

CiBi



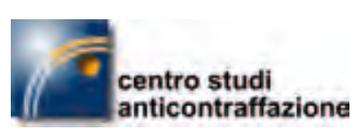
**Arte
e scienza
del cibo**

Periodico gratuito
Anno 5 - n. 12
14 dicembre 2017
www.cibiexpo.it



**Terry Sàrcina:
la signora
di Altopalato**

**L'incredibile
delicatezza
dell'aglio nero**



**C'è Prosecco
e Prosecco**

VISITA LA NUOVA PAGINA FACEBOOK! FOODBOOK

WWW.FACEBOOK.COM/OFFICINAMEDIATICACIBI



VUOI DIVENTARE UN
FOOD EDITOR?
COLLABORA CON NOI!

DAI UN'OCCHIATA TI ASPETTIAMO!
BASTA UNA FOTO, UN VIDEO, UN
COMMENTO SU PRODOTTI, LOCALI,
RISTORANTI, FILM, LIBRI, RICERCHE,
INIZIATIVE, EVENTI.

CIBI HA APERTO UN NUOVO SPAZIO
"SOCIAL", UNA PAGINA FACEBOOK
CHIAMATA FOODBOOK, SULLA QUALE
CI PIACEREBBE CHE MOLTI
APPASSIONATI PUBBLICASSERO I
LORO CONTRIBUTI IN MODO LIBERO.



!!! :-)

Razza umana

Conoscete il gruppo *Il terzo segreto di satira*, nato nel 2011 e formato da 5 amici che hanno frequentato le Scuole Civiche di Cinema, Televisione e Nuovi Media di Milano? I loro video girano su YouTube e Facebook ma la notorietà è aumentata con le partecipazioni televisive, dalla prima su l'emittente foggiana TeleRadioErre, a quelle su LaEffe o LA7. È proprio in una di queste occasioni che ho visto il video *Razzismo all'italiana*: Martin Chishimba spiega a Renato Avallone (uno del gruppo), convinto che l'Italia stia sconfiggendo il razzismo, che purtroppo non è proprio così. I razzisti, dice Martin, si dividono in 5 categorie: i razzisti razzisti, irrecuperabili, che ti offrono le banane; i simpaticoni che ti chiamano "fiocco di

neve" e ti suggeriscono di aprire la bocca quando attraversi di notte, così "ti vedo i denti e non ti tiro sotto"; i razzisti ignoranti che parlano di razza e religione senza sapere quel che dicono; i razzisti che non vogliono ammetterlo: "io con quel curriculum l'assumerei subito ma... ah, ecco, non ha la patente per guidare il camion, il posto è da impiegato ma non si sa mai"; e i razzisti buonisti che non tollerano nemmeno che si ordini un *Negroni* al bar. Per festeggiare questo Natale 2017 aggiorniamoci: le razze umane non esistono. Apparteniamo tutti a un'unica razza, lo ha stabilito la scienza senza ombra di dubbio. ■

Paola Pietroboni
direzione@cibiexpo.it



Ben fatto Un raffinato dessert da fine pasto	5
<i>di Terry Sàrcina</i>	
Talent scout Marina Gozzini, decoratrice e pasticciera	7
<i>di Toni Sàrcina</i>	
Ricerca e innovazione Ti racconto l'aglio nero	8
<i>di Alessandro Caviglione</i>	
Sarà l'uovo di Colombo	10
<i>di Alessandro Caviglione</i>	
Made in Italy Particolarissimo e perfettissimo, ovvero balsamico	11
<i>di Daniela Mainini, Centro Studi Anticontraffazione</i>	
A porte aperte Da Libero è sempre Natale	12
<i>di Marta Pietroboni</i>	
Storia del cibo Il frutto del melograno	15
<i>di Toni Sàrcina</i>	

Protagonisti Terry Sàrcina: discrezione e competenza fanno scuola	16
<i>di Paola Chessa Pietroboni</i>	
I segreti della spesa C'è Prosecco e Prosecco	18
<i>di Chiara Caprettini</i>	
Alimentazione e salute Acqua e limone	20
<i>di Andrea Fossati</i>	
Tendenze La tecnologia nel cesto	21
<i>di Flavio Merlo</i>	
Fiocco rosa alla fabbrica del cioccolato	23
<i>di Marina Villa</i>	
Amico del mare con Friend of the Sea	24
<i>di Marta Pietroboni</i>	
Il liquore fatto in casa	26
<i>di Terry Sàrcina</i>	
Valori in campo	27
Fissati con il cibo	28
<i>di Paola Chessa Pietroboni</i>	

CiBi
Arte e scienza
del cibo
Periodico gratuito
Anno 5 - n. 12
Milano
14 dicembre 2017

Direttore responsabile:
Paola Chessa Pietroboni

Art director:
Marco Matricardi - matricardi@fastwebnet.it

Caporedattore:
Carmen Rando - carmen.rando@cibiexpo.it

Redazione:
Alessandro Caviglione
alessandro.caviglione@cibiexpo.it
Ilaria Greco - ilaria.greco@cibiexpo.it
Marta Pietroboni - marta.pietroboni@cibiexpo.it

Segreteria di redazione: Anna Francioni
info@cibiexpo.it

Relazioni istituzionali:
Cinzia Maddaloni - maddalonicinzia@gmail.com

Consulenza scientifica:
Ettore Capri - Ordinario di Chimica agraria -
ettore.capri@unicatt.it
Giorgio Donegani - Direttore scientifico della
Fondazione Italiana per l'Educazione Alimentare
www.giorgiodonegani.it
Flavio Merlo - Sociologo - flavio.merlo@unicatt.it
flavio.merlo@cibiexpo.it

Fotografo: Guido Valdata

Immagine di copertina: Terry Sàrcina, foto di
Guido Valdata; dall'alto in basso Nero Fermento,
©Mattia Mionetto

Realizzazione editoriale: Cibi srl
Redazione: Via Carchidio 2, 20144 Milano
Email: info@cibiexpo.it
Editore: Cibi srl

Presidente del consiglio d'amministrazione:
Paola Chessa Pietroboni

Sede legale: Corso Sempione 62, 20154 Milano
P.IVA: 08210050962

Prestampa: Matricardi.com

Stampa: Rotopress - Pigni Group Printing
Division; Loreto - Bologna
Stampato su carta patinata opaca 90 gr BURGO
UNO PRIME MATT.

Registrazione: n. 104 del 3/04/2013
presso il Tribunale di Milano
© 2017 Cibi srl
È vietata la riproduzione anche parziale
di testi, grafica, immagini e spazi pubblicitari
senza l'autorizzazione dell'Editore. L'Editore
dichiara la propria disponibilità a regolarizzare
eventuali omissioni o errori di attribuzione.

Pubbliche relazioni:
Marta Pietroboni - marta.pietroboni@cibiexpo.it

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

**Nella prossima uscita:
Giovanni Rana,
mito e realtà**

**Centro Studi****Anticontraffazione**

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

COOP Italia

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

Andrea Fossati

Biologo nutrizionista, laureato in biologia applicata alla ricerca biomedica, ha conseguito il Dottorato di Ricerca in Scienze Genetiche e Biomolecolari presso l'Università degli Studi di Milano dove è attualmente ricercatore presso il dipartimento di Biotecnologie mediche e Medicina traslazionale. È nutrizionista ufficiale per gli atleti di pallanuoto A1 Sport Management di Busto Arsizio (VA).

Un raffinato dessert da fine pasto

Un dolce "al cucchiaino", perfetto per concludere anche il pranzo più formale o, addirittura, il pranzo di Natale

L'arancia e il pompelmo, utilizzati per accompagnare la spuma di limone, dovrebbero essere naturali e non trattati, mentre i limoni, dai quali estrarre il succo per il dolce, dovrebbero, se possibile, provenire dalla Costiera amalfitana o da Sorrento perché hanno un gusto particolarmente dolce e adatto a questa preparazione. Per facilitare la degustazione del piatto, le bucce degli agrumi utilizzati potrebbero essere divise a piccoli pezzi per potersene servire con l'uso del solo cucchiaino da dessert. Naturalmente, la spuma può essere preparata anche con altro tipo di agrume, per esempio l'arancia rossa o il pompelmo rosa.

Spuma di limone con agrumi

Tempo di preparazione: 40 minuti, oltre il tempo di riposo.

Ingredienti per 6 persone
- 1,5 dl di succo di limone
- 12 g di gelatina in fogli
- 4 uova
- 150 g di zucchero
- un quarto di l di panna.

Per gli agrumi
- 1 pompelmo
- 1 arancia
- 1 dl di acqua
- 100 g di zucchero.

Far ammorbidire i fogli di gelatina in acqua fredda. In una ciotola lavorare i tuorli d'uovo con 100 g di zucchero e unirvi il succo di limone; versare il composto in una casseruola e portare quasi a ebollizione a fuoco moderato, mescolando continuamente finché la salsa velerà il



Rinfrescante e delicata, la spuma di limoni con agrumi viene realizzata con limoni, arance e pompelmi. A piacere anche con arance rosse e pompelmi rosa, sempre però di qualità scelta.

cucchiaino. Aggiungervi la gelatina sciolta e strizzata, togliere la casseruola dal fuoco e mescolare facendo sciogliere la gelatina. Versare la crema in una terrina e farla raffreddare, aggiungervi gli albumi montati a neve con lo zucchero rimasto e incorporarvi delicatamente la panna montata a parte. Disporre sopra una placca 6 cerchietti di metallo alti 5-6 cm, versarvi il composto al limone preparato e conservare in frigorifero per almeno 2 ore.

Nel frattempo preparare gli agrumi: pelare il pompelmo e l'arancia a vivo, dividerli a spicchi e privarli anche della pellicina bianca; far scottare le bucce d'arancia e di pompelmo in acqua in ebollizione e scolarle. Mettere in un tegame l'acqua e lo zucchero, portarli a ebollizione e far cuocere per qualche minuto finché lo zucchero sarà completamente sciolto; unirvi gli spicchi d'arancia e di pompelmo, farli cuocere per 3-4 minuti e scolarli. Aggiungere nello stesso sciroppo le bucce d'arancia e di pompelmo scottate e continuare la cottura a fuoco moderato per 10 minuti senza raggiungere l'ebollizione; unirvi gli spicchi d'arancia e di pompelmo e togliere il recipiente dal fuoco.

Al momento di portare in tavola, passare tutt'attorno ai cerchietti la lama di un coltellino, quindi toglierli delicatamente; servire la spuma di limone accompagnandola con gli spicchi e le bucce d'agrumi preparate. ■

Terry Sàrcina
altopalato@altopalato.it
www.altopalato.it

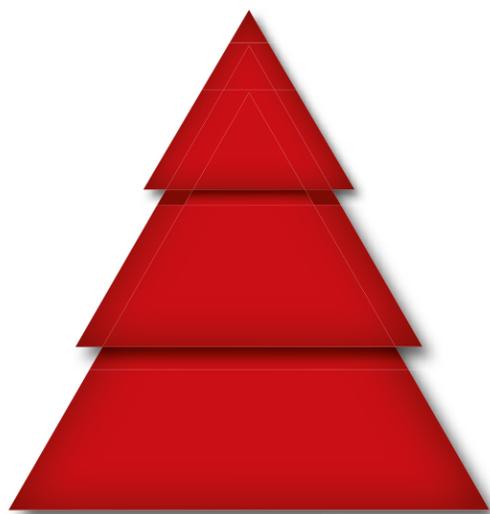
ABBONATALE

Abbonamento libero

5 CONCERTI

PREZZI:

Intero: € 150 - Ridotto: € 125 - Under 30: € 75



Orchestra Verdi

AUDITORIUMDI MILANO

Largo Gustav Mahler - mar/dom 10/19

t. 02.833.89.401/402

www.laverdi.org


Auditorium
Fondazione Cariplo


laVerdi

TALENT SCOUT

Marina Gozzini, decoratrice e pasticciera

Sognava di fare la ballerina ma, figlia d'arte, ha preferito mettere in scena i suoi dolci

La conosco da quando era bambina, sorella gemella di Nadia che si è data all'arte della sartoria. Lei, Marina, da piccola sognava di fare la ballerina e nel mondo dell'arte è rimasta, anche se si tratta di quella pasticciera.

