteriadigolpaja.it; coperti 65+40 (all'aperto). ●Parcheggio privato del ristorante; ferie mai; giorno di chiusura giovedì. ●Valutazione 7,8; prezzo fino a 35 €; carte accettate CartaSi/Visa/MasterCard.

Le vivande servite: frittini con vino bianco e rosato; uovo pochè fritto con crema di stracchino alle acciughe; paccheri al ragù di cinta con prugne, pomodori secchi, pistacchi e maggiorana; coniglio e pollo fritto, salsa cimiciurri e salvia frita; zuppa inglese.

I vini in tavola: Due Mulini bianco Toscana Igt; I Greti rosato Toscana Igt; Golpaja Toscana Igt (tutti dell'azienda agricola Petriolo).

Commenti: Per la riunione conviviale, il Simposiarca Giovanni Donnini ha invitato i numerosi Accademici e ospiti in un antico borgo mediceo sulle colline di Cerreto Guidi, Villa Petriolo. In una grande aia sono state apparecchiate le tavole dove i commensali hanno potuto gustare i piatti della cucina proposti dallo chef Stefano Pinciaroli; molto apprezzati l'uovo pochè e i paccheri al ragù di cinta. A fine serata, lo chef ha illustrato le tecniche di cottura e la filiera corta dei cibi in quanto prodotti dalla stessa azienda. Presenti il CT Roberto Doretto con 8 Accademici della Delegazione di Montecatini Terme-Valdinievole e la Delegata del Mugello Monica Sforzini.

FIRENZE
17 settembre 2020

Ristorante "Giglio Rosso" dei fratelli Mari. ●Via Panzani, 35/r (angolo via del Giglio), Firenze; ☎055/211795, fax 055/283739; info@ristorantegigliorosso.com, www.ristorantegigliorosso.com; coperti 100. ●Parcheggio comodo; ferie mai; giorno di chiusura domenica. ●Valutazione 7,5; prezzo da 36 a 45 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: prosciutto della Valtiberina tagliato al coltello, sbriciolata e crostini toscani; tagliatelle ai funghi porcini; picci al ragù di cinta senese; bistecca alla fiorentina con funghi fritti; crème caramel.

I vini in tavola: Chianti 2018 (Fattoria di Palazzuolo).

Commenti: il Vice Delegato e Simposiarca, Fabrizio Volpe, ha suggerito



to questo locale per la ripresa dell'attività conviviale. Un locale storico, nato nel 1928 da un piccolo negozio di generi alimentari che, nel corso degli anni, è andato evolvendosi fino a diventare l'attuale ristorante di cucina tipica toscana, gestito ormai da molto tempo dai fratelli Mari. Il menu tradizionale ha visto i suoi punti di forza negli antipasti, dove uno splendido prosciutto della Valtiberina, tagliato al coltello, si è accompagnato a un'ottima "sbriciolona". Squisita anche la bistecca cucinata secondo la tradizione, senza indulgere alle mode del momento.

MAREMMA-PRESIDI
30 agosto 2020

Ristorante "A Paranza" di Aldo Leonardini, in cucina Aldo e signora. ●Strada provinciale della Parrina 90/a, Orbetello (Grosseto); ☎0564/1830960; coperti 30+30 (all'aperto). ●Parcheggio comodo; ferie gennaio/febbraio; giorno di chiusura mai. ●Valutazione 8; prezzo da 36 a 45 €; carte accettate CartaSi/Visa/MasterCard.

Le vivande servite: insalata di mare; moscardini con patate; alici marinate; pasta con le sarde; ravioli di cernia e pistacchi con vongole e pachino; frittura di calamari, gamberi e paranza; cicoria e patate fritte; sbriciolata scomposta.

I vini in tavola: Vino bianco della casa.

Commenti: Un locale all'apparenza dimesso e datato, nasconde però un ristorante e una cucina che hanno esportato un'ottima cucina siciliana in terra di Toscana. Una cucina di pesce che si discosta appena dalla tradizione locale, ma che offre una gamma di piatti saporiti e interessanti. Pesce sempre freschissimo e cucinato con maestria e una mano benedetta per i dolci. Da provare il

couscous di mare (da prenotare il giorno prima), la pasta con le sarde e i cannoli.

MAREMMA-PRESIDI
24 settembre 2020

Ristorante "Azienda vitivinicola Rascioni & Cecconello" di Azienda vitivinicola Rascioni & Cecconello, in cucina Sabrina Cecconello e la figlia Carlotta. ●S.P. 56 di San Donato km 6,8, Fonteblanda - Orbetello (Grosseto); ☎cell. 335/7057743; coperti 45+45 (solo in estate all'aperto). ●Parcheggio comodo; ferie mai; giorno di chiusura: il locale lavora solo su prenotazione con menu degustazione. ●Valutazione 8; prezzo fino a 35 €; carte accettate CartaSi/Visa/MasterCard.

Le vivande servite: salumi, formaggi con marmellate nostrane e ricotta "Fiorino"; crostino con pomodoro fresco e olio dell'azienda, crostino con fegatino battuto a mano; crostino di zucca; picci al ragù bianco di maremmana e pomodorini; peposo; faraona imporchettata; patate al forno; crostata con marmellata di fichi.

I vini in tavola: Ciliegiole giovane; Ciliegiole Poggio Ciliegio Riserva 2017 (entrambi Rascioni & Cecconello).

Commenti: La trattoria nasce accanto all'attività di produzione vinicola. La filosofia alla base del menu è di scegliere materie prime semplici e di produzione locale. La pasta fresca è prodotta in proprio o appoggiandosi a piccole realtà del territorio. I dolci utilizzano sempre farine semilavorate o di tipo 2. Imperdibile la faraona imporchettata che da sola vale la visita al ristorante. Altrettanto degni i sorbetti creati dalla signora Sabrina, dal classico limone ai fichi e ai fichi d'India. Il vino dell'azienda è una piacevole scoperta e ben si sposa con il menu di carne.

MONTECATINI TERME-VALDINIEVOLE
17 settembre 2020

Ristorante "Il Portico" di Eugenio Pancioli, in cucina Gianluca Scotto. ●Viale IV Novembre, Montecatini Terme (Pistoia); ☎0572/71041; info@hoteltamericci.it, www.hoteltamericci.it; coperti 200+40 (all'aperto). ●Parcheggio comodo; ferie periodo invernale; giorno di chiusura mai. ●Valutazione 8,2; prezzo fino a 35 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: tartara di gamberi di Mazara con salsa guacamole; risotto alla crema di crostacei; "turbante" di branzino fresco dell'Argentario con patate croccanti; soufflé-frappé al Grand Marnier con salse al cioccolato o frutti di bosco.

I vini in tavola: Pinot Grigio Doc (Lavis); Moscato d'Asti (Prunotto).

Commenti: Ottimo risultato (per molti eccellente) di questa riunione conviviale. Tutti i piatti sono stati molto apprezzati, con speciale segnalazione per la tartara e il branzino. Il cibo, ottimo per qualità, trattamento e presentazione, l'elegante mise en place, il servizio accurato e professionale hanno proprio propiziato la riuscita della serata, risultata così una calorosa "rimpatriata", in clima di cordiale, rinnovata amicizia. Conclusivi complimenti e applausi alle brave brigate di cucina e sala.

PISTOIA
24 settembre 2020

Ristorante "Le Gastronomie di MAT" di Matteo Dolfi, anche in cucina. ●Via Giorgio La Pira 6, Agliana (Pistoia); ☎0574/966806; osteria@legastronomiedimat.it; coperti 40+10 (all'aperto). ●Parcheggio comodo; ferie 1 settimana ad agosto; giorno di chiusura domenica sera e lunedì. ●Valutazione 7,3; prezzo da 36 a 45 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: tonno in olio cottura, maionese home-made e cipolla caramellata; baccalà mantecato su consommé di pomodoro e polvere di capperi; spaghetti mare e monti (ricciola di fondale e porcino dei nostri monti); polpo alla griglia su vellutata di patate e semi di quinoa; tortino di mele e carote su crema inglese al limone.

I vini in tavola: Bianco Lucido Annette 2017 (Tenute Cuffaro Agrigen-

to); Rosato Mafefa Catarratto 2018 (Podere Pellicciano S. Miniato); Pasito di Pantelleria.

Commenti: Il locale, posto su una via di grande comunicazione che unisce Pistoia a Prato, prende il nome da Matteo, titolare/ cuoco di questa giovane osteria. Una cucina basata sulla freschezza delle materie prime del territorio cucinate espressamente, niente cibo surgelato; pane, pasta e dolci fatti in casa. Matteo è uno cuoco istintuale: lo ha dimostrato anche nel corso della serata modificando con successo alcuni piatti per gli Accademici e ospiti con allergie. Locale riservato alla Delegazione e applausi per il tonno in olio cottura e per lo squisito tortino di mele. Numerosa partecipazione e graditissimi ospiti il Presidente dei Revisori dei Conti e Accademici delle Delegazioni di Prato, Montecatini e Dubai.

SIENA VALDELSA 26 settembre 2020

Ristorante "Villa Sabolini" di Chateau Villa Sabolini srl. ●Località Mensanello, Colle di Val d'Elsa (Siena); ☎0577/972001; coperti 80+30 (all'aperto). ●Parcheggio privato del ristorante; ferie gennaio e febbraio; giorno di chiusura mai. ●Valutazione 8,1; prezzo da 36 a 45 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: gamberi lardellati con insalatina di finocchi e arance, polpo alla griglia con salsa al curry; spaghetti al crudo di pesce; astice al vapore con il suo fumetto; millefoglie con crema chantilly e gocce di cioccolato.

I vini in tavola: Maremma Toscana Doc Vivia Le Mortelle (Antinori - Castiglione della Pescaia).

Commenti: La Delegazione ha voluto organizzare presso questa antica dimora storica, trasformata in elegante hotel, la riunione conviviale della Cultura accademica. L'articolo è ben strutturato menu a base di pesce, servito con efficienza dalla brigata di sala coordinata dalla giovane direttrice Marta Fontani, ha trovato un alto gradimento da parte degli Accademici e dei loro ospiti. Al termine del pranzo, il sociologo Paolo Corvo, docente presso l'Università degli Studi delle Scienze Gastronomiche di Pollenzo, ha tenuto un'interessante relazione sulla riscoperta del cucinare al tempo del coronavirus.

VALDELSA FIORENTINA 16 settembre 2020

"Trattoria Toscana Sant'Ilario" di Sant'Ilario. ●Strada Provinciale Volterrana 127, Gambassi Terme (Firenze); ☎339/2726808; ristorante@tenuta-santilario.it; coperti 50. ●Parcheggio comodo; ferie novembre; giorno di chiusura mercoledì. ●Valutazione 7,8; prezzo da 36 a 45 €; carte accettate CartaSi/Visa/MasterCard.

