

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. 348, MAGGIO 2022/ MENSILE, POSTE ITALIANE SPA SPEDIZIONE IN ABBONAMENTO POSTALE 70% ROMA AUT MPAT/C/RW/

MAGGIO 2022 / N. 348

DIRETTORE RESPONSABILE
PAOLO PETRONI

COORDINAMENTO REDAZIONALE
SILVIA DE LORENZO

PROGETTO GRAFICO E IMPAGINAZIONE
SIMONA MONGIU

IN QUESTO NUMERO SCRITTI E RICETTE DI

GIUSEPPE ANASTASIO, EGIDIO BANTI,
GIUSEPPE BENELLI, IRENE BOERO,
GIANCARLO BURRI, ELISABETTA COCITO,
GIOVANNI MARIA D'AMARIO, SILVIA DE LORENZO,
GABRIELE GASPARO, PAOLO LINGUA,
GIGI PADOVANI, PAOLO PETRONI,
MATTEO PILLITTERI, ROSSANA RAGIONIERI,
ROBERTO ROBAZZA, FEDERICA ROSSI,
GIANCARLO SARAN, ALDO E. TAMMARO,
LOREDANA TROVATO, ANDREA VITALE.

CREDITI FOTOGRAFICI
ADOBE STOCK.



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
DIGITALIALAB 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



Sommario



L'ACCADEMIA ITALIANA DELLA CUCINA
È STATA FONDATA NEL 1953 DA ORO VERGANI

E DA LUIGI BERTETT, DINO BUZZATI TRAVERSO,
CESARE CHIODI, GIANNINO CITTERIO, ERNESTO DONÀ
DALLE ROSE, MICHELE GUIDO FRANCHI, 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
"Destiny" (1900), di John William Waterhouse,
Towneley Hall Art Gallery & Museum, Burnley,
Regno Unito

Focus del Presidente

3 Nuove sfide e nuove opportunità
ci attendono
(Paolo Petroni)



Attualità • Costume • Società

4 La guerra arriva in tavola
(Gigi Padovani)



6 Dieta Mediterranea:
una storia infinita
(Aldo E. Tammaro)

Tradizioni • Storia

8 Dino Buzzati
e la magia della tavola
(Giuseppe Benelli)

10 Una biodiversità
da recuperare
(Federica Rossi)



L'App dell'Accademia, in italiano e in inglese, è uno strumento agile e completo che **consente di entrare nel mondo dell'Accademia**, in ogni momento, **con uno smartphone o un tablet**. L'App si scarica gratuitamente da **Apple Store** per chi ha un **iPhone** o un **iPad**, o da **Google Play** per chi utilizza altri **smartphone con sistema Android**. Apparirà la schermata principale, articolata in quattro sezioni. Per accedere all'Area riservata dalla quale, tra l'altro, si può visualizzare il **Carnet**, o consultare le cariche degli **Organi Centrali dell'Accademia**, gli **Accademici potranno inserire il numero della tessera**; i **Delegati utilizzeranno le credenziali di accesso fornite dalla Segreteria**.



- 12** Il Cristianesimo e le fave
(Egidio Banti)



- 14** In lode del vino
(Rossana Ragionieri)

Territorio • Turismo • Folklore

- 16** Vignola e la Torta Barozzi
(Giancarlo Saran)



- 18** Coniglio alla sanremasca
(Paolo Lingua)
- 20** Il carciofo violetto di Sant'Erasmus
(Roberto Robazza)
- 22** "E vanno pel tratturo antico
al piano..."
(Giovanni Maria D'Amario)
- 24** Alla ricerca del sapore perduto:
la frascàtula ennese
(Loredana Trovato)
- 26** Sa coccoi prena
(Irene Boero)

Cucina • Prodotti • Tecnologia alimentare

- 28** I ricci di mare
(Giancarlo Burri)

- 30** Olio extravergine di oliva:
un grasso buono
(Matteo Pillitteri)

- 32** Brodi e brodaglie
(Elisabetta Cocito)

- 34** Un'ottima abitudine:
prepararsi una tisana
(Giuseppe Anastasio)

Salute • Sicurezza • Legislazione

- 36** Ancora in materia
di sicurezza alimentare
(Andrea Vitale)

- 37** Gli odori della cucina
nei condomini
(Gabriele Gasparro)

Il Santo del Mese

- 38** Il 16 maggio si festeggia
Sant'Ubaldo



In libreria

- 40** Recensioni di Aldo E. Tàmmaro

Le rubriche

- 41** Consulta Accademica
42 Eventi e Convegni delle Delegazioni
45 Accademici in Primo Piano
50 Calendario Accademico
53 Attività e riunioni conviviali
67 Biblioteca "Giuseppe Dell'Oso"
68 Carnet degli Accademici
70 International Summary





Nuove sfide e nuove opportunità ci attendono

di Paolo Petroni

Presidente dell'Accademia

Sempre più apprezzata dalle Istituzioni, l'Accademia è chiamata a valorizzare, in modo incisivo, la cultura gastronomica e la cucina italiana nel mondo.