È anche figlia d'arte; suo padre, Libero, è un notissimo illustratore pubblicitario, molto apprezzato per le sue creazioni dedicate al mondo alimentare e grande appassionato di cucina; essere invitato a pranzo da lui è una vera esperienza.

Marina, come si intuisce da queste note, è quindi nata e ha vissuto l'infanzia e l'adolescenza in un'atmosfera nella quale la cucina e la pasticceria erano di casa.

Il Montebianco, una delle golosità preparate alla pasticceria Pan di Zucchero.

Galeotta fu la festa di Capodanno...

La "grande svolta" nelle sue ambizioni avvenne a una festa di Capodanno, in casa di amici gastronomi. Il repertorio doveva essere così interessante che Marina iniziò il nuovo anno pensando di dedicarsi completamente alla pasticceria e, in particolare all'arte della decorazione dei dolci, in tempi in cui il "cake design" in Italia era merce rarissima.

Così, dopo brevi esperienze personali, preparando creazioni destinate ad amici e parenti, iniziò una piccola produzione artigianale, specializzandosi



Marina Gozzini nel suo laboratorio di pasticceria.

in bellissime torte di compleanno per bambini. Poi il balzo professionale, andando a lavorare nella mitica pasticceria milanese Sant Ambroeus dove rimase cinque anni, imparando tutto ciò che esiste nello scibile della pasticceria classica poiché, pur volendo diventare una grande decoratrice di dolci, desiderava che anche le basi fossero di altissimo livello qualitativo.

Pan di Zucchero

Alla Sant Ambroeus conobbe anche Andrea Bruschi, giovane e aitante pasticciere; si innamorarono e, dopo qualche tempo, decisero di continuare il lavoro, aprendo un locale tutto loro. È una pasticceria con laboratorio dal nome assolutamente invitante, *Pan di Zucchero*, nei pressi di Porta Romana a Milano. Qui la coppia, affiatata nella

professione e nella vita, prosegue con successo un lavoro che vede Andrea dedicato alla pasticceria classica, mentre Marina, l'artista di casa, crea in continuazione nuove decorazioni, quasi sempre ideate sulla personalità dei suoi numerosi, appassionati clienti di tutte le età, dai due ai novant'anni. Naturalmente, l'attività di Pan di Zucchero non si limita alla pasticceria classica di Andrea e alle torte decorate di Marina. Le vetrine sono una tentazione continua per i passanti, in particolare per i bambini che non resistono ai profumi che escono a ogni ora sulla strada. Tra i dolci più "gettonati", il classico "amor polenta".

E, per non farsi mancare nulla la "dolce coppia", sempre insieme, insegna in una scuola professionale che invia da loro anche i migliori allievi per stage di qualità. ■

Toni Sàrcina
altopalato@altopalato.it
www.altopalato.it



Carta d'identità

Pasticceria Pan di Zucchero

via Giulio Romano 27

Milano

Tel. 02 58309008

pandizucchermilano@gmail.com

www.pandizucchero.com

Ti racconto l'aglio nero

Misterioso e con spiccate proprietà benefiche. Parliamo dell'aglio nero e della sua prossima fortuna anche in Italia, passando da Voghiera, con la "i", in provincia di Ferrara

Fuori sembra aglio leggermente ingiallito, ma dentro è nero come il carbone. Il sapore è particolare e soprattutto non assomiglia per niente al suo candido "cugino". Molti parlano di note di liquirizia, alcuni di prugne secche, indubbiamente sapido con punte umami (il quinto sapore percepito dalle nostre papille gustative) e zuccherine. Le origini sono ignote, ma pare ne sia iniziata la commercializzazione non più di 25-30 anni fa e, mentre in Europa stenta a diffondersi, in estremo oriente, luogo di nascita, molte cucine lo considerano un comune ingrediente nella preparazione di condimenti e bevande. E per produrlo? Non serve quasi nulla, solo calore, tempo, umidità e aglio, quello bianco però.

Abbiamo chiesto di parlarne a Goh Yong-Deok, direttore di uno stabilimento produttivo di aglio nero per la *Black Garlic Manufacturing Facility* a Namhae-gun in Corea del Sud.

Quali sono le caratteristiche dell'aglio nero?

Ci sono diverse sostanze nutritive utili nell'aglio, ma crudo è difficile da mangiare in quantità sensibili (e da digerire) a causa del gusto e dell'odore molto forti. Le sue qualità pungenti possono persino danneggiare il muco gastrico. L'aglio nero non è altro che puro aglio bianco, "invecchiato" naturalmente attraverso la fermentazione per facilitarne il consumo e aumentarne



e benefici per la salute. Non condivide il sapore forte del "cugino" bianco e nemmeno il tipico odore pungente, neutralizzando inoltre le qualità potenzialmente dannose così da poterlo mangiare liberamente senza effetti collaterali.

La sua origine?

Questo prodotto è diventato noto grazie all'importazione dal Giappone. I Giapponesi generalmente non amano l'odore dell'aglio, ma ne conoscono le qualità e forse l'aglio nero intende proprio esaltarne le proprietà salutari dell'aglio, evitandone le negatività. La storiografia coreana parla da secoli di aglio nero come ingrediente dalle leggendarie qualità taumaturgiche, si

presume però si trattasse di semplice aglio grigliato.

Piuttosto diffuso nelle cucine coreana e giapponese, come avviene la sua preparazione?

L'aglio bianco non sbucciato viene mantenuto in una camera con umidità e temperatura controllata (60 - 78 °C) per 15 giorni, successivamente entra in un deposito a bassa temperatura per la maturazione che dura parecchie settimane. Nessun altro additivo ma solo temperatura, umidità e tempo influenzano gli amminoacidi di questo alimento e creano zuccheri, trasformando l'aglio nero attraverso un imbrunimento non-enzimatico, ovvero, non causato da microrganismi o da enzimi bensì, in questo caso, dalla



reazione di Maillard (una serie complessa di fenomeni a seguito dell'interazione di zuccheri e proteine durante la cottura, ndr). Il processo di "invecchiamento" provoca l'evaporazione del solfuro volatile, inattiva gli enzimi e riduce così il sapore pungente, crea zuccheri e aumenta il contenuto di amminoacidi.

Quali sono le sue proprietà per la salute?

L'aglio nero presenta un alto contenuto in *polifenoli* che promuovono l'attività antiossidante controllando il livello dei radicali liberi all'interno del nostro corpo. Perché la *reazione di Maillard* fa anche questo: aumenta le qualità antiossidanti dell'aglio. Il consumo di questo prodotto può migliorare la resistenza alla fatica, così come

il sistema immunitario e i livelli di colesterolo. In Corea è considerato un anti-cancerogeno (ma non ci sono ancora evidenze scientifiche, ndr).

La start-up in Fermento

Da pochissimo però l'aglio nero è prodotto anche qui in Italia. Si chiama *Nero Fermento* ed è una start-up molto dinamica con già 6 punti vendita affiliati. Nasce dalla collaborazione tra due realtà consolidate nel settore agroalimentare: una dedicata alla produzione di *Aglio di Voghiera DOP*, l'altra impegnata in campo energetico e ambientale per lo sviluppo di tecnologie volte a garantire la sostenibilità dei processi produttivi. Stefano Silvi, socio della start-up italiana, ci spiega le motivazioni di

una scelta così particolare. «Siamo partiti quasi per gioco. Abbiamo acquistato l'aglio nero dalla Corea, avendone sentito parlare, e, dopo averlo assaggiato, ci siamo chiesti se, con le nostre conoscenze di software e automazione ma anche di processi biologici, potevamo ricreare il processo fermentativo esaltando un prodotto locale. Dopo due anni di ricerca e il prezioso aiuto del *Consorzio dell'Aglio di Voghiera* e di molti chef locali, abbiamo deciso di fondare la Società. La nostra ambizione - prosegue Silvi - è quindi quella di offrire "Superfood" 100% *Made in Italy*, realizzati con materie prime di eccellenza, che possano competere in un mercato in sicura espansione. Abbiamo appena completato il nuovo macchinario che ha

decuplicato le potenzialità produttive e - conclude Silvi - siamo particolarmente soddisfatti del prodotto che abbiamo ottenuto.» Naturalmente in Azienda confidano che i cibi cosiddetti "fermentati" non siano solamente una moda passeggera, ma diventino ingredienti apprezzati e utilizzati per il gusto e la salubrità. E c'è anche un'altra qualità importante, la sostenibilità: l'aglio di *Nero Fermento* è coltivato e sviluppato in un'area di poche decine di chilometri, con evidenti benefici in termini di freschezza del prodotto e impatto ambientale. Una sinergia ideale tra agricoltura di qualità e ricerca tecnologica. ■

Alessandro Caviglione
alessandro.caviglione@cibiexpo.it

La Black Garlic Manufacturing Facility, azienda della Corea del Sud, ha registrato un volume di esportazione nel 2016 pari a 9 tonnellate; spediscono in Cina, Giappone, Canada, Francia, Australia e Singapore.

La materia prima fa la differenza

Il Nero di Voghiera è prodotto esclusivamente con *Aglio di Voghiera DOP*, certificato e tutelato dal *Consorzio Produttori Aglio di Voghiera* creato nel 2000 e riconosciuto dal Ministero delle Politiche Agricole, Alimentari e Forestali. Le caratteristiche dell'*Aglio di Voghiera DOP* sono legate al territorio di produzione e tutte le operazioni devono necessariamente avvenire all'interno del distretto produttivo come sancito nel disciplinare di produzione; ogni fase è accuratamente monitorata e certificata e molteplici sono i controlli qualità a cui viene sottoposto il prodotto.



Due delle gustose e delicate preparazioni proposte dal ricettario di *Nero Fermento*, la start-up italiana, specializzata nella produzione dell'aglio nero.

A sinistra, "Cappelletti al baccalà con crema di nero di Voghiera" di chef M. Borroni, D. Baruzzi.

A destra "Filetto di mora romagnola all'aglio nero" realizzata dagli studenti dell'Istituto Alberghiero B. Scappi di Castel San Pietro Terme, BO, guidati dagli chef S. Donegaglia, G. Gelotti, M. Bettelli.



Carta d'identità

Nero Fermento srl
Via Romea Nord 246
Ravenna
info@nerofermento.it
www.nerofermento.it



Sarà l'uovo di Colombo

Un rivestimento fluido per alimenti, invisibile, spesso solo qualche micrometro e una composizione variabile in funzione dell'alimento da conservare

Parliamo di *Columbus' Egg™*, la rivoluzionaria pellicola alimentare protettiva commestibile e invisibile, oggi in fase di sviluppo. Questo innovativo progetto di imballaggio punta ad aumentare la vita utile degli alimenti, contribuendo a ridurre lo spreco, ad aumentare la qualità di conservazione e le possibilità di trasporto. Ce ne parla il suo creatore Cosimo Palopoli, studente iscritto al corso magistrale di Scienze e Tecnologie Alimentari dell'Università Cattolica di Piacenza, che con la sua ricerca ha già portato il prodotto alla fase di prototipazione.

In che cosa consiste?

È un progetto che punta allo sviluppo di un rivestimento fluido da applicarsi sugli alimenti, invisibile

e spesso appena qualche micrometro. La composizione cambia in funzione dell'alimento da conservare. Questo rivestimento viene prodotto da sostanze totalmente edibili, derivate interamente dallo scarto di filiera: possono essere quelle contenute nelle bucce dei prodotti ortofrutticoli, o le sieroproteine del latte, per ottenere un prodotto totalmente rinnovabile in una prospettiva di economia circolare. Questa pellicola protegge l'alimento da muffe e funghi per aumentarne la conservazione e di conseguenza la "shelf life" (vita sullo scaffale, ndr).

Quindi non stiamo parlando di una vera e propria confezione alimentare commestibile...

Certo che no, al momento non possiamo allontanarci

dal *packaging* tradizionale. La mia tecnologia è solo un supporto diretto a proteggere l'alimento e a conservarne meglio le caratteristiche organolettiche. Al momento ci sono già parecchi studi in merito a confezioni biodegradabili per alimenti, ma questa è un'altra strada. Potremmo definire questo prodotto come un'integrazione tecnologica all'imballaggio tradizionale.