Le vivande servite: picci al ragù bianco di faraona, rosmarino e granella di nocciole; filetto di maiale in crosta di frutta secca, cipolla rossa di Certaldo caramellata, crema leggera di formaggio fresco Bianco Mugello Fattoria Palagiaccio; semifreddo di gianduia croccante di nocciole e salsa al caffè.

I vini in tavola: Chianti Docg 2018 (Tenuta Sant'Ilario); Chianti Classico Docg 2018 (San Felice).

Commenti: Ameno ristorante nella campagna gambassina. Notevoli al gusto e alla vista i picci al ragù bianco, eccezionale il Docg Sant'Ilario. Numerosi gli Accademici anche con ospiti. Ciliegina finale, la presenza del maestro gelataio Sergio Dondoli di San Gimignano, campione mondiale, che ha fatto assaggiare Italian Garden: una giacchia al chesecake con pomodorini pachino, basilico e fragola: alchimia, tecnica e passione. Un grazie ai Simposiarchi Gori e Manganelli che hanno saputo tenere testa ai sapori del territorio.

VALDICHIANA- VALDORCIA SUD 10 settembre 2020

Ristorante "Valdichiana Valdorciasud" di Antonello e Marisa Giannotti, in cucina Marisa Giannotti. ●Via Monte Bianco 2, Sarteano (Siena); ☎0578/265300, fax 0578/265078; info@albergolalanterna.com, www.albergolalanterna.com; coperti 300/350+80 (all'aperto). ●Parcheggio privato del ristorante; ferie n.d.; giorno di chiusura mercoledì. ●Valutazione 8; prezzo da 36 a 45 €; carte accettate CartaSi/Visa/MasterCard.

Le vivande servite: crostini toscani e pecorino; pappardelle al ragù di coniglio; faraona con patate arrosto; insalatina mista; zuppa inglese; crema catalana.

I vini in tavola: Corio bianco dell'Umbria 2019 (Cantina del Tra-

simeno); La Sala 2016 Chianti Classico San Casciano V.P.; Il Torriano 2016 Gran Selezione, San Casciano; Vendemmia Tardiva 2019 (Le Buche Sarteano).

Commenti: Il ristorante, a conduzione familiare da oltre 30 anni, è stato da poco restaurato, quel tanto da dargli un'adeguatezza che non ha però stravolto l'atmosfera tradizionale e il calore dell'accoglienza e del servizio. Molto apprezzata la semplicità e la coerenza del menu, scelto dal Simposiarca Federico Franci. Particolarmente gradito, all'unanimità, il ragù bianco di coniglio, leggero ma ricco di aromi, su pappardelle della miglior tradizione. Perfetta la cottura della faraona con deliziose patatine arrosto. I cibi meritavano l'ottima scelta dei vini. Curato il servizio: come ai vecchi tempi, senza cibi impiattati "con svolazzi di salsine". Unire semplicità e qualità è davvero una bella conquista.



MARCHE

ANCONA- RIVIERA DEL CONERO 11 settembre 2020

Ristorante "L'Officina" di Davide Breccia e Andrea Peccerello, in cucina Davide Breccia. ●Via Piave 11, Sirolo (Ancona); ☎071/9331628; info@lofficinasirolo.com, www.lofficinasirolo.com; coperti 40+30 (all'aperto). ●Parcheggio comodo; ferie novembre; giorno di chiusura lunedì. ●Valutazione 8,4; prezzo da 46 a 65 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: calamaro nero ripieno, lonza e peperone; capasanta quasi come una caprese; sogliola burro e camomilla; tortellini ripieni di baccalà alla moda anconetana, fondo di granchio e uova di aringa affumicata; risotto Bellini e crudo di gambero rosso; rombo in salsa al vino con patate e olive; pesche in agresto e gelato allo yuzu; cioccolato al mare.

I vini in tavola: Pievalta Perlungo metodo classico; Passolento Lamarca di San Michele.

Commenti: Bellissima serata sotto una luna stupenda. Interessantissima degustazione di sapori e profumi in un'atmosfera incantevole, affacciati direttamente nella splendida cornice del monte Conero. Davide, dopo le esperienze nei più blasonati ristoranti stellati internazionali, si è cimentato con il suo amico Andrea in questa nuova avventura con un futuro sicuramente di grandi successi. Le proposte, assolutamente equilibrate e innovative, esaltano il sapore della materia prima di ottima qualità e l'estro e la professionalità si sono riscontrati in tutte le originalissime portate, di assoluta soddisfazione alla vista, al palato e nei profumi. Serata riuscitissima sotto tutti i punti di vista.

ASCOLI PICENO 19 settembre 2020

Ristorante "Casolare" di Il Casolare di Antonio Ciannavei e Rita Celani sas, in cucina Maria Rita Ciannavei. ●Via Case Soarse 31, Venarotta (Ascoli Piceno); ☎0736/362162, cell. 338/491214; coperti 300+50 (all'aperto). ●Parcheggio privato del ristorante; ferie 1 settimana a gennaio e 1 settimana ad agosto; giorno di chiusura lunedì e martedì, la sera da giovedì a sabato. ●Valutazione 8,2; prezzo fino a 35 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: carpaccio del Casolare al balsamico; frittino di olive; fiore di zucca; zucchine; quadrucci casalinghi in brodo con assaggi di lesso; tonnellari di Campofilone con salsa di datterino; spezzatino di pollo ruspante ncip e ncip, allevato secondo la tradizione rurale; arrosto di agnellino nostrano; patate a fette rosolate in padella (con il pollo); insalata "misticanza" (con agnello); crostina casalinga con vino cotto.

I vini in tavola: Bollicine e Passerina (Tenuta Cocci Grifoni); Montepulciano d'Abruzzo (Camillo Montori).

Commenti: Il menu, predisposto con il Simposiarca Francesco Lucidi, è stato ispirato proprio alla tradizione culinaria del luogo, con le saporite antiche ricette, ottenendo l'unanime apprezzamento di tutti i commensali. Hanno incontrato ottimo gradimento i quadrucci fatti a mano, con un brodo di pollo che ha ricordato piacevolmente la cucina degli anni passati, e il condimento dei tonnellari; ma è risultato molto gustoso anche il pollo cucinato "ncip e ncip" e, ancor più squisito,



MARCHE segue



l'agnellino nostrano. La base della crostata è risultata deliziosa. Ottimi vini abbinati sapientemente alle varie portate.

ASCOLI PICENO 29 settembre 2020

Ristorante "Santa Lucia" di Società Ristorante S. Lucia di Simonetti Rudy e Gaia, in cucina Nazzareno Simonetti. ●Contrada Valle Chifenti, Appignano del Tronto (Ascoli Piceno); ☎ 0736/817177, cell. 333/1233220; santaluciaappignano@gmail.com, www.ristorantesantaluciaappignano.it; coperti 200+100 (all'aperto). ●Parcheggio privato del ristorante; ferie novembre; giorno di chiusura lunedì. ●Valutazione 8,1; prezzo fino a 35 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: olive all'ascolana; insalatina di ovuli con pesca settembrina e burrata; roast beef all'inglese con porcini e scaglie di parmigiano; ravioli di ricotta e porcini al tartufo; chateaubriand; cicoria selvatica alla contadina (con aglio, peperoncino e prosciutto); semi-freddo ai frutti di bosco.

I vini in tavola: Passerina Alta Mare (Ciù Ciù Offida); Rosso Piceno Superiore Picus (Simone Capecci).

Commenti: La location è stata scelta dal Simposiarca Accademico Ferruccio Squarcia, su suggerimento, dato a suo tempo, dal Vice Delegato Pasquale D'Avella, scomparso nel febbraio scorso. Lo chef Simonetti è particolarmente esperto nella preparazione di pietanze a base di carne: il secondo piatto, preparato con taglio di primissima scelta, appunto lo chateaubriand, porzionato in bella vista, ha avuto unanime consenso; uguale entusiastico gradimento l'ha ottenuto il contorno. La quasi totalità delle pietanze è stata preparata con i funghi, considerato il territorio particolarmente ricco; da

qui il titolo della riunione conviviale "...là dove si raccolgono i funghi". Molto gradito il dessert.

FERMO 11 agosto 2020

Ristorante "Perotti" di Ristorante Perotti snc, in cucina Lara D'Agostino. ●Via Bramante d'Urbino 3, Pedaso (Fermo); ☎ 0734/931773, cell. 346/3142138; coperti 40+20 (all'aperto). ●Parcheggio comodo; ferie 7-20 gennaio, 15-30 settembre; giorno di chiusura lunedì. ●Valutazione 8; prezzo fino a 35 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: pannocchie bollite, cozze alla pedasina, alici scottadito, cozze gratin; risotto alla pescatora; paccheri al ragù di pesce; frittura mista; suri e sgombri alla brace; sorbetto al limone.

I vini in tavola: Passerina (Podere dei Colli).

Commenti: Prima Consulta post-Covid cui è seguita una piacevole riunione conviviale aperta a tutti gli Accademici sul tema della pesca professionale sotto costa. Il ristorante Perotti, che doveva essere teatro della celebrazione, con convegno, della cozza selvatica e della cipolla rossa, entrambe di Pedaso, ha elaborato invece un menu basato sul pesce "povero", oggetto della pesca con le "retine", riproponendo sapori di memoria tipici delle trattorie del territorio. Su tutti, graditi i paccheri al ragù di pesce, dal gusto antico troppo spesso dimenticato.

FERMO 14 agosto 2020

Ristorante "La Brocca" di Maria Antonia Roscioli, anche in cucina. ●Via Trieste 33, Montottone (Fermo); ☎ 0734/775454; info@ristorantelabrocca.it, www.ristorantelabrocca.it;

coperti 80+30 (all'aperto). ●Parcheggio comodo; ferie mai; giorno di chiusura mai. ●Valutazione 7,9; prezzo fino a 35 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: olive, cremini, cotolette d'agnello e zucchine fritte, coratella d'agnello; cannelloni e tagliatelle al cinghiale; oca, pollo e patate arrosto; pesche della Val d'Aso al vino cotto.

I vini in tavola: Rosso Piceno (Cantine Firmanum).

Commenti: La Delegazione ha provato a dare nuovo impulso alla convivialità e per la serata ha proposto agli Accademici il menu più tipico del Ferragosto nel Fermano. La Brocca è un ristorante locato in uno degli splendidi paesini storici della media collina quale è Montottone, a mezz'ora dalla affollatissima costa d'agosto. In cucina sono presenti tre generazioni di cuoche che si tramandano il sapere culinario più tipico del territorio. È bastato ordinare per la cena il menu di Ferragosto e la richiesta è stata accolta ed esaudita come meglio non ci si poteva aspettare: sapevano già quali pietanze preparare. Sauro Vittori ha dissertato sugli oli e grassi da frittura.