Nel corso di questi ultimi giorni, abbiamo avuto **incontri estremamente fruttuosi e interessanti con esponenti e funzionari della Pubblica Amministrazione e di Istituzioni private** quali Università, altre Accademie e Associazioni culturali. Si è trattato di scambi di opinioni e di vedute in merito alla situazione attuale e futura del mondo agroalimentare e della cucina in particolare. Ciascun incontro ha avuto contenuti diversi e alcuni hanno portato anche alla firma di Protocolli di intesa, mentre altri sono stati **forieri di ulteriori sviluppi nel breve e medio periodo**. Ovviamente ogni interlocutore ha espresso visioni secondo la funzione svolta, ma sempre unanime è stato l'apprezzamento verso l'opera e l'organizzazione della nostra Accademia, che ha saputo mantenere saldi i propri principi nel tempo e ha condotto le attività in maniera continua e concreta nel corso degli ultimi terribili mesi di pandemia.

Quattro obiettivi primari

Al di là delle diverse angolature di cui si diceva, **alcuni punti fermi comuni** sono emersi in modo chiaro e preponderante

che qui desideriamo sintetizzare e sottolineare affinché **tutti gli Accademici siano consapevoli e parte attiva** delle azioni che intraprenderà la nostra Accademia.

I **quattro obiettivi primari** possono essere così individuati:

- 1) Valorizzare la cucina italiana nel mondo
- 2) Sostenere le peculiarità della Dieta Mediterranea
- 3) Fornire informazioni per le scelte in campo alimentare
- 4) Stimolare occasioni di confronto e approfondimento.

Per il loro raggiungimento occorre che le nostre Delegazioni e Legazioni si attivino per **promuovere i nostri migliori prodotti locali** (Dop, Igp, Stg) anche attraverso la tutela delle tradizioni dei diversi territori nazionali. Particolare impegno dovrà essere messo **nell'organizzazione di convegni, seminari, tavole rotonde, campagne di informazione** anche nelle scuole e rendere consapevoli i consumatori su un corretto equilibrio nutrizionale e sugli stili di vita.

Intraprendere azioni di comunicazione soprattutto verso le fasce giovanili

Ci viene chiesto anche di essere **maggiormente incisivi** nel comunicare in Europa e nel mondo **i principi della cultura gastronomica italiana**, soprattutto verso le fasce giovanili. In altre parole, le nostre azioni e le nostre pubblicazioni, per altro molto apprezzate, oltre che strumenti di coesione accademica, debbono essere **credibili e autorevoli veicoli di informazione verso l'esterno** che è sempre più attaccato e minacciato da prodotti contraffatti e false informazioni. Nuove sfide e nuove opportunità quindi ci attendono. Sono certo che non deluderemo chi crede in noi.





La guerra arriva in tavola

di Gigi Padovani

Accademico onorario di Torino Lingotto

Costi alle stelle e rischi ambientali.

Il latte italiano venduto alla Francia; gli oli di semi spariti dagli scaffali dei supermercati; rischi di carenza negli approvvigionamenti delle farine; speculazioni di ogni tipo sulle *commodity* (i beni alimentari omogenei, come caffè, cacao, zucchero); le mele polacche, rimaste nei magazzini, che fanno crollare i prezzi; la siccità in Canada che triplica i prezzi del grano duro. **Il mondo del cibo è impazzito e tutti ne stiamo pagando le conseguenze.** La drammatica guerra in Ucraina sta ripercuotendosi ormai direttamente sulle nostre tavole. Dopo la pandemia da Covid, un'altra crisi globale colpisce l'economia, anche se il conflitto per ora è regionale. Le scene dei massacri e delle devastazioni perpetrati dalle truppe dell'esercito russo stanno intristendo, da settimane, le nostre serate televisive e, nel momento in cui scri-

viamo, non sappiamo se si arriverà almeno a un cessate il fuoco, se non alla pace. Ciò che, però, tutti gli esperti dell'agroalimentare sono concordi nel sostenere è che **le conseguenze di questa guerra in Europa dureranno più a lungo** di quelle causate dal virus, anche perché ormai i vaccini ci hanno almeno allontanato dall'emergenza e i flussi turistici, che a Pasqua sono tornati molto soddisfacenti, lasciano ben sperare i settori alberghiero e della ristorazione.