In che modo una pellicola biodegradabile può riuscire a proteggere un alimento?

Ci sono delle integrazioni capaci di ridurre la permeabilità. Al momento sto lavorando molto nel settore lattiero caseario (visto anche l'interesse di investitori giapponesi e cinesi) ed è stata dimostrata la possibilità di raggiungere oltre 80 giorni senza problemi di contaminazione.

Come interagisce con il sapore degli alimenti?

Questo è uno degli ostacoli che hanno rallentato il settore in passato. Ai fini del gusto e della percezione aromatica questi prodotti ne alteravano le caratteristiche. Lo scopo del



Cosimo Palopoli, studente presso l'Università Cattolica di Piacenza e titolare del progetto Columbus' Egg™.

mio lavoro, nonché della nostra tecnologia, è mettere a punto un prodotto che non alteri minimamente, né nell'aspetto e nemmeno nell'aroma, l'alimento trattato. Questa è senza dubbio una priorità. ■

Alessandro Caviglione
alessandro.caviglione@cibie expo.it



Particolarissimo e perfettissimo, ovvero balsamico

L'aceto balsamico tradizionale di Modena è un fiore all'occhiello della produzione italiana.

Noto in tutto il mondo.

Contraffattori inclusi

Le origini di questa autentica prelibatezza sono antiche: abbiamo notizie che i Romani facevano cuocere il mosto d'uva, il "sapum", per impiegarlo come medicinale o, in cucina, come dolcificante e condimento. Dal Basso Medioevo viene chiamato aceto "particolarissimo" e "perfettissimo" sino al 1747, anno in cui il termine "balsamico" è associato per la prima volta all'aceto.

Dall'XI secolo il "particolarissimo" trova il suo centro di produzione di eccellenza a Modena. Qui già alla fine del XIII secolo erano attive le acetarie degli Estensi, per arrivare all'Ottocento dove l'aceto balsamico di Modena, grazie alla partecipazione alle famose esposizioni fieristiche di Genova, Firenze e Bruxelles, riscosse un enorme successo internazionale, circostanza che favorì proprio il nascere delle "moderne" aziende del settore, oggi circa 72, tutte acetarie attive con elevati volumi di produzione e numerosi addetti.

È del 1933 la prima autorizzazione ministeriale per la produzione dell'Aceto

Balsamico del Modenese e del 1965 la prima pubblicazione sulla *Gazzetta Ufficiale* del disciplinare di produzione sino al 2009, anno nel quale l'UE concede la denominazione di origine IGP e DOP per l'Aceto Balsamico Tradizionale di Modena, il cui rigoroso disciplinare stabilisce che il mosto provenga esclusivamente da soli sette vitigni, tutti tipici delle zone di Modena e Reggio Emilia.

Nel mirino della contraffazione

Ma il termine "balsamico" è solo un aggettivo? No! La parola è sinonimo di una secolare storia di tradizioni, gusto e sapori che tra le rocche e i castelli modenesi ha dato vita a uno degli alimenti italiani più conosciuti al mondo. Ma contraffazioni o subdole imitazioni ed evocazioni del nostro famoso "oro nero" sono sparse ovunque, soprattutto fuori dai confini europei, con un trend purtroppo in crescita.

Se da un lato la tutela nel nostro Paese e nell'UE appare efficace (nel 2015 il Tribunale di Mannheim ha

Daniela Mainini, Presidente del Centro Studi Anticontraffazione. Tra le sue pubblicazioni, il volume Fatto in Italia? No, Made in Italy, una guida per gli imprenditori sull'indicazione di origine italiana.

affermato che le evocazioni dell'Aceto Balsamico di Modena sono illecite e solo l'Aceto IGP di Modena è "balsamico"), nel resto del mondo le imitazioni e le evocazioni, oltre a contribuire a svilire la reputazione dei prodotti a indicazione geografica, privano i nostri produttori di una considerevole fetta di mercato e non sempre vi sono strumenti giuridici attivabili a tutela del prodotto italiano.

La sola repressione non appare sufficiente. È necessaria anche la costante sensibilizzazione dei "confusi" consumatori, che devono imparare a distinguere nei supermercati quei prodotti che dell'Italia non hanno solo i colori della bandiera. ■

Daniela Mainini

www.centrostudigrandemilano.org
info@anticontraffazione.org



Il progetto Columbus' Egg™ intende sviluppare un rivestimento protettivo per alimenti, assolutamente edibile, ricavato dagli scarti alimentari di filiera.



Secondo la Gazzetta Ufficiale, la denominazione corretta del prodotto è "Aceto balsamico tradizionale di Modena", seguita dalla dizione "Denominazione di Origine Protetta" DOP. È vietata l'aggiunta di qualsiasi qualificazione diversa dal disciplinare, ivi compresi gli aggettivi "extra", "fine", "scelto", "selezionato", "riserva", "superiore", "classico" e similari.



Da Libero è sempre Natale

La cucina di chi sa cucinare è un mondo meraviglioso e quella di Libero Gozzini è proprio così

Incrociano viale Zara alcune piccole vie private che sembrano nascondere mondi antichi e segreti: case colorate e basse, alberi da frutto, canestri da basket pericolanti e palloni nascosti nell'erba, che immagino dimenticati da anni...

La casa di Libero si raggiunge salendo qualche gradino. Si entra in un soggiorno che rivela una libreria ordinatissima piena di volumi dedicati al cibo. Si inizia subito a respirare l'aria (il profumo?) che tira. Prima di portarci in cucina, Libero ci accompagna nel retro della casa, in una veranda che si apre sul giardino, dominata da un grande tavolo da pranzo. Qui ci sono vari vasi e vasetti: gli odori per

cucinare. Salvia, prezzemolo, timo, basilico, erba cipollina, rucola e, giù in giardino, altra salvia e un cespuglio di rosmarino, l'alloro e «c'era anche la menta - ci spiega Libero - ma ora non è più stagione.» Poi, impossibile non notarlo, c'è un alberone di cachi, quasi maturi. Questo non l'ha piantato Libero, è qui da prima del 1970, anno in cui con la moglie Gianna il nostro illustratore e cuoco è venuto a vivere in questa casa. E ancora: la veranda è coperta da un bersò pieno di uva fragola. Quando uno sa cucinare, non mangia mai da solo! Libero mi dice che sono sempre in 6 a tavola, 4 adulti e 2 bimbi «più, in questo momento, una nipote che viene dal Piemonte e sta

studiando in Statale ed è qui a mezza pensione.» La spesa la fanno sempre Libero e, come la chiama lui, la sua «signora». Di solito il sabato, al supermercato. Qui fanno l'approvvigionamento di base.

Questa sì che è una cucina!

Ci spostiamo nella cucina, bellissima. Una grande isola con cappa, pentole di tutte le forme e dimensioni e una dispensa, così come il frigorifero e il freezer, fornitissima e super organizzata. Oltre a tanti ingredienti (formaggi, burro, olive, vari tagli di carne, ossi per il brodo e pesci, maionese, ketchup, uova, panna, crema di tartufo, cialdine di riso per gli involtini, funghi...), si trovano molte preparazioni: un *coq au vin*, un gallo al vino, con funghetti, pancetta e cipolline, le melanzane alla parmigiana, una *cassoeula*, diverse salse...

«Quello che non compro mai - spiega - è la fettina di carne. Di solito prendiamo pollo, quaglie ogni tanto, anatra, coniglio, agnello, maiale (molto, perché il genero non gradisce la carne di manzo), e poi cavallo, bresaola. E tonno. Verdure varie, che compro sia al supermercato che al mercato



riale. Pasta e riso, anche Basmati, il vino bianco e il vino rosso che mi servono per cucinare, sale fino, sale grosso e spezie: cumino, peperoncino, curry... e vado dai Cinesi per soia, aceto di riso, anice stellato.» Poi ovviamente compra caffè, zucchero, latte, birra, pane, biscotti. Il pesce solo al mercato rionale.

E per le feste?

«Per Natale faccio tante cose: i pâté con la gelatina, l'oca al forno con le patate e i crauti e spezie del nord,

il tacchino con le castagne, qualche volta ho fatto anche il *fois gras*, le sarde in *saor*, le sarde a beccafico. Ho provato a fare il salmone come i Norvegesi, con lo zucchero, il sale e l'aneto, schiacciato per due giorni in salamoia, chiuso nel cellofan, in frigorifero... I *pâté* invece li faccio come mi ha insegnato il Maestro Gualtiero Marchesi: prendo i fegatini, li metto a bagnomaria con il burro chiarificato, li faccio andare lentamente, finché cambiano colore, li tiro fuori dalla padella, li frullo con un po' di Marsala

e burro e poi aggiungo la gelatina.» E ancora non mi ha parlato di dolci, così a bruciapelo gli chiedo: «Devo dedurre che i dolci non sono il tuo forte?!» La risposta arriva pronta: «No, no, i dolci li faccio, solo che mia figlia è pasticciera, e quindi... Io mi dedico ai dolci al cucchiaino: mousse di castagne con la salsa di cachi, mousse di agrumi...»

Ora aspetto che mi inviti a pranzo. ■
Marta Pietroboni
marta.pietroboni@cibiexpo.it

La cucina ampia e accogliente di Libero Gozzini è super attrezzata come si conviene a un appassionato gourmet e la dispensa è sempre ben rifornita per accogliere gli ospiti di ogni pasto.





PER UN NATALE PIÙ BUONO, CAMINADELLA DOLCI

via Caminadella 23, Milano (all'interno del cortile)

A dicembre, oltre alle classiche preparazioni del laboratorio, vi aspetterà la produzione di Natale

Panettoni artigianali a lievitazione naturale (lievito madre), con canditi arancia e uvetta

Confettura di Natale, fatta seguendo una tipica ricetta alsaziana con frutta secca, anice stellato e spezie

Confezioni natalizie anche su richiesta

E non solo! Potrete anche affidarvi a un servizio di catering per cene e feste di Natale con consegna a domicilio

www.caminadelladolci.it



Il frutto del melograno

Simbolo di fertilità e di abbondanza, la melagrana fa bella mostra di sé soprattutto sulla tavola delle feste

Il melograno appartiene alla famiglia delle *Punicaceae* ed è pianta di bell'aspetto, con foglie lucide e grandi fiori rossi; produce il frutto da ottobre a dicembre. È sicuramente una pianta conosciuta dall'origine della civiltà. Persino nell'Antico Testamento il suo frutto, la melagrana, è citato come "simbolo di ogni perfezione", misterioso e bellissimo. Molto amato nell'antichità, è da sempre simbolo di fertilità e abbondanza, da ciò nasce l'abitudine di donarlo nel

periodo di Natale e Capodanno.

La mitologia lo racconta legato in modo indissolubile alla figlia della dea della fertilità Cerere, Proserpina (in Grecia Persefone), che è rappresentata spesso con il prezioso frutto in mano. Lasciando il mito, pare che l'albero di melograno sia stato diffuso attraverso i Fenici nell'area del Mediterraneo, in Egitto e in Grecia. In Italia arrivò proprio nel periodo delle guerre puniche e divenne un simbolo per le spose dei Romani che ornavano il capo con i bei rami della pianta.

Ancora oggi, in alcune zone della Turchia, vive l'usanza, per la novella sposa, di

gettare sul pavimento una melagrana e osservare quanti semi ne escono, numero rivelatore dei figli che avrà nella vita.

Anche nel Cristianesimo la melagrana è un simbolo e, come si può osservare in molti celebri dipinti, Gesù Bambino è spesso ritratto con il frutto, a significare l'amore, il sacrificio, ma anche la Chiesa che unisce tutti i popoli della Terra.

Da un punto di vista alimentare, si sa che già nella cucina medioevale la melagrana era un ingrediente indispensabile: se ne utilizzavano i semi nei ripieni e il succo nelle salse. Oltre al sapore, ciò che affascinava era l'aspetto del frutto, quasi uno scrigno: dentro una scorza coriacea, semi rossi, simili a rubini.