FERMO 11 settembre 2020

Ristorante "Il Gambero" di Stella Del Mare srl, in cucina Monica e Daniela Sfasciapagliari. ●Via Giuseppe Mazzini 1, Porto Sant'Elpidio (Fermo); ☎ 0734/901944, fax 0734/900238, cell. 339/7271847; info@ristoranteilgambero.net, www.ristoranteilgambero.net; coperti 280+100 (all'aperto). ●Parcheggio privato del ristorante; ferie novembre; giorno di chiusura domenica sera e lunedì. ●Valutazione 7,8; prezzo da 36 a 45 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: pannocchie al vapore, hamburger di triglia e nasello; trucioli Carla Latini con sgombro e mirepoix di verdure; grigliata mista di stagione; zuppa inglese.

I vini in tavola: Clelia Passerina spumante; Eva Falerio; Salsedine Passerina; Alido Passerina passita (tutti della Cantina Terra Fageto).

Commenti: Riunione conviviale nella più stretta osservanza delle regole anti-Covid. Il tema della stagionalità del pesce ha avuto piena rispondenza nel menu, ove Piero De Santis ha proposto il meglio del

medio Adriatico. Gli ospiti sono stati accolti con bollicine e stuzzichini a bordo piscina per poi riunirsi nell'accogliente sala interna. Del menu, apprezzatissimi i trucioli Carla Latini con dadolata di sgombro e mirepoix di verdure. Investitura accademica per Luciana Cantarini e ricordo dei compianti Abdul MakKi e Walter Lattanzi. Molto gradita anche dai numerosi ospiti la relazione sulla stagionalità e fermo pesca tenuta dal dottor Tonino Giardini, Direttore nazionale Impresa Pesca.



UMBRIA

FOLIGNO 18 settembre 2020

Ristorante "Osteria Bacerotti" di Ivan Pizzoni, in cucina Carla, Ivan, Fabio, Fabrizio. ●Piazzetta Duomo, Foligno (Perugia); ☎ 0742/263901; coperti 50+40 (all'aperto). ●Parcheggio zona pedonale; ferie n.d.; giorno di chiusura domenica e lunedì. ●Valutazione 7,5; prezzo da 36 a 45 €; carte accettate CartaSi/Visa/MasterCard.

Le vivande servite: insalatina di porcini; baccalà mantecato con crema di pomodori e cipolla arrosto; tagliatella tirata a mano con ragù bianco di piccione; pollo nostrano in umido con peperoni e focaccia.

I vini in tavola: Trebbiano ad Armando (Tabarrini); Rosso Montefalco (Trabalza).

Commenti: Nel centro storico, una recente apertura ha ricevuto gli Accademici con attenzione e professionalità. Un menu che rispecchia l'anima, orgogliosamente da osteria, ma con grande cura nella scelta delle materie prime, dai grani antichi, il lievito madre per il pane, alle carni selezionate da piccoli allevamenti locali, alle erbe e ortaggi da agricolture biologiche. Apprezzata l'insalatina di porcini come anteprema e il delicato, ma gustoso, baccalà mantecato per poi lasciare posto ad altri piatti della tradizione locale. L'oste, simpatico e disponibile, e lo chef, rispettoso della tradizione, seppur

con qualche nota di fantasia, fanno presagire un buon successo lungo il loro cammino.

PERUGIA 17 settembre 2020

Ristorante "Le Melograne de Le Tre Vaselle Resort & Spa" di Hotel Seven srl, in cucina Rosario Pellegrino. ●Via Garibaldi 48, Torgiano (Perugia); ☎ 075/9880447; ricevimento@trevaselle.it, www.trevaselle.it; coperti 45+15 (all'aperto). ●Parcheggio comodo; ferie mai; giorno di chiusura: in questo periodo di emergenza Covid-19 il ristorante apre solo su prenotazione. ●Valutazione 8; prezzo da 46 a 65 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: finta oliva all'olio Lungarotti con crumble all'uva; focaccia fatta in casa all'uva rossa e rosmarino; pâté di fegato dolce, ristretto al Sagrantino Lungarotti; pecorino di Norcia accompagnato da gelatina d'uva; uovo di quaglia poché, spuma di parmigiano, condimento balsamico d'uva e tartufo estivo; tagliolini solo tuorlo al ragù d'oca bianco e aria di Torre di Giano; guancia di maiale brasata, fondo bruno al San Giorgio, sfere di patate novelle e cipolla rossa di Cannara marinata; sorbetto al mosto d'uva; pera al Rubesco con crumble al grue di cacao e uva passolina; caffè con bacio di dama alla ganache di Sagrantino Passito Lungarotti.

I vini in tavola: Brut rosé; Torre di Giano Vigna Il Pino 2017; Rubesco 2018; Sagrantino Passito 2015 (tutti delle Cantine Lungarotti, Torgiano).

Commenti: Per la riunione conviviale nel periodo della vendemmia, gli Accademici sono tornati in questa elegante struttura. Il menu, concordato fra il Simposiarca Cillian Fani e il giovanissimo, promettente chef Rosario Pellegrino, interamente ispirato all'uva e al vino. Piatti elegantemente presentati, con una curata ricerca di originali accostamenti, prediligendo, con piacevoli risultati, la tecnica della cottura sottovuoto e a bassa temperatura. Una menzione particolare va alla morbida guancia di maiale e alla bellissima pera al Rubesco. Apprezzati i vini.

TERNI 23 settembre 2020

Ristorante "Da Graziano alla Lanterna" di Manola Fazi, in cucina Fran-

ca Olivi. ●Via Alfonsine 17/19, Terni; ☎ 074/800090; www.trattoriadagrazianoterni.com; coperti 60+60 (all'aperto). ●Parcheggio privato del ristorante o garage convenzionato; ferie 25 dicembre e 15 agosto; giorno di chiusura domenica. ●Valutazione 7,5; prezzo fino a 35 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: fritti all'italiana; cirirole alla ternana; pancetta di maiale arrotolata con patate al rosmarino; zuppa inglese della nonna; gelato alla noce con Elisir San Marzano Borsci.

I vini in tavola: Grechetto 2019; Nonno Giovanni il Ciliegio di Narni 2014 (entrambi Tenuta Fabbrucciana, Narni).

Commenti: La riunione conviviale "Per ricominciare" segna la ripresa delle attività della Delegazione. Ripartenza nel segno della tradizione e nel rispetto delle norme di sicurezza. I Simposiarchi Luca Cipiccia, Filippo Clericò e Pierluigi Natali scelgono un locale storico del territorio. Nota di merito per l'abbondante antipasto di fritti, in onore al tema dell'anno, le cirirole alla ternana e per il dessert. Durante la serata, il Delegato Luca Cipiccia ricorda ai numerosi commensali l'importanza e l'attualità dell'opera di Pellegrino Artusi, a duecento anni dalla nascita del padre della cucina italiana.

VALLI DELL'ALTO TEVERE 12 settembre 2020

Ristorante "Villa San Donino" della famiglia Giorgi, in cucina Antonio Petrucci. ●Località San Donino, Città di Castello (Perugia); ☎ 0758/578108; info@hotelvillasandonino.it, www.hotelvillasandonino.it; coperti 280+200 (all'aperto). ●Parcheggio privato del ristorante; ferie da novembre a marzo; giorno di chiusura mai. ●Valutazione 7,7; prezzo fino a 35 €; carte accettate CartaSi/Visa/MasterCard.

Le vivande servite: sfiziosità calde e fredde, fiore di zucca gratinato ripieno di ricotta, alici con pomodorini e basilico; risotto Carnaroli con radicchio brasato al vino rosso; raviolo con la carbonara "a la rovescia"; vitello rosa alle erbe aromatiche arrostito in padella con funghi porcini; patate alla fornarina e sfornato di spinaci; cheesecake con coulis e sorbetto di albicocca; dolcezza della villa.

I vini in tavola: Prosecco di Valdobbiadene (Piccolin); Grechetto Igt Il Checco 2019 (vigneto S. Donino); Sangiovese Nero Petra 2017 (Petra); Spumante dolce e secco.

Commenti: La Delegazione si è riunita, in una stupenda villa del 1700, acquisita dalla famiglia Giorgi nel 1971 e successivamente trasformata in albergo e ristorante, con un accurato restauro conservativo. Nel miglior clima di amicizia, un'accurata cena è stata esemplificata con garbo e simpatia dal Simposiarca Carmelo "Elio" Zappone. Ponendo particolare attenzione sull'uso dei prodotti provenienti esclusivamente dall'omonima azienda agricola, il Simposiarca ha anche accennato: "Il nome della località ove sorge la villa, S. Donino, è dovuto a un santo taumaturgo eremita, vissuto nel 570 d.C., invocato come patrono dei denti e quindi definito, a buona ragione, santo patrono dell'Accademia".



LAZIO

LATINA ROMA APPIA ROMA EUR 10 agosto 2020

Ristorante "Fattoria Prato di Coppola" di Giampiero e Loredana Castiglione, in cucina Loredana Castiglione. ●Via del Lido km 4,200, Latina (Roma); ☎ 0773/273411, cell. 320/4418446; coperti 180+150 (all'aperto). ●Parcheggio privato del ristorante; ferie mai; giorno di chiusura lunedì. ●Valutazione 7,3; prezzo fino a 35 €; carte accettate CartaSi/Visa/MasterCard.

Le vivande servite: tagliere di bufala (mozzarella di bufala, prosciutto di Bassiano e carpaccio di bufalo); pappardelle della fattoria (con speck di bufalo e pomodorini); tagliata di bufalo agli aromi mediterranei; spezzatino di bufalina in bianco, fagiolini all'agro e verdure grigliate; torta di ricotta di bufala e pere.

I vini in tavola: Castore, Bellone bianco del Lazio Igt; Polluce nero Buono Rosso del Lazio Igt (entrambi Cincinnato Vini, Cori).

Commenti: Un menu per valorizzare la carne di bufala e derivati, tutti provenienti da aziende zootecniche di Sezze e Priverno. Più che sufficiente il giudizio sull'antipasto. Decisamente migliore quello sulle pappardelle, particolarmente gustose, e sulla tagliata, che però ha evidenziato una certa disparità di opinioni. La palma dell'eccellenza è andata allo spezzatino, tenerissimo e saporitissimo, e alla torta morbida e cremosa. Appropriato l'abbinamento con i vini del territorio. Delusione per l'osservazione guidata della volta celeste dagli astronomi dell'A.P.A. presenti con il Presidente dottor Andrea Alimenti, relatore d'eccezione: la serata particolarmente umida e la foschia hanno reso difficoltosa l'osservazione.

LATINA 17 settembre 2020

Ristorante "Hosteria Hemingway" di Claudio Ginnetti, in cucina Ana Mazzilu e Marcella Marzena. ●Via Armellini 15, Latina; ☎ 0773/412065; clagin@libero.it; coperti 50+30 (all'aperto). ●Parcheggio comodo; ferie settimana di Ferragosto; giorno di chiusura domenica. ●Valutazione 8,5; prezzo da 46 a 65 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: julienne di seppia con misticanza, mandorle e finocchi; tortino di baccalà e patate con pinoli e parmigiano; tagliolino al tartufo con gamberi e zucchine; sogliola con patate al vapore e scarola; sbriolata con crema e frutti di bosco.

I vini in tavola: Bellone (Casa vinicola Ilori, Cori).

Commenti: Importante serata conviviale per la consegna del Diploma di Buona Cucina 2019 a Claudio Ginnetti che, per l'occasione, ha predisposto un menu emblematico della sua cucina con il pescato sempre fresco, preparato in modo semplice che esalta il gusto, ispirato alla cucina tipica del Lazio e abbinato a verdure di stagione. Come descritto nella relazione dell'Accademica Simposiarca Anna De Donato, dal 2003, anno di inizio dell'attività, Claudio, con la collaborazione della consorte Anna Maria Palombo, si è affermato nell'ambito della ristorazione cittadina con una cucina di elevata qualità, che ha riscontrato il favore di una clientela selezionata in grado di apprezzarla.



LAZIO segue

RIETI

18 settembre 2020

Ristorante "San Francesco" di Eros Serilli, in cucina Erica Provvedi. ●Via San Francesco 103, Rieti; ☎0746/200812, cell. 347/50552225; ristoranteanfrancesco@hotmail.it; coperti 55+60 (all'aperto). ●Parcheggio comodo; ferie dal 18 agosto al 6 settembre; giorno di chiusura domenica sera e lunedì. ●Valutazione 7; prezzo da 36 a 45 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: risotto ai frutti di mare; misto caldo e crudo di mare; frittura; sorbetto.

I vini in tavola: Verduzzo; Falanghina.

Commenti: Ristorante molto frequentato a Rieti per la cucina di mare. In cucina Enrica Provvedi, figlia di Novello, che è stato colui che ha iniziato l'attività. I piatti serviti non hanno tradito le aspettative, mantenendosi sul consueto livello qualitativo. La buona stagione ha consentito di mangiare all'aperto su una delle piazze più rappresentative di Rieti.



ABRUZZO

ATRI

30 settembre 2020

Ristorante "Antica Melegnano" di Lucio Sacripante. ●Via Melegnano, Santa Margherita, Atri (Teramo); ☎085/8708446, cell. 338/5752253; anticamelegnano@email.com; coperti 50. ●Parcheggio privato del ristorante; ferie novembre; giorno di chiusura lunedì e venerdì. ●Valutazione 8,5; prezzo fino a 35 €; carte accettate CartaSi/Visa/MasterCard.

Le vivande servite: frittelle, vellutate di pomodoro con crostini, ricotta di pecora, pecorino, prosciutto, peperoni e uova; chitarra alla teramana; gnocchi con guanciale e porcini; pollo nostrano con patate al forno; pizza dolce, pizza "dogge".

I vini in tavola: Montepulciano, Cerasuolo e Trebbiano (Cantina Santone).

Commenti: Tema "Abruzzo... non solo arrosticini". Simposiarca l'Accademica Patricia Giosuè, che ha presentato il relatore, professor Marco Valenti, ordinario di epidemiologia, Dipartimento di Scienze cliniche applicate e biotecnologie dell'Università de L'Aquila e Direttore CRRA Abruzzo. La relazione, molto interessante e completa nella sua brevità, ha trattato della liceità del consumo degli animali come cibo da parte degli umani, secondo la prospettiva del filosofo Jacques Derrida. La serata, assai piacevole, ha suscitato l'apprezzamento degli Accademici, sia per la *location* sia per il menu: una vivace rivisitazione della cucina tradizionale del Teramano. Ottimo il rapporto qualità-prezzo.

CHIETI

9 settembre 2020

Ristorante "Villa Maiella" della famiglia Tinari, in cucina Arcangelo Tinari. ●Via Sette Dolori 30, Guardiagrele (Chieti); ☎0871/809319; info@villamaiella.it; www.ristorantevillamaiella.com; coperti 60+40 (all'aperto). ●Parcheggio privato del ristorante; ferie 1 settimana a gennaio, 2 a luglio; giorno di chiusura domenica sera e lunedì. ●Valutazione 8; prezzo da 66 a 100 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: trippa frita, bollotti e peperone di Altino; carpaccio di ricciola, perla di tapioca iodata e cetriolo fermentato; ferro mantecato al tartufo estivo; lasagna del "vicario"; filetto di manzo; pecorino (tre stagionature diverse) con fico al Montepulciano; porcino e patate.

I vini in tavola: Spumante metodo classico Athesis brut - Alto Adige, Sudtirol Doc (Kettmeir); Pinot Bianco Weissburgunder Trentino Doc 2016 (Castello Rmetz, Merano); Chianti Classico Docg 2015 (Pile e Lamole, Greve in Chianti); Moscato d'Asti Doc 2019 (Vigna Rionda, Serralunga d'Alba).

Commenti: La Delegazione ha organizzato un convivio di gala per festeggiare la nomina di Mimmo D'Alessio a Vice Presidente Vicario dell'Accademia, alla presenza di tutti i Delegati d'Abruzzo, rallegrati da un menu di grande spessore, curato dalla famiglia Tinari in maniera impeccabile. Gli Accademici hanno ricordato tutte le tappe della carriera di Mimmo, che è stato per ognuno di loro una guida e un esempio di grande dedizione al sodalizio. Una serata di commozione e di risate,

chiusa da un memorabile discorso di ringraziamento di Mimmo D'Alessio che ha ripercorso tutta la sua esperienza di Accademico, ringraziando il Presidente Paolo Petroni per la fiducia mostratagli.

PESCARA

18 settembre 2020

Ristorante "Le Tamerici dell'Hotel Promenade" dei fratelli Cozzolino snc. ●Via Lado Moro 63, Montesilvano Spiaggia (Pescara); ☎085/4452221; info@hotelpromenadeabruzzo.it; coperti 250. ●Parcheggio scomodo; ferie mai; giorno di chiusura mai. ●Valutazione 7,5; prezzo da 46 a 65 €; carte accettate CartaSi/Visa/MasterCard.

Le vivande servite: tonno marinato al pepe, wasabi, mandarino e agrumi; maccheroni alla chitarra con ragù di astice; trancio di branzino, bietolina e fiori di capperi; vasetto di frutta con gelato alla vaniglia.

I vini in tavola: Valtenesi Rosamara Doc 2019 (Costaripa); Five Roses Igt 2019 (L. De Castris); Cerasuolo d'Abruzzo Rosa-ae Doc 2019 (Torre dei Beati).

Commenti: Dopo l'introduzione del Delegato, il relatore, Massimo Di Cintio, ha svolto brillantemente il tema: "L'affascinante mondo dei vini rosa, tra storia, attualità e tendenze", molto applaudito da una folta presenza di Accademici. Gli ottimi Simposiari, Giuseppe Fioritoni e Antonio Ruscitti, hanno fatto predisporre un menu, le cui pietanze sono state preparate con il freschissimo pesce dell'Adriatico, molto apprezzato. Sia i gustosi antipasti sia i primi hanno riscontrato unanime consenso, compreso il piatto di branzino particolarmente gradito. I vini, scelti dall'esperto relatore, hanno esaltato, con la loro delicatezza e il loro fruttato, nonché con l'ampio "bouquet", le varie pietanze.

SULMONA

5 agosto 2020

Ristorante "Antica Corte" della famiglia Sciocchia, in cucina Carlo Sciocchia. ●Via Ercole Ciofano 51, Sulmona (L'Aquila); ☎0864/435441, cell. 339/4926772; coperti 70+100 (all'aperto). ●Parcheggio zona pedonale; ferie fine ottobre; giorno di chiusura mercoledì. ●Valutazione 8,01; prezzo fino a 35 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: rapa rossa, pere, burrata e mandorle; carpaccio di

manzo agli agrumi; tagliatellina con fiori di zucchini, bottarga e lime; pollo della domenica; tiramizucca.

I vini in tavola: Selezione di vini della Cantina Di Cato di Vittorito (L'Aquila).

Commenti: Ottima la scelta della Simposiarca Chiara Buccini nel proporre questo ristorante, dove il cuoco Carlo ha saputo deliziare con una cucina che, pur rispettando le tradizioni del territorio, ha espresso notevoli spunti innovativi attraverso abbinamenti di sapori e metodi di cottura. Ospite la proprietaria della Cantina Di Cato che ha intrattenuto sulla filosofia dei suoi vini, suscitando un'interessante conversazione. La simpatica Claudia, responsabile di sala, ha arricchito con le sue spiegazioni i piatti serviti. La serata si è protratta fino a tardi in un piacevole dibattito sui cibi gustati e anche per il desiderio di stare insieme.



MOLISE

CAMPOBASSO

30 agosto 2020

Ristorante "Porta Tammaro" di Antonio Pensiero, in cucina Maria Concetta Arcari. ●Contrada Altilia, Sepino (Campobasso); ☎328/5874181; coperti 40+80 (all'aperto). ●Parcheggio privato del ristorante; ferie mai; giorno di chiusura martedì. ●Valutazione 7,9; prezzo fino a 35 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: involtino di melanzane con ricotta, tartufo e prosciutto cotto; peperonata con crostini; focaccia bruschettata; ravioli con ricotta, mandorle, funghi e tartufo; cavatelli al ragù di cinghiale; saccottino di pasta sfoglia e filetto di vitello con peperone ripieno; tiramisù al pistacchio.

I vini in tavola: Tintilia (Colle Sereno di Petrella Tifernina).

Commenti: Dopo l'emozionante visita al sito archeologico di Saepinum, la riunione conviviale non poteva avere sede migliore se non nella

storica trattoria, posta all'uscita di una delle porte della città romana, custode da sempre delle tradizioni gastronomiche molisane. La signora Concetta ha confermato la bontà e la genuinità della propria cucina, preparando pietanze semplici, utilizzando solo materie prime di stagione e del territorio. Il figlio Antonio ha mostrato di aver ben compreso gli scopi e l'importanza dell'Accademia, organizzando un servizio garbato, preciso e professionale. Comprensibile la soddisfazione del Simposiarca Carlo Santaniello, dopo gli sforzi profusi nelle due prove menu.