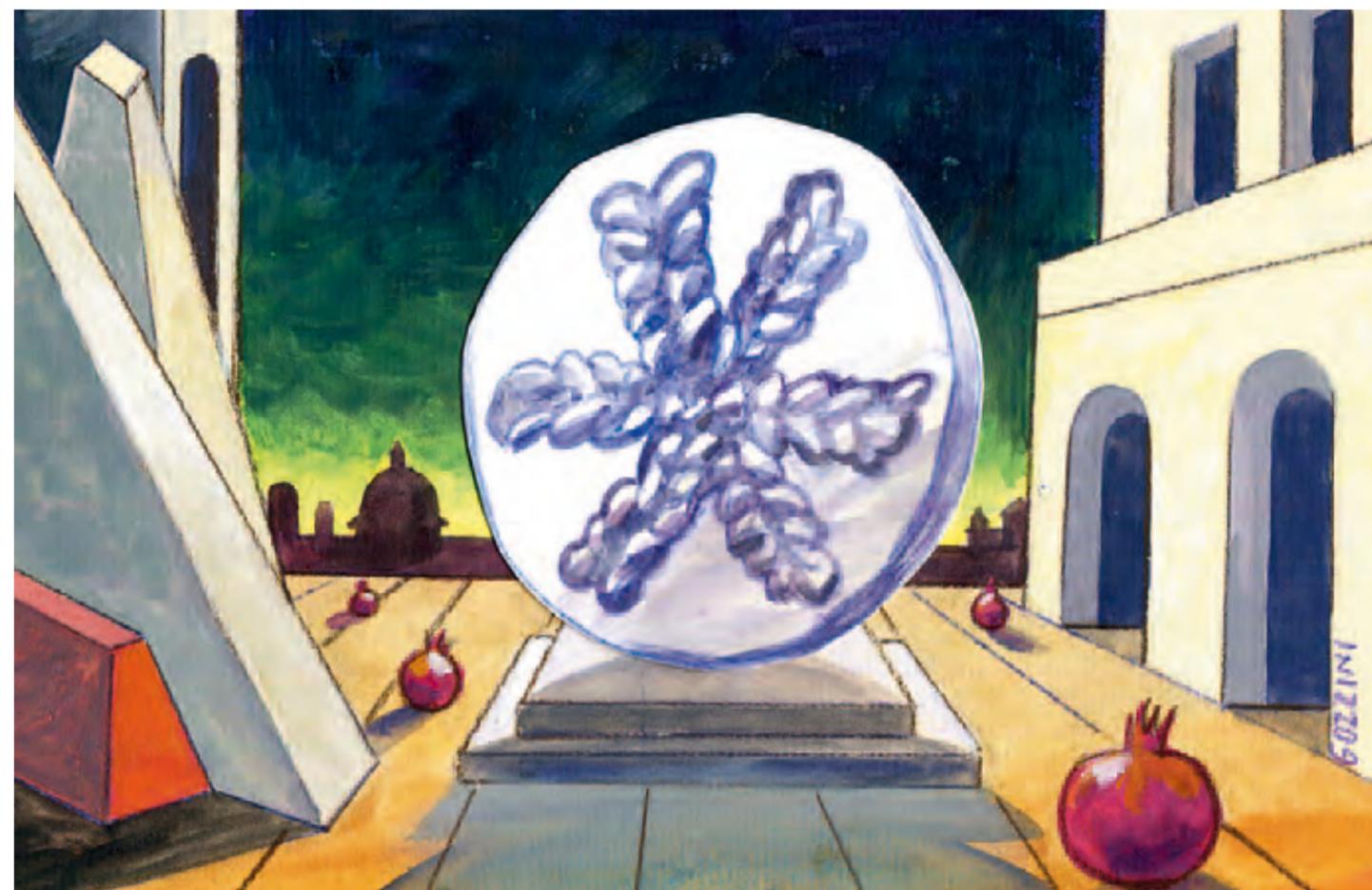
Come scegliere e conservare la melagrana

La melagrana appare come una grossa bacca tonda, sormontata da un calice aperto. La buccia è coriacea, di colore rosso acceso o giallorancione.

All'interno, in una dozzina di logge irregolari, vi sono i semi, avvolti da una polpa gelatinosa molto succosa, dal sapore aspro, di colore rubino o granato. Bisogna scegliere frutti senza spaccature, con la buccia di colore vivo. Si conserva abbastanza a lungo, a temperatura ambiente, in un luogo aerato, buio e asciutto.

Per liberare i semi, bisogna incidere la superficie della scorza e staccarla dopo averla sollevata con la punta del coltello. Per ottenerne il succo, si mettono i semi nella centrifuga, oppure, in mancanza, si può utilizzare lo schiacciapatate. Dal succo si ottiene il classico sciropo, chiamato "granatina", utile per dare colore e sapore a molte bevande e cocktail. Nel periodo natalizio, i frutti di melograno, meglio di dimensioni medie, disposti armonicamente su un vassoio, diventano un sontuoso e beneaugurante centrotavola. ■

Toni Sarcina
altopalato@altopalato.it
www.altopalato.it



Terry Sàrcina: discrezione e competenza fanno scuola

Per quale motivo si mescola con il cucchiaino di legno? Terry lo sa. Il racconto sottovoce di una signora della cultura enogastronomica milanese

Terry Sàrcina sorride spesso, parla a voce bassa e pesa con attenzione ogni vocabolo. Alla sua scuola di cucina («scuola è una parola grossa - mi dice nel corso dell'intervista - bisogna usarla in modo appropriato») sono iscritte persone di tutte le età, maschi e femmine. Esperti che vogliono perfezionarsi e inesperti che vogliono imparare. Spesso disciplinati e bendisposti, a volte un po' distratti, raramente recalcitranti, quando sono costretti a frequentare contro voglia. Ci sono infatti famiglie che ancora ritengono fondamentale che nel *curriculum* dei figli ci sia la competenza gastronomica e i figli non sempre condividono. Ma i modi gentili di Terry e la sua capacità hanno ragione anche dei più riottosi.

Tu dove hai imparato?

A casa mia non c'era una passione

particolare per la cucina però abitavo in campagna, quindi i prodotti erano tutti freschi, dall'orto alla tavola. Dunque non ho imparato in casa. Ho incominciato quando ho conosciuto Toni (Sàrcina, ndr) al Conservatorio, dove studiavo e mi sono diplomata. Nella sua famiglia erano tutti musicisti e buongustai. Sono pugliesi, tavolate sempre affollate. Da mia suocera ho appreso molto perché la sua era una cucina tanto varia e brillante quanto la nostra era tranquilla e abitudinaria. Uno zio mi ha insegnato a fare la spesa, cosa importante. Andavamo al mercato e mi diceva: «non ti fermare alla prima bancarella, arriva in fondo e solo dopo comincia a comprare.» Un altro zio, compositore, amava il pesce e mi ha insegnato a sceglierlo. Insomma, musica e cucina.

E da sposata?

Toni viaggiava molto e io ne approfittavo per conoscere la cucina del luogo. Se c'era la possibilità d'iscrivermi a un corso o di seguire un ristoratore... non mi tiravo indietro, un po' dappertutto. E cominciavo ad avere un obiettivo preciso: imparare a fare le cose per bene. A Roma ho conosciuto una donna speciale, Lidia Salvetti, nota come "Lisa Biondi, la famosa esperta di cucina" (in realtà una signora Lisa Biondi non è mai esistita, dietro al nome si nascondeva l'esperto di turno, ndr). Abbiamo deciso insieme, al ritorno a Milano, di aprire la scuola. Avevo ormai una discreta competenza e una buona manualità. Lidia poi era conosciutissima. Per me, una sicurezza.

La manualità s'impara o è una dote naturale?

S'impara. Si devono apprendere le tecniche: come impostare le mani, come tenere i coltelli, come tagliare, come pulire le diverse verdure... Le tecniche insegnano a trattare le materie prime nel modo corretto, per non rovinare gli alimenti e anzi esaltarli.

È ancora compatibile con i tempi di oggi una cucina così curata?

Sì, è questo che io insegno. Riducendo le quantità e le dimensioni, si cucina in modo più rapido. Ci si può anche portare avanti. È importante soprattutto imparare a cucinare sano: per esempio non eccedere coi grassi e anzi eliminarli. Il succo della carne messa in tegame si deve recuperare, ma bisogna togliere il grasso. Lo lasci sul fuoco fino a quando il succo si asciuga e rimane attaccato alla pentola. Fermati lì. Elimini il grasso. Poi metti un

Vivace anche l'attività editoriale di Terry: ricordiamo *Dolce dolcissimo. 250 ricette per preparare torte, gelati, piccola pasticceria e dolci dalla cucina tradizionale, San Paolo Edizioni, e Cioccolato & cioccolato. 300 ricette golose, De Agostini.*

goccio d'acqua o di brodo e recuperi il succo. Si chiama "deglassare". Altra regola: la cipolla deve appassire, se scurisce rimane sullo stomaco. Tutto quello che è bruciato fa male. L'intervento immediato è togliere la pentola dal fuoco.

Altopalato - Centro di Cultura Enogastronomica

È stato fondato nel 1979 da Terry e Toni Sàrcina che, con Gualtiero Marchesi, ne vollero fare qualcosa di unico, una sorta di teatro della cucina, nel quale si potessero esibire firme celebri e aspiranti alla celebrità.

Organizzate tanti corsi alla scuola di Altopalato?

Sì. La cucina classica è quello base ed è ancora oggi uno dei più richiesti. Poi ne abbiamo aggiunti vari altri, come la Pasticceria, il Pesce... Nel corso di Alta cucina si mette in pratica tutto quello che si è imparato e si realizzano dei piatti più ricercati. Che non è detto siano più complicati, possono essere semplicissimi, ma richiedono una preparazione perfetta. In questo caso, si conclude con un esame pratico, la degustazione e un giudizio finale. Una volta al mese invitiamo a fare lezione gli chef famosi, sono venuti un po' tutti, da ogni parte d'Italia. A richiesta facciamo anche cose particolari: ho organizzato lezioni di cucina giapponese, oppure di cucina vegetariana con Pietro Leemann, l'unico cuoco vegetariano stellato.

Tutti i cuochi noti hanno basi serie?

Paola Chessa Pietroboni
direzione@cibiexpo.it

Tutti quelli che hanno lavorato con Gualtiero Marchesi sì, sono tre spanne sopra gli altri. Lui insegnava tante cose, però poi pretendeva che facessero il giro del mondo, per allargare gli orizzonti. Questa visuale larga li ha aiutati a esprimersi in modo personale. Io li ho conosciuti tutti. Anche i più grandi cuochi stranieri sono venuti perché è bello anche solo vedere come si muovono. Capisci subito: un cuoco bravo non devasta la cucina.

Dammi qualche consiglio pratico speciale...

La prima cosa quando si compra il pesce è toglierlo dal pacchetto, allargarlo, coprirlo con un canovaccio umido (o con un foglio di carta per alimenti) e metterlo in frigorifero. Per la carne, ogni fetta va separata con un foglio di pellicola. I pezzi piccoli, come le costole, sarebbe meglio metterli sottovuoto. Se piacciono i formaggi è saggio consumarli a mezzogiorno, alla sera sono un po' pesanti.

E i dolci?

I dolci in casa nostra ci sono quasi sempre, però Toni è troppo goloso e allora io faccio i biscotti: meglio 3 biscotti che mezza torta tutta in una volta. Quella che faccio io con lo yogurt potrebbe durare una settimana, ma la devo nascondere, chiudere a chiave.

Per concludere, perché il cucchiaino di legno?

Perché non si devono mai usare fruste o cucchiaini metallici per mescolare sughi e salse; l'attrito tra metallo e metallo può far staccare delle particelle che potrebbero alterare negativamente colore e sapore degli alimenti. ■



C'è Prosecco e Prosecco

Parliamo di uno dei vini di maggiore tendenza degli ultimi anni

Quanti tipi di Prosecco esistono? Come sceglierlo? E perché piace così tanto? Per saperne qualcosa di più abbiamo intervistato un super esperto: Gianluca Bisol, Direttore generale della storica azienda in Valdobbiadene (TV).

Dire Prosecco è dire una o più tipologie?