 **TERMOLI**
27 agosto 2020

Ristorante "Tenuta Mirco" di Michele Mirco. ●Contrada Montebello, Montenero di Bisaccia (Campobasso); ☎ cell.339/6672787; coperti 60+60 (all'aperto). ●Parcheggio comodo; ferie primi 15 giorni di novembre; giorno di chiusura mai. ●Valutazione 7,4; prezzo fino a 35 €; carte accettate CartaSi/Visa/MasterCard.

Le vivande servite: verdure fritte pastellate; pane dorato e bruschette con peperoncino; taglieri di salumi e formaggi tipici monteneresi; zuppetta molisana, frittate della tradizione contadina; chitarra al ragù misto montenerese; cavatelli con ventricina; coniglio porchettato; spiedone di ventricina con insalata di tortarelle e pomodori; lunette di anguria e pesche al vino; piccillati "cilli ripieni".

I vini in tavola: Jhonatan Prosecco Superiore Valdobbiadene; Petrier rosso Igp Terre degli Osci; Petriera rosato Igp Terre degli Osci; Tintilia del Molise Dop Colle Cervino (tutti Cantine Catabbo).

Commenti: Piacevolissima riunione conviviale agostana, organizzata dal Vice Delegato Di Pietro, presso il ristorante della "Tenuta Mirco"

sito sulle colline di Montenero di Bisaccia prospicienti il mare Adriatico. Il menu, rispettoso della povera tradizione contadina montenerese, ricco di pietanze della tipica cucina proposta nelle festività religiose nonché riguardanti l'argomento dell'anno, è stato apprezzato per la genuinità degli ingredienti e la buona fattura. Ottime le frittatine, le verdure pastellate, il pane cotto alla vignarola, la zuppetta molisana, i salumi e i formaggi, accompagnati dagli ottimi vini Catabbo.



CALABRIA

 **AREA GRECANICA-TERRA DEL BERGAMOTTO**
26 settembre 2020

Ristorante "Break" di Francesco Panuccio, anche in cucina. ●Via Spirito Santo 253, Reggio Calabria; ☎ 0965/896211; coperti 100. ●Parcheggio privato del ristorante; ferie mai; giorno di chiusura mai. ●Valutazione 6,78; prezzo fino a 35 €; carte accettate CartaSi/Visa/MasterCard.

Le vivande servite: ventricelle di stocco arrostiti; stocco arrostito; maccheroni al sugo rosso di ventricelle; linguine allo stocco; involtini di ventricelle; stocco alla ghiotta con patate; crostata di frutta.

I vini in tavola: Sambatello (Cantine Battaglia).

Commenti: Eccellente la qualità della materia prima (pesce stocco e sue ventricelle). La cucina mancava un po' di verve e di aromi, mentre alcu-

ne pietanze avrebbero dovuto essere più oleose (nella tradizione locale reggina e dello Stretto di Messina lo stocco alla ghiotta è annegato nell'olio di oliva). Di buona fattura il dessert fatto in casa. Vino discreto. Buon rapporto qualità-prezzo. Complessivamente un locale dignitoso che, pur senza fronzoli o ambizioni stellate, serve comunque il cliente con onestà e garbo offrendo un livello medio di ristorazione assolutamente accettabile.



SICILIA

 **CEFALÙ PALERMO**
12 settembre 2020

Ristorante "U Bagghiu" di Santina e Andrea David. ●Via Gagliardo 3, Polizzi Generosa (Palermo); ☎ cell. 328/7357945; coperti 60+70 (all'aperto). ●Parcheggio comodo; ferie prime 2 settimane di giugno; giorno di chiusura giovedì. ●Valutazione 8; prezzo fino a 35 €; carte accettate CartaSi/Visa/MasterCard.

Le vivande servite: salumi, formaggi e carni locali; casarecce con ragù di carne e la fagiola piatta, tipica di Polizzi; ravioloni ai funghi porcini conditi con crema di zucca, salsiccia, speck e rucola; filetto di maiale ai funghi porcini, tagliata di manzo.

I vini in tavola: Nero d'Avola (Cantina Cestellucci Miano).

Commenti: Simposiarca del convivio delle Delegazioni di Cefalù (ospitante) e di Palermo guidata da Daniela Nifosi, è Ida Rampolla del Tindaro che ha illustrato le pietanze tradizionali di Polizzi, dalle casarecce con il ragù e la fagiola piatta tipica di Polizzi, al "coniglio", piatto a base di verdure della cucina povera della città, al buccellato realizzato con l'uva passa. Ha ulteriormente sviluppato il suo ruolo di Simposiarca grandemente apprezzato da entrambe le Delegazioni illustrando con passione la città e offrendo lo "sfoglio" nel suo palazzo del 1700 al Sindaco, ringraziato per il rega-

lo di numerosi sfogli a Parigi, e al Presidente del consorzio di difesa dello sfoglio.

 **MESSINA**
16 settembre 2020

Ristorante "Hostaria San Francesco" di Giovanni Puglisi, in cucina Veronica Ravidà. ●Piazzale San Francesco 13, Milazzo (Messina); ☎ 090/9214536; hostariasanfrancesco@gmail.com; coperti 25+40 (all'aperto). ●Parcheggio comodo; ferie novembre; giorno di chiusura lunedì. ●Valutazione 8; prezzo da 46 a 65 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: crudité di pesce, pomodoro, olio al basilico, aria al cetriolo; spaghetti quadrato al cacao, ragù di tonno e salsa di piacentinu ennese; polpo arrosto, crema di carote, patate al sale e polvere di capperi; parfait di mandorle; croccante alle mandorle e crumble di cacao.

I vini in tavola: Margana; Barbacane (entrambi Cantine Vinisola di Pantelleria).

Commenti: Consenso unanime alla cucina della giovanissima chef-patronne Valentina, che ha proposto, d'intesa con il Simposiarca Tommaso Faranda, un menu raffinato e leggero, basato sull'impiego di ingredienti freschi e selezionati anche per la panificazione in house. Gradevoli le crudité, saporito il molto promettente piatto di spaghetti, non banale la preparazione del polpo. Vivace e partecipato il dibattito finale che ha apprezzato la bontà della strada intrapresa, auspicando l'ulteriore affinamento nell'utilizzo del piacentinu, e riconoscendo unanimemente una cucina già di ottima qualità.

 **MODICA**
9 settembre 2020

Ristorante "I Cabrera" di Andrea Scarso. ●Pozzallo (Ragusa); ☎ 0932/798575, cell. 338/3419287; coperti 150+250 (all'aperto). ●Parcheggio comodo; ferie 15 giorni a marzo; giorno di chiusura mercoledì (novembre-aprile). ●Valutazione 7,3; prezzo fino a 35 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: crudité di scampo e gambero rosso, arancina di zafferano con seppia e finocchietto selvatico, crocchetta di baccalà e patate su vellutata di pomodoro, filetto di lampuga in crosta di gamberetti con panure al limone e timo





SICILIA segue

su crema di zucchine, tortino di pesce spada con caponata e mandorle, insalata di mare; zuppa di cozze; dentice al sale con salsa agli agrumi di Sicilia; frittura mista di calamari e gamberi; fantasia al limone.

I vini in tavola: Vino Sofì (Cantina Bagliesi).

Commenti: Gli Accademici e i loro numerosi ospiti hanno trascorso una piacevolissima serata in un locale ubicato nell'angolo più suggestivo della cittadina marinara di Pozzallo, affacciato in una piazzetta sul mare a lato della Torre Cabrera, simbolo di Pozzallo e segno della potenza economica e politica della Contea di Modica. È stata servita una cena a base di pesce, in un clima di ritrovata serenità e convivialità. Un plauso al Simposiarca, Giovanni Ciarcia, per la perfetta riuscita della serata e per aver fatto rispettare alla lettera le prescrizioni in tema anti-Covid.



EUROPA

AUSTRIA

VIENNA

3 settembre 2020

Ristorante "Cavalluccio da Tommaso" di Tommaso Bomprezzi. ●Göttweihergasse 2, Vienna; ☎00431/512221114; coperti 110+64 (all'aperto). ●Parcheggio zona pedonale; ferie mai; giorno di chiusura domenica. ●Valutazione 7,5; prezzo da 46 a 65 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: vitello tonnato; parmigiana di melanzane; capesante; scampo fritto; carpaccio e funghi porcini; spaghetti aglio, olio, peperoncino; gnocchi di ricotta e pomodorini; orata all'acqua pazza; tiramisù; panna cotta; profiterole.

I vini in tavola: Pinot Grigio (Atrís, Cividale del Friuli).

Commenti: Gradito l'assaggio di antipasti, accompagnati da una simpatica focaccia, e molto buoni gli

spaghetti. Meno riusciti gli gnocchi di ricotta che non hanno convinto per la loro neutralità. Ottima l'orata all'acqua pazza, così come il tris dei dessert. L'ambiente raffinato, funzionale e sobrio è sito in una piccola strada della parte più elegante del centro storico. Ben riuscito l'abbinamento del vino. Molto buono il servizio e assai affabile il gestore, il quale non ha dimenticato l'origine marchigiana che ritorna a suo vantaggio specialmente nella scelta dei prodotti. Serata complessivamente piacevole.

FRANCIA

PARIGI MONTPARNASSE

16 settembre 2020

Ristorante "Fratelli Pastore" di Ciro Solo. ●30/32 avenue Pierre Lefaucheux, Boulogne-Billancourt, Parigi; ☎00331/46081290; ciro.solo@hotmail.com, www.fratellipastore.fr; coperti 70+24 (all'aperto). ●Parcheggio comodo; ferie agosto; giorno di chiusura domenica, lunedì. ●Valutazione 8,25; prezzo fino a 35 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: zeppoline sale e pepe, focaccia e mortadella al pistacchio; degustazione di burrata: affumicata, tartufo e stracciatella; carpaccio di carciofi e scaglie di parmigiano; frittata di alici; pasta e patate; tagliolini al tartufo nero estivo; filetto di spigola alla griglia con verdure al vapore; baba al Rhum; pastiera napoletana.

I vini in tavola: Morellino di Scansano 2017 (Fattoria di Pupille); bianco di Morgante 2018 (Morgante).

Commenti: Per dare il benvenuto all'autunno, in un giorno di piena estate a Parigi. Il proprietario Ciro, il cuoco Luciano e il suo staff hanno contribuito, sotto tutti gli aspetti, a rendere la riunione conviviale una serata particolare. Gli Accademici hanno potuto apprezzare con gusto il menu proposto, dai sapori tipici della Campania. Particolare gradimento è andato alla pasta e patate che, dopo una presentazione da parte della Delegata, è stata degustata con curiosità dagli Accademici francesi che non ne conoscevano l'esistenza. Ottima la scelta dei vini. Ospitalità, familiarità, simpatia, accoglienza, generosità e professionalità hanno reso gradevole la riunione conviviale.