Esistono tre diversi livelli di Prosecco: si parte dal *Prosecco base DOC*, quello con l'estensione di vigneto più

differenza nella qualità di un vino, lì avviene. È la collina più alta e ripida della zona e la gestione è tutta manuale. Normalmente un ettaro di vigna con la meccanizzazione in pianura richiede 80 ore per ettaro, mentre qui siamo a dodici volte il lavoro che serve in pianura: occorrono circa mille ore/ettaro di lavoro manuale. Molti non si rendono conto della rarità, ma di *Cartizze* se ne produce una bottiglia ogni 600 di *Prosecco*.

www.cibiexpo.it - Facebook: Cibi Magazine

prima di tutto è il territorio, quindi se vogliamo già scremare la maggior parte delle qualità, andiamo direttamente sul *Prosecco Superiore DOCG* e già così ci depuriamo di una serie di prodotti più commerciali. Comunque anche alcuni *Prosecco DOC* sono buoni, ma non al livello del *Prosecco Superiore* che ha la massima concentrazione di profumi, aromi, gusto, pienezza e corpo.

Come si svolge la vendemmia?

La vendemmia nella zona del *Prosecco Superiore* è prevalentemente manuale perché la pendenza delle colline non permette per la maggior parte del territorio di utilizzare la macchina vendemmiatrice.

Col tempo si è poi cominciato a farlo assaggiare nelle altre Regioni e in giro per il mondo.

Nella storia del *Prosecco*, sono stato io ad aver portato la prima bottiglia a Londra, negli anni Novanta. Tutti mi dissero che non avrebbe incontrato il gusto dei consumatori inglesi, perché da sempre abituati allo *Champagne*.

Allora sono andato di persona in alcuni ristoranti italiani, ho fatto assaggiare il mio *Prosecco* e dopo soli sei mesi gli importatori hanno iniziato a chiamarmi. Oggi l'Inghilterra è il mercato numero 1 al mondo per tutti i produttori di *Prosecco*, con oltre 100 milioni di bottiglie, quindi tre volte il consumo dello *Champagne*.

Carta d'identità

Bisol Desiderio & Figli srl
via Follo 33
31049 Santo Stefano di Valdobbiadene (TV)
info@bisol.it
www.bisol.it

Viticoltori in Valdobbiadene da cinque secoli, l'Azienda porta avanti da 21 generazioni, con passione ed eccellente qualità, l'amore per la terra e la difesa del proprio territorio. I vigneti hanno un'estensione di 20 poderi, tutti collocati nelle aree più vocate della Denominazione. Punta di diamante è l'ettaro nella zona sommitale della collina Cartizze, dove si produce il pregiato *Valdobbiadene Superiore di Cartizze DOCG*. Un'azienda storica solida e compatta, che con estrema cura controlla ogni fase della produzione, tra antichi segreti tramandati di padre in figlio, e acute innovazioni tecnologiche.

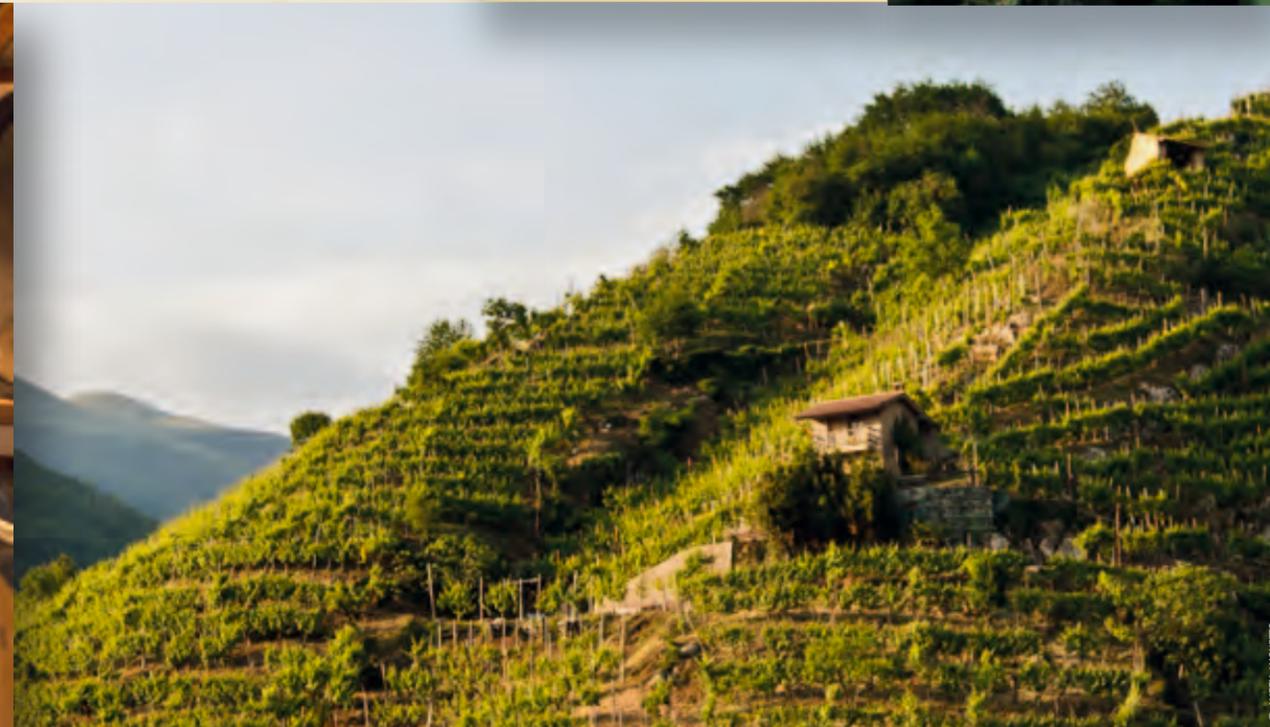


© FREDI MARCAGNI

“Lavoriamo con grande passione affinché Conegliano abbia lo stesso prestigio di Reims, Valdobbiadene lo stesso fascino di Epernay e il Prosecco la stessa notorietà dello Champagne” (Gianluca Bisol, a sinistra nella foto con il fratello Desiderio).



© NATIA MIONETTO



© NATIA MIONETTO

importante, tra il Veneto e il Friuli, in tutte le loro province, escluse Verona e Rovigo. Poi abbiamo il *Prosecco Superiore DOCG*, prodotto solo in collina nella zona storica di Conegliano, Asolo e Valdobbiadene. Infine, all'interno di questa zona storica si trova una collina di soli 106 ettari, l'unica autorizzata alla produzione del *Cartizze* che è la punta di diamante del mondo del Prosecco.

Leggere “Cartizze” quindi è già indice di qualità?

Sì, è il massimo della qualità di questo vitigno. Il vitigno *Glera* in queste zone è veramente il massimo. Oltre a questo, la terra, il microclima, la ventilazione, tutto quello che fa la

Quante all'incirca le aziende produttrici di solo Cartizze?

Sono 139 le famiglie di viticoltori che possiedono almeno un pezzetto di questa collina. Non tutte vendono la loro bottiglia col nome del loro vigneto, la maggior parte vende l'uva alle cantine private.

Come possiamo riconoscere e valutare la qualità di un buon Prosecco?

Innanzitutto chi più spende meglio spende. Se si sceglie guardando al prezzo basso, difficilmente si troverà una buona qualità. Se invece si va verso i prodotti più costosi, generalmente si trova la massima qualità. Quello che fa la differenza

Nelle zone più basse del *Prosecco Superiore*, quindi verso Conegliano, la pendenza consente l'ingresso delle macchine, ma diciamo che l'80% del *Prosecco Superiore* è vendemmiabile solo a mano.

Come è cambiata la storia del Prosecco nell'ultimo ventennio?

Credo di aver vissuto gli anni più importanti in termini di successo e riconoscibilità nel mercato italiano e straniero. Quando sono entrato in azienda nell'aprile del 1987, il *Prosecco* era prevalentemente consumato in Veneto, Lombardia e un po' a Roma. Trent'anni fa Venezia, Milano, Verona, Padova, Treviso erano i capisaldi del consumo del *Prosecco*.

Il pubblico in Italia? Il maggiore consumatore?

Tutte le fasce d'età. Il *Prosecco* ormai è entrato nel quotidiano delle persone, anche nel lessico. A volte diciamo “Stappiamo una bottiglia di Prosecco?” anche se poi magari si scopre che si sta bevendo del *Franciacorta*!

Ha senso farsi la domanda “Champagne o Prosecco”?

Credo che entrambe debbano far parte della cantina personale di ognuno. Il primo è un prodotto più da *status symbol*, più strutturato e complesso. Il *Prosecco* è più giocoso, gioviale, social. Difficilmente trovi qualcuno a cui non piaccia.

Ci suggerisce tre abbinamenti con le tre tipologie?

Un *Prosecco DOC* con un bel piatto di affettati. Con il *Superiore*, magari un *Brut*, potrebbe andare bene tutta una serie di primi di mare. Il *Cartizze*, la cui uva è raccolta per ultima ed è quindi di solito più morbido e dolce rispetto alle altre tipologie, lo abbinerei con pasticceria secca. Dato che ha una buona acidità e mineralità, è ideale anche come aperitivo.

Nello specifico, qual è la mission dell'azienda Bisol?

Abbiamo due proposte: uno è il *Bisol*, dei *cru* dei *terroir* specifici. Il

suo nome è legato alla tipologia di terreno da cui proviene l'uva delle nostre vigne, un altro è *Jeio* che è una *cuvée* sempre d'alta collina. Mentre il *Bisol* è destinato a persone che vanno alla ricerca delle sfumature più particolari, *Jeio* è sinonimo di altissima qualità abbinata a bevibilità, piacevolezza e socialità. Il nostro obiettivo quotidiano è comunque quello di rappresentare l'eccellenza del *Prosecco Superiore*.

Etichetta del cuore?

Di sicuro il mio *Cartizze*, anche da aperitivo, è proprio l'etichetta che amo di più. ■

Chiara Caprettini
www.nordfoodovest.com

© PAOLO SPIGAROL

Acqua e limone

Una pratica molto diffusa, ma sugli effetti meglio scoprire di più

Assumere mezzo limone spremuto in acqua tiepida al mattino a digiuno è una pratica corretta e consigliabile? Per poter dare una risposta al quesito si deve prima parlare di *pH*, cioè del valore che identifica il livello di acidità di una determinata sostanza. Si tratta di una scala con valori che vanno da 1 a 14: acidi da 1 a 6, basici da 8 a 14. Al centro della scala c'è la neutralità, il *pH* 7, cioè quello dell'acqua.

Nelle arterie il *pH* è 7,35 e il nostro organismo lo mantiene fermamente costante, perché sono sufficienti variazioni di soltanto 0,1 punti di *pH* (esempio da 7,35 a 7,25) per incorrere in grossi problemi.

Sostanze acide e basiche

Tutte le sostanze *acide* (acido cloridrico, acido muriatico, acido citrico, ecc.) sono molecole in grado di abbassare, quindi acidificare il *pH* di un fluido, mentre le sostanze *basiche* fanno esattamente il contrario. Per esempio, il *bicarbonato di sodio* (la

Citrosodina®) che assumiamo per digerire è proprio un antiacido perché "basifica".

Il limone? Attenzione alle conseguenze

Noi assumiamo il limone perché lo riteniamo un antiossidante (contiene molta vitamina C) e anche perché sembrerebbe essere una potente arma contro l'acidificazione tessutale o l'acidità del sangue.

Nel limone è contenuto il 7% di Acido Citrico, quindi, quando ne beviamo il succo, assumiamo anche un acido che da subito intacca la *dentina* (forma di tessuto osseo caratteristica dei denti) e che una volta entrato nell'organismo porterà a un'acidificazione. Chi assume il limone al mattino deve *assolutamente* attendere almeno 30 minuti prima di lavarsi i denti (questo perché, avendo appena assunto un elemento acido, rischierebbe di attaccare ulteriormente lo smalto dentale già aggredito dall'acido, ndr).

Allora perché si dice che il limone sia un basificante? Perché dopo la sua assunzione le urine diventano più basiche? Il motivo è da ricercarsi nel fatto che il nostro organismo, che non si può assolutamente permettere di acidificare il *pH* del sangue, è intervenuto "tamponando" gli effetti dell'acido citrico, annullandolo, ma a caro prezzo. Come si fa ad annullare un acido? Semplice, si aggiunge una sostanza basica. Quella che il nostro



Un bicchiere o più di acqua e limone al mattino è una pratica che nasconde

conseguenze molto pericolose, sia per i nostri denti, sia soprattutto per le ossa.

organismo ha a disposizione ed è costretto a utilizzare è il *Carbonato di Calcio* che "prende" dalle ossa.

Questa pratica, purtroppo, può causare demineralizzazione delle ossa e di conseguenza portare a osteoporosi. ■

Andrea Fossati

fossatiandrea@centroemmea.it

www.centroemmea.it

La tecnologia nel cesto

Se la cucina è scienza e il cuoco ne fa un'arte, la tecnologia è lo strumento che rende possibile questa trasformazione

La tecnologia non solo guida processi e soluzioni utili a rendere più efficiente la produzione, ma aiuta anche a garantire la sicurezza e la qualità del bene. Abbiamo chiesto a Mario Bonaita, AD di *Air Bonaita S.p.A.*, specializzata in impianti e automazione industriale, di approfondire queste implicazioni, provando a immaginare quali prodotti dentro i cesti natalizi abbiano un debito con la tecnologia. Tra i tanti abbiamo individuato: olio, lenticchie, vino, formaggio, snack salato e birra.

L'azoto e la filiera agroalimentare

Tutti conoscono l'azoto come uno dei principali nutrienti del terreno, ma pochi sanno che questo

gas (sigla chimica N) è splendido alleato della filiera agroalimentare. Sono addirittura 3 i prodotti del nostro cesto in cui l'azoto gioca un ruolo importante, in fasi diverse:

- nella produzione di olio di oliva, in particolare quello Extra Vergine biologico, l'azoto ne permette la perfetta conservazione nei silos di stoccaggio prima del confezionamento;
- nei vini, il gas viene utilizzato durante l'imbottigliamento per riempire il collarino tra il liquido e il tappo, evitando i rischi di ossidazione;
- nel sacchetto di lenticchie, l'azoto entra a fare parte della tecnologia MAP, ovvero il confezionamento in atmosfere modificate e protette che tutelano la qualità del



prodotto e lo preservano da numerosi tipi di batteri.

Protetti da un gas

«Sempre in tema di gas - racconta Mario Bonaita - l'anidride carbonica (CO₂) viene utilizzata nella produzione della birra per renderla vivace, obiettivo che può essere raggiunto anche tramite *carbonazione naturale*. È curioso notare che se l'azoto è fondamentale perché protegge e tutela senza alterare le caratteristiche del prodotto, l'anidride carbonica interviene decisamente sul bene, modificandone la percezione. Per questo, occorre che il gas utilizzato sia reso purissimo attraverso un processo di depurazione che lo liberi da qualunque traccia di olio, grasso, plastificanti e ruggini.»

Flavio Merlo

flavio.merlo@unicatt.it

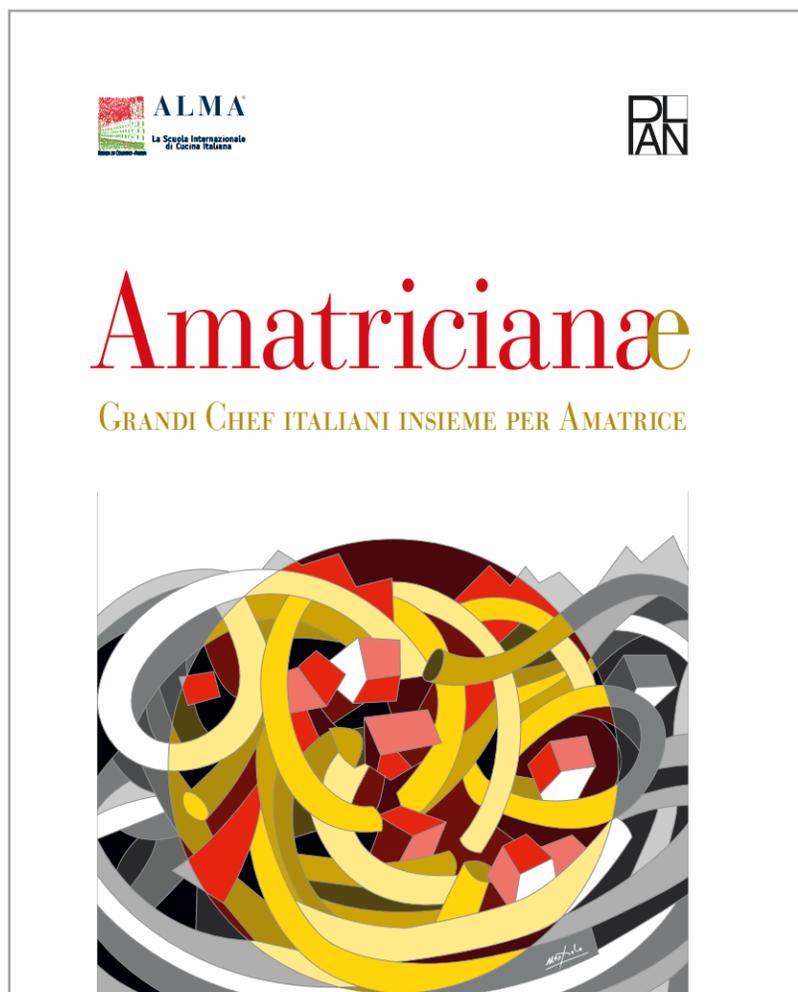


Air Bonaita si distingue per la realizzazione e la distribuzione di impianti industriali per aria compressa e di componenti e sistemi per l'automazione industriale. Fra i vari, ha sviluppato una rilevante esperienza nei generatori d'azoto e nei sistemi di erogazione di gas miscelati, utili nella conservazione degli alimenti.



Amatricianae

Grandi Chef hanno contribuito
a rendere unico un libro fatto con il cuore



Un percorso tra la storia, le caratteristiche e le curiosità dell'Amatriciana con ricette inedite che esprimono una sapienza culinaria e una creatività gastronomica straordinarie.

Con l'acquisto di **Amatricianae** offri il tuo contributo ad un progetto di ricostruzione nella frazione di Configno di Amatrice, colpita dal terremoto del 2016.

TENDENZE

Fiocco rosa alla fabbrica del cioccolato

È nato un nuovo cioccolato, è rosa, è Ruby

A 80 anni dall'introduzione sul mercato del cioccolato bianco come terzo tipo di cioccolato (dopo quello fondente e al latte), oggi Barry-Callebaut (nata dalla fusione di due importanti produttori belgi e francesi) propone il quarto tipo, ovvero il cioccolato rosa, Ruby, ricavato da una particolare bacca di cacao.

Anche il cioccolato è colore. Abituati da sempre alle diverse gradazioni di marrone, ora dobbiamo allenare l'occhio a un cioccolato dal rosa intenso, ricco, intrigante, grazie a *Ruby*, ultimo nato in casa *Barry-Callebaut* e da poco presentato dal Gruppo in Cina, a Shanghai.

Curiosi di sapere di più su questo originale cioccolato, abbiamo trovato risposte direttamente in Azienda.

Come è nata l'idea di produrre un cioccolato rosa?

Con alcuni istituti indipendenti abbiamo condotto un'ampia ricerca nei maggiori mercati degli Stati Uniti, in quelli più innovativi del Regno Unito e in Cina dove milioni di consumatori si stanno aprendo a nuovi prodotti. Il risultato dell'indagine ha identificato *Ruby* come una delle più grandi scoperte nel mondo del cioccolato negli ultimi 80 anni. La motivazione più forte che spinge

al suo consumo è il bisogno di soddisfare una *hedonistic indulgence* (possiamo semplicemente tradurre come una "attitudine al piacere all'ennesima potenza?") che il consumatore non trova del tutto appagata nel cioccolato tradizionale.

Chi sono i suoi consumatori?

Il grande pubblico. Sarà usato come gli altri cioccolati dalle industrie dolciarie per creare prodotti di marca e dagli artigiani nei loro laboratori. È un cioccolato che tutti ameranno, in particolare i giovani, i cosiddetti *Millennial*: oggi, infatti, almeno un quarto della popolazione è rappresentato da loro, il che significa che influenzeranno una buona parte dei prossimi consumi perché sono i portavoce di nuove tendenze.

Come descrivereste Ruby?

È un'esperienza gustativa particolare che trasmette



un intenso piacere sensoriale: agli occhi per il suo colore, al palato per il suo sentore di frutti di bosco, unito a una particolare dolcezza.

Da quali bacche è ricavato e da dove provengono?

È ottenuto da differenti specie botaniche di alberi di cacao provenienti da Ecuador, Brasile, Costa d'Avorio. Il nostro Gruppo ha messo a punto un processo in grado di selezionare la specifica bacca di *Ruby* e di esaltarne colore e sapore, senza aggiunta di aromi e coloranti, grazie a un innovativo sistema di produzione, affinato in molti anni di lavoro, del quale vuole mantenere l'esclusiva.

Barry-Callebaut

Con sede a Zurigo, è leader mondiale nella fabbricazione di prodotti a base di cacao e cioccolato di alta qualità. Ruby è il *Premium Chocolate*, di grande successo di pubblico, anche se il prezzo di vendita è più alto rispetto al cioccolato tradizionale.

Quando potremo assaggiarlo in Italia?

Non più tardi di 12-18 mesi a partire da ora.

Non resta che aspettare, la nuova creatura ha ancora bisogno di tempo. ■

Marina Villa
marina.villa@cibiexpo.it



Amico del mare con Friend of the Sea

Un'idea italiana di respiro internazionale con l'obiettivo di difendere l'habitat marino

Si può dire che la storia di *Friend of the Sea* affondi le proprie origini nelle acque scure dell'Oceano Pacifico tropicale orientale. Qui, dal secondo dopoguerra alla fine degli anni '80, la pesca industriale del tonno pinna gialla ha provocato una mattanza: quella dei delfini, usati come strumento di avvistamento dei tonni coi quali nuotano. Milioni di esemplari sono stati uccisi, presi negli ingranaggi, soffocati... Quando un video, realizzato clandestinamente, ha dato visibilità al fenomeno, l'organizzazione ambientalista *Earth Island Institute* ha avviato il progetto *Dolphine Safe*, con l'obiettivo di fissare standard e requisiti per una pesca a minor impatto, che riducesse anche le prese accidentali.

Sulla scorta dell'esperienza fatta dal 1990 a oggi come responsabile in Europa di *Dolphine Safe*, Paolo Bray ha dato vita, nel 2010, a *Friend of the Sea*, una ONG senza scopo di lucro, che ha come finalità la conservazione e la tutela dell'habitat marino. «La pesca industriale, a livello mondiale, continua a crescere, - ci dice Paolo - ma grazie alla certificazione e al monitoraggio, alla collaborazione con l'industria e la grande distribuzione, e alla pressione dei consumatori, si possono raggiungere buoni risultati in termini di conservazione ambientale.» *Friend of the Sea* certifica pratiche di pesca e acquacoltura sostenibili: per ridurre l'impatto ambientale

legato alla pesca e, unica realtà nel panorama ittico, per promuovere la "sostenibilità sociale".

I prodotti con logo *Friend of the Sea* garantiscono che lungo tutta la filiera di lavorazione del pescato non vengano sfruttati i lavoratori, non s'impieghi lavoro minorile, si controllino le condizioni igieniche di lavoro ...

A oggi sono coinvolte 700 aziende nel mondo e 60 Paesi vantano prodotti certificati *Friend of the Sea*. Abbiamo quindi approfondito l'argomento con Paolo Bray.

Come è stato possibile raccogliere tanto consenso in così poco tempo?

Abbiamo partecipato a fiere di settore e preso contatti con la stampa, in particolare quella specialistica. Poi ci siamo rivolti ai *decision maker* delle aziende, sempre più sensibili al tema. E ultimamente stiamo ampliando l'attività di comunicazione verso il consumatore. Organizziamo giornate di sensibilizzazione nelle scuole, nei punti vendita della GDO (Grande Distribuzione Organizzata, ndr) e ci rivolgiamo anche ai catering. I prodotti che certifichiamo rientrano tra quelli riconosciuti da *Accredia* e quindi acquistabili dalla Pubblica Amministrazione, in linea con il *Green Public Procurement*,



insieme di criteri che identificano quei prodotti e servizi che permettono di mettere in atto strategie di sviluppo sostenibile.