GERMANIA

MONACO DI BAVIERA

14 settembre 2020

Ristorante "Il Tenore" di Angelo Scopelliti e Salvatore Monteleone, in cucina Angelo Scopelliti. ●Falkenturmstr. 10, Monaco di Baviera; ☎004989/24231622; info@osteriailtenore.de; coperti 40. ●Parcheggio scomodo; ferie n.d.; giorno di chiusura domenica. ●Valutazione 8,5; prezzo da 46 a 65 €; carte accettate CartaSi/Visa/MasterCard.

Le vivande servite: arancine con Prosecco siciliano, alici marinate con finocchio e limone, foglie d'ulivo con sarde, pinoli, mollica e pachino; pesce spada alla palermitana con caponata; cassata siciliana con pasta di mandorle.

I vini in tavola: Leone bianco (Tasca d'Almerita); Sherazade Nero d'Avola (Donnafugata).

Commenti: Il risultato del menu siciliano, proposto dal cuoco, è stato di altissimo livello, a partire dalle arancine, passando alle tenerissime alici marinate e alla pasta con le sarde, oggetto di ripetuti bis, per finire con un pesce spada freschissimo e cotto alla perfezione. La cassata, per quanto buona, era più originale che tradizionale. L'abbinamento con i vini è stato generalmente apprezzato, con alcuni dissensi per la scelta del Nero d'Avola. Il servizio rapidissimo e personale. Si può tranquillamente affermare che il locale sia stato una graditissima sorpresa, nonché la conferma che, anche in questo difficile periodo, esistono realtà che continuano a portare avanti un lavoro di qualità.

PAESI BASSI

UTRECHT

AMSTERDAM-LEIDEN DEN HAAG SCHEVENINGEN

12 settembre 2020

Ristorante "Cantina di David" di Feysun Canatar, in cucina Angelo Colombo. ●Oudegracht 88, Utrecht; ☎003130/2368436; info@cantina-david.nl, www.cantinadavid.nl; coperti 120+36 (all'aperto). ●Parcheggio zona pedonale; ferie mai; giorno di chiusura mai. ●Valutazione 8,4; prezzo da 46 a 65 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: barchetta di gorgonzola; zuppetta di moscardini e olive taggiasche; risotto caminetto con provola affumicata e spumante; stinco di agnello laccato al miele con salsa al mirto, patate al forno e polpettine di melanzane affumicate; gran torta dell'Accademia.

I vini in tavola: Sauvignon Blanc, Vineyard 2019 (Di Lenardo); Falanghina Taburno 2017 (Masseria Frat-tasi); Nebbiolo Langhe Regret 2018 (Monchiero Carbone); Moscato 2019.

Commenti: Organizzata dal Delegato Aris Spada, in collaborazione con i Delegati Alberto Gianolio e Ciro Pernice e onorata dalla presenza di S.E. l'Ambasciatore d'Italia Andrea Perugini e la Console Maria Pia Bianconi, il convivio è stato preceduto da un apprezzato giro fluviale. L'accoglienza è stata molto calorosa e il servizio veramente impeccabile. Ottima la barchetta al gorgonzola abbinata a una classica bevanda italiana: la bicicletta. Apprezzatissima la zuppa di moscardini che ha preceduto un risotto, orgoglio dello chef Novarese. Lo stinco di agnello, cotto molto bene e accompagnato da una polpettina di melanzane che ha entusiasmato. A sigillare il successo della serata, la gran torta. I vini ben abbinati.

REPUBBLICA DI SAN MARINO

SAN MARINO

28 settembre 2020

Ristorante "Il Piccolo" di Mario Liotta, in cucina Mario Liotta - Olena Mineyeva. ●Via del Serrone 15/17, San Marino; ☎0549/992815, cell. 335/5810229; liottamario1971@gmail.com; coperti 65+40 (all'aperto). ●Parcheggio comodo; ferie dal 15 febbraio al 4 marzo; giorno di chiusura lunedì. ●Valutazione 7,5; prezzo fino a 35 €; carte accettate American Express.

Le vivande servite: frittino di cavolo rosso e fiori di zucca con acciughina, rosa, buccia di cipolla con note floreali leggere timo e limone, cremoso; insalatina di mare al vapore e citronette; paccheri di Pietro Massi all'albume di uovo con crostacei; corba rossa del Gargano alla mediterranea; assaggio di frittura di pesce; semifreddo fruit passion.

I vini in tavola: Almanini rosé; Verdicchio dei Castelli di Jesi; Franciacorta 61 brut (Berlucchi).

Commenti: Una bellissima serata per la Delegazione, preceduta dalla riunione della Consulta, i cui membri hanno definito gli appuntamenti per l'anno in corso, con particolare attenzione alla cena ecumenica e allo sviluppo del tema dell'anno "Fritti, Frittate e Frittelle nella cucina regionale delle tradizioni" e alla riunione conviviale delle feste. I piatti proposti, a base di pesce, hanno stupito gli Accademici per l'originalità degli abbinamenti e la freschezza degli ingredienti. Ancora una volta, la buona cucina e la calda atmosfera hanno accolto i partecipanti in un incontro connotato da rinnovato entusiasmo e testimoniato da momenti di sincera emozione.

SVIZZERA

SUISSE ROMANDE
26 settembre 2020

Ristorante "Accademia della Pizza" di Pasquale Palumbo, in cucina Mario Gargiulo. ●Route du Simplon 85, St. Leonard, Valais; ☎004127/3465151; st-leonard@accademia-dellapizza.ch, www.accademia-dellapizza.ch/it; coperti 40/50. ●Parcheggio privato del ristorante o garage convenzionato; ferie mai; giorno di chiusura mai. ●Valutazione 7,5; prezzo da 46 a 65 €; carte accettate CartaSi/Visa/MasterCard.

Le vivande servite: fiammiferi di zucchine fritte e ritagli di pizza alla sorrentina; polpo grigliato su crema di topinambur al profumo di limone; parmigiana di melanzane; spaghetti Nerano alla fiamma in forma di parmigiano reggiano; delizia al limone.

I vini in tavola: Falanghina (Vinosio, Benevento); Costa d'Amalfi "a scippata" (G. Apicella).

Commenti: L'Accademico Fausto Giori ha brillantemente illustrato le diverse portate, le loro componenti, i richiami alle tradizioni locali e diretto il dibattito sulle diverse valutazioni degli Accademici, alla presenza dello chef applaudito anche per un magnifico centrotavola ricavato da una zucca finemente lavorata a forma di grande fiore. Il limone, prodotto principe della zona, era il tema della riunione conviviale. Gli Accademici sono stati particolarmente sorpresi, all'aperitivo, dai deliziosi ritagli di pizza al limone. Il voto più alto l'ha ricevuto, all'unanimità, il polpo grigliato su



crema di topinambur al profumo di limone, così come la delizia al limone, di rara leggerezza.

SVIZZERA ITALIANA
5 settembre 2020

Ristorante "Grotto del Cavicc" della famiglia Bertoldi. ●Via ai Carveti 19a, Frazione Montagnola, Collina d'Oro; ☎0041/919947995; www.grottocavicc.ch; coperti 30+60 (all'aperto). ●Parcheggio comodo; ferie mai; giorno di chiusura martedì. ●Valutazione 7,7; prezzo da 46 a 65 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: cipolle tonnate; lardo di Colonnata, salamini di cervo e maiale; polenta e ossobuco di vitello, funghi porcini trifolati; piccolo assaggio di zincarlin della Valle di Muggio con miele ticinese; a scelta: sorbetto d'uva con grappa, sorbetto al limone con Vodka, sorbetto alla pera con liquore Williams; gelato di noci con Nocino; caffè accompagnato da torta di pane ticinese.

I vini in tavola: Chardonnay; Merlot Zeus (entrambi dell'azienda vitivinicola La Costa, Novazzano).

Commenti: La Delegazione che si è riunita presso il Grotto del Cavicc, noto anche come il grotto del premio Nobel per la letteratura Hermann Hesse. I Simposiarchi Del Bufalo e Gaggini hanno studiato uno stuzzicante menu, ponendo particolare attenzione a due prodotti ticinesi Presidi Slow Food: la farina bóna della Valle Onsernone e lo zincarlin della Vall da Mücc. Ospite della riunione conviviale è stato Franco Lurà, Presidente della Condotta Ticino. Durante il convivio, sono stati consegnati: al Delegato onorario, Grandi, il diploma di 35 anni di appartenenza e al Console Generale d'Italia a Lugano, Massoni, le insegne quale Accademico onorario.

SVIZZERA ITALIANA
29 settembre 2020

Ristorante "Grotto della Salute" di Gianalberto Meregalli, in cucina Luca Torricelli. ●Via Madonna della Salute 10, Lugano-Massagno (Ticino); ☎0041/919660476; info@grottodelsalute.ch, www.grottodelsalute.ch; coperti 60+60 (all'aperto). ●Parcheggio privato del ristorante o garage convenzionato; ferie 24 dicembre - 6 gennaio; giorno di chiusura mai. ●Valutazione 8; prezzo da 66 a 100 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: ciccioli emiliani e gnocco fritto; perle di parmigiano reggiano fritte; antipasto misto del Grotto; maccheroncini fatti in casa al ragù bianco; maialino croccante al forno con patate al forno e verdure di stagione; gelato alla crema con aceto balsamico tradizionale di Modena o sorbetto all'uva americana con la sua grappa; caffè e albicocche marinate.

I vini in tavola: Godié - extra brut spumante Igt della Svizzera italiana (azienda vitivinicola Trapletti, Collderio); Rondò 2019; Il Solista - Riserva 2016 (entrambi vini Piazza, Dino).

Commenti: La Delegazione si è ritrovata al Grotto della Salute a Massagno, dove la Simposiarca Anny Govoni Zappa ha organizzato, unitamente allo chef Torricelli, un menu incentrato sulla cucina emiliana. I maccheroncini fatti in casa al ragù bianco, in particolare, hanno incontrato i favori degli Accademici. Ospiti: Franca Balestri, esperta e giudice nelle degustazioni dell'originale Aceto Balsamico Tradizionale di Modena, che ha insegnato le tecniche di degustazione. Ruggero Masciangelo, sulle scelte fatte in azienda, al fine di creare prodotti di notevole eleganza sotto il profilo gustativo. Apprezzati i vini di Trapletti e dei fratelli Piazza, che hanno accompagnato la serata.

UNGHERIA

BUDAPEST
10 settembre 2020

Ristorante "Amici Mie" di Massimiliano Neri. ●Corvin Sétány 1, Budapest; ☎003670/2890379; coperti 50+45 (all'aperto). ●Parcheggio zona pedonale; ferie mai; giorno di chiusura mai. ●Valutazione 7,3; prezzo da 36 a 45 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: sardine adriatiche alla scottadito; crostino di salmone semi brado marinato all'anepto; code di gambero in salsa rosa; capesante gratinate e insalata di polpo fresco e patate; linguine al ragù di triglia; filetto di orata fresco al forno con salsa verde, olive e verdure saltate; sorbetto al pistacchio con frutti di bosco.

I vini in tavola: Prosecco Doc Mille-simato 2016 (Bepi Tempeste); bianco Greco Igp 2016 (Cantina San Paolo); Grillo Terre Siciliane Igp 2016 (Timineri).

Commenti: Il ristorante è orientato verso la piazza pedonale antistante, con ampia terrazza, per consumare piatti tipici del Sud Italia con un buon rapporto qualità-prezzo. Il Simposiarca è stato il Vice Delegato Michele Fasciano, mentre l'Accademica Ilona David ha intrattenuto i numerosi commensali sul tema: "Cibo on-line: connubio tra internet e cucina". La serata si è svolta in terrazza secondo le regole di sicurezza; di buona qualità i vini in abbinamento e ottimo il servizio. Degno di menzione l'aperitivo-antipasto, qualche perplessità sul primo piatto.



NEL MONDO

REPUBBLICA POPOLARE CINESE

SHANGHAI
27 agosto 2020

Ristorante "Da Marco" di ristorante da Marco, in cucina Andrea Pud-dinu. ●1/F, Golden Bridge Garden,



NEL MONDO segue



103 Dong Zhu'anbang Lu, Shanghai; ☎ 008621/62104495; coperti 150. ●Parcheggio privato del ristorante o garage convenzionato; ferie mai; giorno di chiusura mai. ●Valutazione 8; prezzo fino a 35 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: ostrica con limone e caviale; uovo cucinato a lungo e a bassa temperatura con crema di limone e ragù di pesche; gnoccatà con salsa di pomodoro e cialda di basilico; filetto di manzo con spinaci e mortadella grigliata; zuppa inglese con crema di cioccolato e crumble alla vaniglia.

I vini in tavola: Spumante rosé extra dry Lambrusco Emilia Igt; Lugana Doc; Primitivo rosato Salento Igt; Montepulciano d'Abruzzo Colline Teramane Docg; Moscato d'Asti Docg.

Commenti: Cena all'insegna del buon cibo, ispirato a Federico Fellini. Piatti ben curati, ricercati nel loro legame con i film del grande regista, introdotto dal professor Alberto Manai, Direttore dell'Istituto di Cultura del Consolato Italiano a Shanghai. La tavola, apparecchiata con elementi rustici come zucca e frutta, ha accolto i tanti ospiti e fatto da cornice a un evento interessante e coinvolgente. La serata è stata ben gestita nei contenuti dal Simposiarca e Tesoriere Carlo D'Andrea, che ha inframmezzato la presentazione dei piatti fatta dal talentuoso e giovane chef Andrea, con dati, informazioni e contenuti culturali curiosi e interessanti. Impeccabile l'abbinamento con i vini; servizio attento.

SINGAPORE-MALAYSIA-INDONESIA

SINGAPORE-MALAYSIA-INDONESIA
8 settembre 2020

Ristorante "Pietrasanta" di Loris Massimini, anche in cucina. ●1 Fusionopolis Way, Singapore; ☎ 0065/64799521, cell. 0065/98639253; www.ristorante-pietrasanta.com; coperti 40+40

(all'aperto). ●Parcheggio comodo; ferie mai; giorno di chiusura mai. ●Valutazione 7; prezzo da 66 a 100 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: antipasto misto di affettati; parmigiana di melanzane; testaroli al pesto; trippa alla fiorentina; tordelli al ragù chiantigiano; fettucine all'amatriciana.

I vini in tavola: Bellavista Franciacorta brut; Brunello di Montalcino (Cordella, Riserva 2012); Amarone della Valpolicella Classico (Tenute Salvaterra, Riserva 2008).

Commenti: Finalmente l'attività conviviale della Delegazione riprende con questa riunione "ristretta" a 5 partecipanti, numero massimo di commensali permesso a Singapore. Gli Accademici hanno cenato nella piacevole terrazza,

gustando piatti ben eseguiti dallo chef Loris. Non tutti gli ingredienti erano disponibili a causa della situazione complessa Covid-19, ma i testaroli al pesto sono stati molto graditi da tutti, come anche i tordelli al ragù chiantigiano e le fettucine all'amatriciana. Ottimi i vini suggeriti dal maître di sala Niccolò, in particolare l'Amarone Riserva 2008.

TUNISIA

TUNISI
27 settembre 2020

Ristorante "La Closerie" di Malek Ladjimi, in cucina Sadok Abdennebi. ●Route de la Soukra km 16, Sidi Fradj, La Soukra (Tunisi); ☎ 0021/670938537, cell. 0021/625196408; lacloserie2@yahoo.fr; coperti 190+200 (all'aperto). ●Parcheggio privato del ristorante o garage convenzionato; ferie 1° gennaio, AID, Ramadan a pranzo; giorno di chiusura domenica sera e lunedì; in estate domenica a pranzo. ●Valutazione 8; prezzo da 36 a 45 €; carte accettate American Express, CartaSi/ Visa/MasterCard.

Le vivande servite: sfornato di ricotta dell'entroterra e zucchine tenere dell'orto; penne ai mitili della costa nord aromatizzate con pistilli di zafferano; profumato pavé di cernia del Mediterraneo e la sua fonduta ai porri nostrani; "ile flottante", secondo la tradizione di Auguste Escoffier.

I vini in tavola: Kurubis blanc (Mornag, Tunisia).

Commenti: Riunione conviviale a pranzo, superbamente organizzata all'aperto, a seguito della recrudescenza della pandemia da coronavirus, nei giardini del ristorante, dalla Simposiarca Marysa Impellizzeri. Marysa ha scelto e dottamente presentato un menu di ottimo livello: ogni portata ha rivelato un universo di sapori sapientemente combinati e accostati all'ottimo vino Kurubis. Gli Accademici hanno davvero apprezzato lo sfornato di ricotta e zucchine e il pavé di cernia. Superlativa l'ile flottante che ha chiuso in bellezza la riunione. Il Delegato Luigi Collu, comunicando l'esito della votazione, ha rivolto alla proprietaria i complimenti della Delegazione. Servizio attento e cortese.

DONATORI DELLA BIBLIOTECA NAZIONALE "GIUSEPPE DELL'OSSO"

Maurizio Campiverdi, Accademico onorario di Bologna-San Luca
"Tre Stelle Michelin. Enciclopedia dell'alta ristorazione mondiale con la storia dei 286 ristoranti tristellati dal 1933 al 2020" di Maurice von Greenfields alias Maurizio Campiverdi (Imola: Maretti Editore, 2020)

Nunzia Maria Ditunno, Accademica onoraria di Brindisi
"Relazioni, conversazioni e saggi sulla storia della cucina in Puglia" di Nunzia Maria Ditunno (Martina Franca: Artebaria Edizioni, 2020)

Marco Nonato, Vice Delegato di Ferrara
"Ristoranti, caffè, osterie, alberghi di un tempo. Storie, personaggi e ricette dell'antica Ferrara e dei suoi Lidi" di Marco Nonato (Ferrara: s.e., 2018)

Rosa Maria Rossomando Lo Torto, Delegata di Venezia
"La cucina veneta" di Rosa Maria Rossomando Lo Torto (Venezia: Lineadacqua, 2020)

Paolo Scarcella, Accademico di Messina
"Gastronomia consapevole. Istruzioni per l'uso" di Rosalia Cavalieri (Bologna: Il Mulino, 2020)

Roberto Zottar, Delegato di Gorizia e membro del Centro Studi "Franco Marengi"
"Ce vitis in cusine! Corsivi gastronomici per la trasmissione «Vita nei campi»" di Roberto Zottar (Udine: Società Filologica Friulana, 2020)

Un sentito ringraziamento al dottor Pablo Rossi, di Milano, per la donazione di 150 tra volumi e pubblicazioni gastronomiche della seconda metà del secolo scorso che arricchiscono la nostra Biblioteca.



NUOVI ACCADEMICI

VALLE D'AOSTA

Monterosa
Anna Meraglia

LIGURIA

Albenga e del Ponente Ligure
Maria Luisa Masutti ● Monica Maurizio ●
Piero Presbulgo

La Spezia
Sergio Lugerì

LOMBARDIA

Mantova
Francesca Mironi ● Vincenzo Sgarìoto

Monza e Brianza
Roberto Lisot

FRIULI - VENEZIA GIULIA

Gorizia
Antonella Calabretti

EMILIA ROMAGNA

Bologna-San Luca
Gianfranco Bernabei

Cervia-Milano Marittima
Matteo Forlini

Ferrara
Alberto Monti

TOSCANA

Firenze Pitti
Alessandro Abbondanti

Siena Valdelsa
Franco Stanghellini

LAZIO

Rieti
Laura D'Ignazio ● Stefano Trasei

ABRUZZO

Atri
Simona Bizzarri ● Giovanni Elba ●
Annarita Merlocchi

CALABRIA

Area Greca-Terra del Bergamotto
Laura Gangemi

PORTOGALLO

Lisbona
Accademico onorario: Carlo Formosa

PRINCIPATO DI MONACO

Principato di Monaco
Accademico onorario: Giulio Alaimo

SPAGNA

Madrid
Accademico onorario: Riccardo Guariglia

STATO CITTÀ DEL VATICANO

**Legazione per lo Stato
Città del Vaticano**
Ety Cicioni

TAIWAN

Taiwan
Hake Achim

TRASFERIMENTI

EMILIA ROMAGNA

Modena
Andrea Pini Bentivoglio (*da Carpi-Correggio*)

ABRUZZO

Pescara Aternum
Janine D'Angelo (*da Melbourne*)

PUGLIA

Lecce
Francesco Ferrante (*da Monterosa*)

PORTOGALLO

Lisbona
Michelangelo Muraro (*da Vicenza*)

VARIAZIONE INCARICHI

EMILIA ROMAGNA

Cesena
Vice Delegati: Norberto Fantini ●
Gianluigi Trevisani
Consulatore-Segretario: Oreste Di Giacomo
Consulatore-Tesoriere: Fabrizio Magrone
Consultori: Liliana Babbi Cappelletti ●
Tiziana Capelletti ● Marco Dalla Rosa ●
Mario Manuzzi

CANADA

Montreal-Quebec
Delegato: Giuseppe Maiolo
Vice Delegato: Pasquale Artuso
Consulatore-Segretario: Roberto Rinaldi
Consulatore: Rocco Caruso

STATO CITTÀ DEL VATICANO

**Legazione per lo Stato
Città del Vaticano**
Legato: Michele Francesco Fiorentino

NON SONO PIÙ TRA NOI

TOSCANA

Apuana
Roberto Egisto Giacobini

Aggiornamenti a cura di
Carmen Soga, Ilenia Callegaro, Marina Palena



FOCUS

see page 3

THERE IS GREAT CHAOS UNDER HEAVEN

The current situation is only 'excellent' for the coronavirus.