Friend of the Sea è l'unica certificazione che unisce prodotti ittici e da acquacoltura in un unico schema riconosciuto da *Accredia* e, all'estero, da altri enti di accreditamento nazionali.

Se un'azienda vuole ottenere il marchio Friend of the Sea che cosa deve fare?

L'azienda compila un modulo, disponibile online, nel quale inserisce le informazioni fondamentali relative a utilizzo, trasformazione e acquisto di prodotti ittici. Queste informazioni vengono utilizzate sia per formulare offerte di audit (cioè di verifica della correttezza dei dati

e delle procedure di un'azienda) sia per determinare il costo delle royalties relative all'utilizzo del marchio. I costi variano in base alla complessità dell'audit, mentre le royalty sono mantenute a un livello abbordabile per tutti, calibrate anche in base al fatturato totale dell'azienda.

Chi ottiene il marchio Friend of the Sea ha ritorni positivi?

Sì, anche perché gli audit sono molto selettivi: il 35%-40% delle aziende che ci scrivono non ottengono la certificazione. Trattandosi di una certificazione di prodotto, capita che alcune aziende la ottengano per qualche tipo di pescato e non per altri.

Ma si tratta anche di un marchio di qualità?

Non certifichiamo la qualità del

prodotto, è bene essere chiari. È però un dato di fatto che di norma le aziende che si interessano del loro impatto, delle loro condizioni lavorative, sono aziende attente anche al consumatore, e quindi in un certo senso, la qualità del prodotto è scontata.

Quali sono i pesci che certificate con più frequenza?

La certificazione è volontaria. A oggi riguarda circa 70 specie di pesci, in primis il tonno, sicuramente a causa delle tante campagne denigratorie relative alla sua pesca, e poi salmone, mitili, sardine, orata, sgombero, acciughe.

Friend of the Sea ma anche... Friend of... acqua dolce?

Sì, certo. Un caso interessante è costituito dallo storione, che vive in tutte e due le acque, migrando dall'ambiente marino a quello fluviale per riprodursi. Peraltro partecipiamo al ripopolamento degli storioni nei fiumi italiani con le due aziende di produzione di caviale da storione allevato in Italia e con la Federazione Italiana Pesca Sportiva.

E visto che adesso è un tema tanto di moda, certificate anche le alghe?

Abbiamo i requisiti per la certificazione di alghe sostenibili. Sia allevate, come avviene nelle Filippine e in Indonesia, a basso impatto ambientale, sia pescate in mare nei Paesi in cui c'è già una buona tradizione e regolamentazione, come la Norvegia, il Perù, il Nord America. Per ora c'è interesse, ma non è stata richiesta alcuna certificazione. Chi si occupa di alghe si sente già identificato dal consumatore come attività a bassissimo impatto. Vedremo in futuro... Ma sapete che già mangiate alghe anche voi? Vi piacciono i gelati o gli snack? Molti contengono *carragenina*, che si estrae dalle alghe... ■

Marta Pietroboni

marta.pietroboni@cibiexpo.it

Friend of the Sea certifica pratiche di pesca e acquacoltura sostenibili, non la qualità del prodotto finale. Tuttavia, le aziende che vi aderiscono sono comunque attente al consumatore e dunque alla qualità del prodotto venduto.



friendofthesea.org



Il liquore fatto in casa

Una ricetta originale, il ricordo di un viaggio suggestivo tra i Pirenei francesi

Un tempo, quando a fine pasto ci si sostava in salotto per il caffè o per i liquori, la padrona di casa offriva alle signore presenti un rosolio di sua produzione. In tempi più recenti, questa bella abitudine è diventata obsoleta, soprattutto da quando anche le signore amano sorseggiare alcolici di più alta gradazione come, per esempio, la grappa.

Tuttavia, da qualche tempo, nella rincorsa al "fai da te", anche i liquori dolci di fine pasto stanno di nuovo comparando nelle occasioni conviviali familiari.

Pensando a questo, mi è tornata alla mente una ricetta appresa molti anni fa in Francia, nei Pirenei, dove mi ero recata per un aggiornamento sul foie gras, in una fattoria tipica del territorio, nella quale, quasi tutto, era preparato direttamente dalla padrona di casa.

Fra i prodotti che mi avevano particolarmente colpito, c'era un eccellente liquore all'arancia del quale mi feci descrivere la realizzazione. Da allora, in più occasioni, l'ho preparato con

successo per la mia casa e volentieri ne trascrivo la ricetta, semplicissima, per i lettori di CiBi.

Liquore all'arancia

Ingredienti

- 1 litro di acquavite a 42° oppure Grappa di Prosecco
- 400 g di zucchero
- 1 arancia piuttosto grossa non trattata e con buccia spessa.

Attrezzatura necessaria:

- 1 barattolo in vetro con chiusura ermetica per contenere oltre 1 litro di liquido; deve avere un'imboccatura leggermente superiore al diametro dell'arancia
- spago da cucina.

Come prepararlo

- Lavare l'arancia e asciugarla.
- Legarla, come un pacchetto, con uno spago da cucina sottile e bianco lasciando liberi i 4 capi.
- Versare l'acquavite (o la grappa) nel recipiente di vetro perfettamente pulito e asciutto.
- Aggiungere lo zucchero e farlo sciogliere, mescolandolo con un cucchiaino di legno.
- Mettervi l'arancia, tenendo i 4 capi di spago fuori dall'imboccatura e l'arancia sospesa a 2 cm sopra il liquore.
- Chiudere ermeticamente il recipiente.
- Tenere il vaso in un locale riscaldato se d'inverno, o a temperatura ambiente nei mesi caldi, per almeno 40 giorni (durante questo periodo l'acquavite



Il liquore all'arancia, una ricetta del buon tempo antico, ma oggi ancora

apprezzata per la semplicità di preparazione e il gusto originale.

assumerà progressivamente il colore dell'arancia che, al contrario, diverrà sempre più "pallida").

- Trascorso il tempo indicato, travasare il liquore, filtrandolo, in una bottiglia di servizio.

Qualche suggerimento

Se non si disponesse di recipienti per contenere 1 litro di liquido, oltre allo spazio per l'arancia, si può passare alla misura inferiore con mezzo litro di alcol (o grappa), ma, in questo caso, il liquore finale avrebbe un gusto più accentuato. Se lo si desiderasse più delicato, sarebbe opportuno utilizzare un'arancia più piccola.

Terry Sarcina

altopalato@altopalato.it

www.altopalato.it

Valori in campo

Gruppo CAP torna con un importante progetto sportivo per insegnare ai ragazzi come si diventa grandi responsabilmente

È stato presentato a Palazzo CONI il progetto *Valori in Campo* al suo secondo anno di vita.

Sette società sportive protagoniste del territorio milanese. Quasi 10.000 ragazzi, di cui 1.200 tesserati e 8.500 coinvolti nel progetto scuola per diffondere una cultura sportiva responsabile, una Carta dei Valori, 37 Borse per lo Sport e un programma di attività *educational* sul tema dell'acqua. E ancora 15 eventi sportivi, tornei, camp e feste. Questo il lungo elenco di iniziative che compongono il programma di *Valori in Campo*, promosso da Gruppo CAP, gestore del servizio idrico integrato della Città Metropolitana di Milano, per vincere la sfida della sostenibilità ambientale e della responsabilità sociale puntando sui giovani e sullo sport.

«Vogliamo rinnovare il nostro impegno nel diventare partner privilegiati di uno sport sostenibile sul territorio, aiutando atleti, allenatori, dirigenti e genitori a conoscere i valori di cui lo sport si fa portavoce e interprete come



il divertimento, la passione, la fiducia, l'impegno e il coraggio, che sono anche i nostri valori aziendali - ha commentato Alessandro Russo, presidente e amministratore delegato di Gruppo CAP. - Poi c'è l'attenzione per l'ambiente, che è nel nostro dna e che vogliamo diventare un vero e proprio stile di vita tra i giovani basato sull'uso consapevole dell'acqua del rubinetto, dentro e fuori dal campo. Il futuro è nelle mani di chi sa fare squadra.»

Le società sportive di Città Metropolitana

Ecco le società sportive della Città Metropolitana di Milano che scenderanno in campo per l'acqua del rubinetto:

- ASD Rugby Saints Abbiategrasso, un'eccellenza regionale. Da quest'anno ha iniziato una collaborazione con *Haka Rugby Program*, per portare l'organizzazione e cultura del gioco Maori in Italia. La prima squadra milita in C2
- Giana Erminio (1909), la "terza squadra" di Milano dopo Inter e Milan,

ora è tra le prime realtà calcistiche del territorio, in Serie C

- GSO Villa Cortese Volley (1978), è un'affermata società pallavolistica femminile di Serie C. La sua storia vanta una fantastica scalata fino alla A1

- NC Milano Pallanuoto (1957), è oggi la prima squadra femminile che gioca nel campionato nazionale di massima serie (A1)

- Olimpia Milano (1936), la squadra di basket più titolata d'Italia e una delle più vincenti in Europa. Le Scarpette Rosse dal 2016 si allenano nei pressi di Assago, vicino al quartier generale di Gruppo CAP

- Rugby Cernusco, (1979), organizza ogni anno il "Milano Rugby Festival". La prima squadra milita in Serie C Elite

- Rugby Parabiago (1948), famosa non solo per la presenza in Serie A, ma anche per il festival "Parabiago Rugby Sound". Il Rugby Parabiago è in serie A. ■

Chi è il Gruppo CAP

Il Gruppo CAP è la realtà industriale che gestisce il servizio idrico integrato sul territorio della Città Metropolitana di Milano secondo il modello *in house providing*, cioè garantendo il controllo pubblico degli enti soci nel rispetto dei principi di trasparenza, responsabilità e partecipazione. Attraverso un *know how* ultradecennale e le competenze del proprio personale coniuga la natura pubblica della risorsa idrica e della sua gestione con un'organizzazione manageriale del servizio idrico in grado di realizzare investimenti sul territorio e di accrescere la conoscenza attraverso strumenti informatici. Per dimensione e patrimonio il Gruppo CAP si pone tra le più importanti *monoutility* nel panorama nazionale. Nel 2017 si è aggiudicato il premio assoluto *Top Utility* come migliore *Utility* italiana.

GRUPPO CAP



Fissati con il cibo

Gli Italiani vogliono sapere tutto...

Pare che molti nostri connazionali passino più di 3 ore al giorno a pensare al cibo. Non nel senso che si domandano se quel giorno mangeranno o no, cosa che purtroppo accade non solo nelle aree povere del mondo, ma anche nel nostro Paese, e che è indubbiamente una serissima e giustificata preoccupazione. No, si arrovellano sul tema della sicurezza alimentare. Nella lingua inglese a questo proposito si utilizzano due vocaboli: *security e safety*. Il primo esprime una dimensione quantitativa: il cibo è quantitativamente adeguato, accessibile e disponibile. Il secondo ha a che fare con la qualità: il cibo è qualitativamente adeguato, sano, nutriente. Noi riassumiamo tutto questo nella parola "sicurezza". Quando la ricerca di questa sicurezza, intesa in senso qualitativo, diventa un pensiero fisso e dominante si parla di "ortoressia". Non è una vera e propria malattia, e infatti non è attualmente inserita come patologia nel *Manuale diagnostico e statistico dei disturbi mentali*, il principale testo di riferimento sul tema.

È un'idea fissa, che assilla, pare, più del 5% della popolazione italiana, prevalentemente di sesso maschile perché sono soprattutto gli uomini i patiti del mangiar sano. Si pianificano i pasti, calcolando con il bilancino dosi e calorie; si dedica molto tempo al momento della spesa; ci si domanda in continuazione cosa sia salutare e cosa sia meglio evitare. Ci si guarda allo specchio per controllare non tanto la magrezza quanto la forma fisica.