"There is great chaos under heaven", Mao Zedong reputedly said, "[hence] the situation is excellent!". The context was the disorder within Chinese society in the early 1960s, favourable to Mao's revolutionary movement. Today's chaos, instead, encourages political and social unrest: the situation is only 'excellent' for the coronavirus. Never before, not even eight months ago, had such chaos been seen. All against all. A maelstrom of so-called expert pseudo-scientists, politicians, administrators and journalists talking over each other and contradicting themselves from one day to the next. In an infamous ministerial meeting, one participant requested a curfew starting at 6:00 PM, another at 8, yet another at 11, until they settled somewhere between these, at 10. Based on which data? Did they just free-hand it? A chilling thought.

The statistics which torment us daily are only part of the truth.

We have stated several times that the statistics, which torment us daily are only part of the truth; many other parameters are missing, such as age, comorbidities etc, but first and foremost, the origin or source of the contagion. Are these data available? Without such evidence, how can we choose a course of action? Why close restaurants and bars at 6 and not 7? Why leave bakeries open while shuttering the shops that sell their wares? Why close beauty spas but not hair salons? Why close theatres and cinemas? Is this all done by feel too? Our restaurants have been hit with particularly stringent regulations: distance between diners, sanitisation, masks, table quotas – all for naught. They close at 6: that's when the virus wakes up to attack! And in all this bedlam, there are always those imbeciles who advocate confining the so-called elderly at home for their own good, because they are the ones most likely to die. Well spotted, Sherlock! Some ridiculous provisions verge on the insulting, such as the decree to 'relieve' restaurateurs, or the modification of colour-coded zones to red, orange and



yellow, replacing the previous green, misleadingly indicative of peace and well-being, with yellow.

Yellow, orange and red zones are determined by an algorithm

The colour-coding is performed by an algorithm, they say, and is therefore scientific. We should clarify that algorithms constitute a pseudo-scientific trap which serves to justify merely political or personal decisions. This is because by definition, an algorithm solves problems based on instructions. Change the parameters, and voilà: new results. Nowadays, to whitewash haphazard choices with a scientific sheen, the 'algorithm' is invoked, instantly silencing those who don't know what it means or how it works. We're aware that the situation is dire worldwide, but we would make sacrifices more willingly if we were convinced of their usefulness and if decisions were based on real and reliable information. Even the Carabinieri, the Italian gendarmes, after many years abandoned their old motto: "Usi obbedir tacendo, e tacendo morir" ('Obey in silence, and in silence die'), preferring the less committed, less grim "Nei secoli fedele" ('Loyal through the ages').

Paolo Petroni



TURIN'S GIANDUJOTTO AIMS AT PGI STATUS

See page 4

The *giandujotto*, a symbol of Turin, was the world's first individually wrapped chocolate, created to mark the Carnival celebrations of 1867. A group of Piedmontese artisans and industrial enterprises is working towards European protection for the "Giandujotto di Torino" through PGI recognition.

SUPERMARKETS CAN HELP TO FIGHT FOOD WASTE

See page 6

Food waste is a global phenomenon, aggravated by population growth. Its dynamics attract scrutiny from several actors, including sovereign states and multinationals. Singapore-Malaysia-Indonesia Delegate Giorgio Maria Rosica analyses the problem in relation to supermarkets, which can modify or eliminate wasteful practices, prioritising efficiency and collaborating with consumers.

PAOLO MANTEGAZZA ON PELLEGRINO ARTUSI'S CULINARY SCIENCE

See page 8

Lunigiana Academician Giuseppe Benelli describes the bond of mutual respect and friendship between the physiologist, anthropologist and hygienist Paolo Mantegazza and the celebrated food scholar Pellegrino Artusi. The friendship was born during Mantegazza's lectures on nutrition. The professor appreciated Artusi's famed cookbook, which combined

his painstaking research on healthy ingredients with practical instructions for meal preparation.

FROM CANNA MELLIS TO CHUPA CHUPS

See page 10

According to legend, the simple sugar sticks known as *canna mellis* ('honey reeds') were first imported from Syria by Godfrey of Bouillon at the time of the eleventh-century First Crusade. These delectable nuggets sometimes appeared in splendid isolation, but were more frequently clothed in elegant or gaudy, seductive or even amusing vestments. Turin Academician Elisabetta Cocito charts the evolution and decline of such sweets.

ART ON STAGE AND ART ON THE TABLE

See page 12

If stage and kitchen were once complementary but separate, they began to merge when musicians and composers who were dedicated gourmets took to the kitchen themselves. Contemporary accounts and biographies reveal that very few great musicians were indifferent to the pleasures of the table, while a substantial contingent were indeed noted for their gastronomic excesses. These overindulgent musicians included Bach and Händel. Three names stand out for both musical and culinary talents: Rossini, Verdi and Puccini.

"THE GOOD AGNOLINI COME FROM VALEGGIO"

See page 14

There is a friendly and flavoursome rivalry between the *agnolign* from Valeggio sul Mincio and the *tortellini* of Bologna. Morello Pecchioli, Honorary Academician for Verona, explains that *agnolign* are stuffed with three kinds of meat (beef, veal and pork) and served with a mirepoix of onion, carrot, celery and rosemary. Beyond that, the recipe is not codified, and variants abound.

JOTA: A CONTESTED SOUP

See page 16

Jota is among the most iconic dishes from Friuli-Venezia Giulia, the Slovene coast and Istria, and is also a bone of cultural contention between the people of Friuli and Trieste, who both claim paternity of the 'authentic', traditional jota. Today, this soup mostly consists of beans and potatoes, with other added ingredients varying by region, and is further flavoured with cotichino sausage, spare ribs or bacon rind and caraway (kümmel) seeds.

WINE AND ITS MUSEUM

See page 18

Perugia Academician Marilena Moretti Badolato introduces the MUVIT: the Museo del vino di Torgiano (Torgiano Wine Museum) in Perugia, created through the Lungarotti Foundation's invaluable efforts. The museum's exhibits and artefacts, both ancient and modern, create a dialogue centred on wine, ending with a glass at the table. This museum of form and substance, rituals and myths, culture and beauty, leads us from a time when wine smelled of resin, mint, citron and cinnamon until the present day.

PITINA: AN INTRIGUING CURED MEAT FROM THE FRIULIAN FOOTHILLS

See page 20

Treviso Academician Giancarlo Saran recounts the tale of *pitina*, a cured meat



with no casing. In the 1980s, this 'cousin' of the meatball found its champion in Mattia Trivelli, a young butcher. Having sourced its recipe from the oral tradition of his countrymen in the Tramontina Valley, in the Dolomites around Pordenone, Trivelli not only sold it in his shop, but also contributed to making it more widely known and distributed, and had its recipe registered in 1989.

LUMACHELLA DI ORVIETO

See page 22

Orvieto Academician Franco Raimondo Barbabella describes, and provides the recipe for, a baked speciality with a distinctive spiral form. The *lumachella di Orvieto* ('Orvieto snail') stands out thanks to its raw materials, dough, ingredient proportions, flavour, fragrance, colour and of course characteristic shape, making it a unique and beloved product.

PURCEDDU DI ALCAMO: A MELON IN WINTER

See page 24

The melon called *Purceddu di Alcamo* is categorised as a winter melon, alongside the *Cartucciaro* melon. Its dialectal name *purceddu*, 'piglet', is due to its shape and its wrinkled epicarp (outermost skin) which bring to mind a small pig, explains Pierluigi Di Gaetano, Academician for Alcamo-Castellammare del Golfo. Its white, juicy pulp gains in sweetness over time as its sugar concentration increases.

CASU AXEDU, A SIMPLE AND HEALTHY CHEESE

See page 26

Sardinia is known, *inter alia*, as the isle of cheeses: these represent an important component of local nutrition and are perfectly integrated into Sardinian cuisine. The numerous types of *cacio* (sheep or goat cheeses) offer a large variety of flavours. Ogliastro Academician Irene Boero describes a peculiar cheese: *casu axedu*, made from uncooked curds, with a soft,

even texture and a delicate, slightly sour flavour, derived from cow, goat or mixed milk. It also has a seasoned variant, kept in brine, with a sharp and salty flavour.

VEGETABLE RESPIRATION

See page 28

Novara Academician Flavio Dusio investigates the life of vegetables from farm to market to table. He also offers advice on maintaining their freshness, distinguishing between climacteric plants, which ripen even after harvesting, and non-climacteric plants.

AT THE COURT OF KING CASTELMAGNO

See page 30

According to tradition, when Charlemagne was a guest of the Bishop of Saluzzo, he was enchanted by a piece of *castelmagno*, and thenceforth stocked up yearly on this flavoursome cheese at Aachen. *Castelmagno* is a PDO-registered blue cheese, whose delicate, subtle flavour sharpens with age.

KNOW WHAT YOU EAT

See page 32

To glean real information on a product's origin and organoleptic and nutritional properties, we must peruse its label, now regarded as a veritable identity document for food products. Andrea Vitale, Honorary Academician for Milano Navigli, notes that some information is mandatory on labels and some is optional: knowing how to interpret labels can empower consumers to make increasingly informed food choices.

MUSHROOMS: CONSUME WITH CARE

See page 35

Rome Delegate Gabriele Gasparro provides tips to avoid having to forgo mushrooms, a delightful and fragrant food, in our cooking. It is best always to have any foraged mushrooms examined

by a mycologist from the local health authority, who can differentiate poisonous from edible ones. Moderate mushroom consumption is advisable in any case.

THE SMART FOOD DIET

See page 36

"Let food be thy medicine and medicine be thy food", said Hippocrates of Kos. Nutrigenetics has embraced and elaborated upon this teaching from the father of medicine, seeking medicinal molecules present in food, able to weaken ageing genes and potentiate those governing longevity. The smart food diet is based on these principles, explains Pescara Academician Alessandra D'Attilio, and aims to discourage eating habits which increase health risks, thereby preventing cardiovascular and degenerative diseases, diabetes and neoplasia.

NUTRIFORM BATTERY: A LABEL WHICH EDUCATES FOOD BUYERS

See page 38

The European Commission has accepted Italy's proposed 'Nutriform Battery' labelling system, detailing both the quantities of calories and nutrients provided by the labelled product, and their incidence on the general daily diet. The aim is to encourage 'thinking' consumers, not merely buyers motivated by convenience and swayed by labels and their reassuring colours.

Translator: Antonia Fraser Fujinaga
Summarized: Federica Guerciotti