Cercare informazioni serie

In molti si sono accorti di questo crescente e a volte un po' fanatico interesse per il cibo. Giocando spesso la carta del terrorismo: trasmissioni televisive, articoli giornalistici, libri che si propongono di dimostrare che il settore della produzione e della distribuzione alimentare è pieno di pericoli e trabocchetti e che ci si salva solo diffidando ed eliminando. Il piacere della tavola rischia di andare a farsi benedire. Salvo poi, per contrapposizione, essere tentati, noi poveri frastornati lettori



o ascoltatori, da continue proposte di ricette e delizie gastronomiche, o da reclamizzate esibizioni di chef affermati e aspiranti cuochi.

Ma è possibile informarsi in modo attento e mettersi quindi in cucina sereni? Sì, è possibile. Per esempio, le associazioni di tutela dei consumatori sono un buon punto di riferimento. I siti dei ministeri competenti (come il Ministero delle politiche agricole e il Ministero della salute) altrettanto. Anche una catena della grande distribuzione organizzata come Coop fa la sua parte. Per esempio appena è scattato l'allarme sull'olio di palma (in realtà eccessivamente enfatizzato nel nostro Paese) lo ha prudenzialmente eliminato dai suoi prodotti a marchio, in particolare da quelli per l'infanzia, e lo ha comunicato in modo capillare. Ancora, quando nel 2016, a seguito degli allarmi lanciati sulla crescita pericolosa dell'antibiotico resistenza, l'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) ha stilato una lista dei principali batteri antibiotico-resistenti a livello globale per indirizzare le attività di sorveglianza e controllo dei vari Paesi, Coop ha drizzato le antenne. Dopo pochi mesi è stata avviata la campagna *Alleviamo la salute*, diretta a ridurre, e quando possibile a

I prodotti che consumiamo, prima di arrivare in tavola, attraverso fasi di produzione e di distribuzione, generano impatti sull'ambiente, in particolare emissioni nell'aria di gas, misurati in CO₂, anidride carbonica. Il "calcolatore di impatto ambientale" misura proprio questo.

eliminare, l'uso degli antibiotici negli allevamenti di animali da reddito. I primi prodotti di questi allevamenti sono già arrivati sugli scaffali, come le uova *antibiotic free*, caso unico in Italia: due referenze disponibili, certificate da due enti indipendenti, con etichette ben riconoscibili. In totale, a regime, a essere allevate senza antibiotici saranno almeno 2 milioni di galline, con una produzione di più di 189 milioni di uova all'anno.

Occhio all'impronta!

Ma un'altra iniziativa di Coop ci piace ricordare: la *spesa all'impronta* e il *calcolatore Coop* per la stima dell'impatto ambientale della spesa alimentare. Coop già da diversi anni è impegnata sui temi della sostenibilità ambientale. Adesso propone un esperimento-gioco che consente di calcolare che impatto ha sull'ambiente la nostra spesa in termini di emissioni di gas serra, ovvero qual è il suo "Carbon footprint". Il calcolatore Coop si basa sui principi della dieta corretta ed equilibrata indicata nelle *Linee guida pubblicate* qualche anno fa dall'Istituto Nazionale di Ricerca per gli Alimenti e la Nutrizione. Il calcolatore nasce sulla base di un'ipotesi stimolante: seguendo le

linee guida della sana alimentazione italiana, la nostra spesa avrà anche un impatto ambientale sostenibile. Infatti gli alimenti con l'impatto maggiore sono gli stessi per i quali si consiglia un consumo limitato, mentre è bene servirsi più volte al giorno di quelli caratterizzati da minori emissioni di gas serra, come frutta e verdura. Seguendo le indicazioni della dieta italiana, quindi, non solo si fanno gli interessi della propria salute, ma anche quelli dell'ambiente.

Da precisare che il calcolatore non prende in considerazione tutti i prodotti che si possono trovare al supermercato. Considera le principali categorie di alimenti sui quali esistono studi scientifici e dati ufficiali relativi alle corrispondenti emissioni di CO₂ (anidride carbonica). Ma Coop s'impegna ad aggiornare in futuro il calcolatore sulla base di quanto emergerà da nuovi studi riguardanti le emissioni generate dalla produzione di alimenti.

Per capire come funziona il gioco e avere informazioni sul tema, vedi <http://www.e-coop.it/web/guest/spesa-all-impronta1> ■

Paola Chessa Pietrobboni
direzione@cibiexpo.it

Valori di CO ₂ per gruppi di alimenti	da	a
Ortaggi e frutta	0,5	1,5
Cereali	0,6	4
Latte e derivati	1	10
Carne bianca (avicola e suina)	3	6
Carne rossa	20	30
Salumi	12	16
Legumi	1	2
Pesce	4	8

Nella tabella, per gruppi di alimenti, i valori medi di CO₂ emessi (espressi in kg di CO₂ equivalente per chilogrammo di alimento).

IL NOSTRO IMPEGNO PER IL BENESSERE ANIMALE NON È SOLO SULLA CARTA.



Coop si impegna a migliorare le condizioni di allevamento degli animali per eliminare o ridurre l'uso degli antibiotici. Così si può contrastare l'aumento di batteri resistenti e dare alle persone una garanzia in più per la loro salute. Per questo, il benessere animale è nell'interesse di tutti. Scopri di più su e-coop.it/alleviamolasalute

L'acqua di Milano, la tua

sicura
a Km 0
garantita
conveniente
controllata
buona
fresca

La nostra azienda gestirà il servizio idrico integrato della città di Milano fino al 2037.
 Per realizzare il necessario adeguamento delle reti e degli impianti
 e per garantire gli elevati standard di servizio che i milanesi conoscono,
 è stato collocato un bond per investitori istituzionali
 e sottoscritto un finanziamento con la Banca Europea degli Investimenti.

Confermiamo il grande impegno per la migliore gestione possibile dell'acqua. La tua.



www.mmspa.eu
www.milanoblu.com

Dov'è distribuito CiBi

Assolombarda
 Via Pantano 9, Milano
Auditorium di Milano
 Largo Mahler 1, Milano
Camera di Commercio di Milano
 Via Meravigli 9/B, Milano
Centro Studi Grande Milano
 Via Cesare Battisti 15, Milano
ChiAmoMilano
 Via Laghetto 2, Milano
Cinema Teatro dell'Elfo
 Corso Buenos Ayres 33, Milano
Cinema Teatro Piccolo
 Via Rivoli 6, Milano
Circolo del Commercio
Palazzo Bovara
 Corso Venezia 51, Milano

Municipi di Milano
 1 - Via Marconi 1
 2 - Viale Zara 100
 3 - Via Sansovino 9
 4 - Via Oglio 18
 5 - Viale Tibaldi 41
 6 - Viale Legioni Romane 54
 7 - Via Anselmo da Baggio 55
 8 - Via Quarenghi 21
 9 - Via Guerzoni 38

Fondazione Accademia di Comunicazione
 Via Savona 112/A, Milano
Fondazione Milano
 Via Carchidio 2, Milano
Fondazione Stelline
 Corso Magenta 61, Milano
I Chiostri di San Barnaba
 Via San Barnaba 48, Milano
Le biblioteche comunali di Milano
Libreria di Comunicazione Cuesp-IULM
 Via Carlo Bo 8, Milano
Libreria Internazionale Ulrico Hoepli
 Via Ulrico Hoepli 5, Milano
Museo Nazionale della Scienza e della Tecnologia Leonardo da Vinci
 Via San Vittore 21, Milano

Pala Yamamay-Maria Piantanida Viale Gabardi, Busto Arsizio (VA)
Stadio del ghiaccio Agorà
 Via dei Ciclamini 23, Milano
Teatro degli Arcimboldi-Foyer
 Viale dell'Innovazione 20, Milano
Touring Club Italiano
 Corso Italia 10, Milano
Ufficio Turistico
 Piazza Castello 1, Milano
Urban Center - Comune di Milano
 Galleria Vittorio Emanuele 11/12, Milano

Altopalato
 Via Ausonio 13, Milano
Caminadella Dolci
 Via Caminadella 23, Milano
Food Genius Academy
 Via Col di Lana 8, Milano

Bar Giacomo - Palazzo Reale
 Piazza del Duomo 12, Milano
Caffè letterario
 Via Rovello 2, Milano
Il Caffè della Pusterla
 Via E. De Amicis 24, Milano
Pianeta Luna
 Via Antonio da Recanate 1, Milano
Tagliabrodo
 Via Andrea Solari 30, Milano

L.P.S.E.O.A. Carlo Porta
 Via Uruguay 26/2, Milano
L.P.S.E.O.A. Amerigo Vespucci
 Via Valvassori Peroni 8, Milano

Nei punti vendita COOP: Bergamo e provincia
Bergamo, Via Autostrada -BG
Ipercoop Mapello
 Via Strada Regia 4 - Mapello
Ipercoop Treviglio
 Viale Montegrappa 31 - Treviglio
Trescore Balneario
 Via Lussana
 Trescore Balneario

Brescia
Brescia Veneto
 Via Salvo d'Acquisto 3
Brescia Via Corsica
 Viale Corsica 204
Brescia Via Mantova
 Viale Mantova 104
Como e provincia
Como Via Giussani 1
Ipercoop Mirabello Cantù
 Via Lombardia 68
Cremona e provincia
Cremona Ca' Vescovo
 Via Cà del Vescovo 1
Cremona Porta Po
 Via della Cooperazione 6
Iper Gran Rondò Crema
 Via Ausonio 13, Milano
Ipercoop Cremona Po
 Via Castelleone 108
Soresina Via Guida 4
Lodi e provincia
Lodi Via Grandi 6
Milano e provincia
Bareggio V.le De Gasperi 1
Bollate Via Vespucci 2
Cassano d'Adda
 Strada Statale 11
Cinisello Garibaldi
 Via Garibaldi 65
Cinisello Balsamo
Cinisello San Paolo
 Via San Paolo 4
Cinisello Balsamo
Cormano Via Gramsci
Corsico Piazza F.lli Cervi 10
Ipercoop Acquario Vignate
 Via G.Galilei ang. S.P.Cassanese
Ipercoop Galleria Borromea
 Peschiera Via della Liberazione 8
Ipercoop Metropoli Novate
 Via Amoretti ang. Via Bovisasca
Ipercoop Sarca
Sesto San Giovanni
 Via Milanese 10
Legnano Via Toselli 56
Novate Milanese
 Via Brodolini 1
Opera
 Via Diaz Loc. Crocione

Peschiera Borromeo
 Via Aldo Moro 1
Sesto S.Giovanni
 Viale Italia 51
Settimo Milanese
 Via Reiss Romoli 16
Milano città
Arona
 Via G.da Procida 15
 ang. Via Arona
Ipercoop Bonola
 Via Quarenghi 23
Ipercoop La Torre
 Via Benozzo Gozzoli 130
Ipercoop P.zza Lodi
 Viale Umbria ang. Via P.Colletta
Ornato Via Ornato 28
Palmanova
 Via Benadir 5
Rogoredo Via Freikofel 2
Zoia
 Via P.Marchesi 5
 ang. Via F.lli Zoia
Monza e Brianza
Arcore Via Gilera 8
Desio
 Via Borghetto ang. Via Milano
Muggiò Via Repubblica 86
Villasanta P.zza Martiri della Libertà 12
Pavia e provincia
Ipercoop Il Ducale Vigevano
 Viale Industria 225
Pavia Viale Campari 64
Voghera
 Viale Repubblica 97/99
Varese e provincia
Busto Arsizio
 Viale Repubblica 26
Cassano Magnago Via Mazzini ang. Via IV Novembre
Lavena Ponte Tresa
 Via Colombo 21/23
Laveno Piazza V.Veneto 25 - Laveno Mombello
Malnate Via Marconi 11
Varese Via Daverio 44

CiBi è anche social... seguici!

Su facebook: **Cibi Magazine**
 Su instagram: **@cibi_magazine**
 Su youtube: **Cibifreepress**

HAPPY PARKING, MERRY CHRISTMAS.

Scopri tutte le offerte su: viamilanoparking.eu

**5*
€**
AL GIORNO

ViaMilano.Parking
Official Airport Parking

■ LINATE ■ MALPENSA ■ ORIO AL SERIO

* Esempio di tariffa per sosta di 10 giorni presso il P1 di Malpensa T1 da effettuare tra il 22/12/2017 e il 08/01/2018, da acquistare esclusivamente online almeno 7 giorni prima dell'ingresso nel parcheggio e non oltre il 30/12/2017.