La crisi dei mercati alimentari riguarda anche i gourmet

La crisi dei mercati alimentari, dunque, riguarda anche noi gourmet, perché - come ha scritto l'ecologista e poeta americano **Wendell Berry**, nel suo libro *Mangiare è un atto agricolo* - ciò che ci arriva nel piatto, sia a casa sia nel ristorante, è frutto di una filiera non sempre virtuosa. **Ora i rischi sono almeno tre:** che si giunga all'abolizione dei limiti nell'uso di **pesticidi e fertilizzanti chimici, per incrementare le produzioni sul campo;** che certe **materie prime di origine russa e ucraina diventino introvabili** e che **l'export delle specialità italiane** di qualità (biologico, prodotti Dop e Igp, vino) **sia penalizzato.** In parte sta già accadendo. Lo sottolinea **Luigi Scordamaglia**, Accademico *ad honorem* e consigliere delegato di Filiera Italia, la Fondazione nata nel 2018 che riunisce la **Coldiretti e le più importanti imprese alimentari italiane**, con i partner strategici e la grande distribuzione: "Il nostro export, che ha cominciato molto bene l'anno con



Luigi Scordamaglia



Stefano Francia



un +18% di aumento anche in febbraio, sarà necessariamente toccato dal fatto che le nostre aziende, con l'esplosione dei costi energetici e delle materie prime, saranno meno competitive nelle diverse aree del mondo. Possiamo, quindi, presumibilmente immaginare, fin da ora, **un aumento del fenomeno dell'Italian sounding**, ossia delle imitazioni dei nostri prodotti migliori".

Barbara Nappini, un passato nella moda e nelle comunicazione, toscana, dal luglio dell'anno scorso è la nuova Presidente di Slow Food Italia: "Per la nostra manifestazione Terra Madre, che tornerà in presenza a Torino in settembre, abbiamo scelto la 'rigenerazione', anche del pensiero: rigenerare significa privilegiare un approccio (eco)sistemico e mettere a fuoco ciò che è, e ciò che pensiamo debba essere, l'alimentazione".

Coltivatori, allevatori e pescatori sono di nuovo colpiti da una bufera globale sui mercati

L'attenzione si sposta, come ormai da tempo, dal "gusto" ai coltivatori, agli allevatori, ai pescatori che ora sono di nuovo colpiti da una bufera globale sui mercati. **Stefano Francia**, imprenditore agricolo con una trentina di ettari coltivati a frumento e orticole, è il Presidente dell'Associazione giovani imprenditori agricoltori di CIA (la Confederazione Italiana Agricoltori, una rappresentativa associazione professionale di categoria). Francia è molto preoccupato **dall'aumento dei costi di produzione di cereali** e colture proteico-vegetali, a causa della carenza di fertilizzanti, perché i

maggiori produttori sono appunto Russia e Ucraina. "Per quanto riguarda il nostro export, soltanto per il vino i mercati dei due Paesi in guerra valgono per l'Italia circa 200 milioni di euro. Era giusto dare un segnale, bloccare i flussi verso una Nazione che aggredisce, ma stiamo pagandone tutti i costi. E soprattutto occorre ricordare che permangono e rischiano di acuirsi i grandi disequilibri presenti nella distribuzione del valore all'interno delle filiere agricole. Noi siamo i più bravi produttori e trasformati, sappiamo anche vendere bene, ma poi non c'è l'adeguato riconoscimento a una verità: **la qualità nasce prima di tutto nel campo**. Con i rincari dei costi che ci sono stati, senza una maggiore attenzione verso il lavoro degli agricoltori, **rischiamo di perdere le nostre migliori produzioni**. Perciò, come CIA, proponiamo una grande alleanza nell'agroalimentare, che riconosca il giusto ruolo che ciascuno ricopre. Dobbiamo fornire al consumatore prodotti di qualità, salubri, a un prezzo equo, che deve andare a chi lavora nelle filiere ma anche a chi si reca tutti i giorni nei campi".

Il timore è che il conflitto duri a lungo

Il timore è che il conflitto duri a lungo. Afferma Scordamaglia: "Gli effetti di questa guerra saranno più duraturi e più pesanti di quelli del Covid. Se l'emergenza da pandemia era simmetrica, interessava cioè allo stesso modo tutti i Paesi del mondo, questa è asimmetrica, perché **interessa prevalentemente l'area colpita e l'Europa. Le altre parti del mondo possono continuare a crescere**.

Inoltre, le criticità geopolitiche si protrarranno ben oltre la crisi, a differenza di quanto sta accadendo con le difficoltà scatenate dal virus, che cesseranno con la fine dell'infezione".

Ora il rischio è che si dimentichino del tutto le "buone pratiche" a difesa della biodiversità e dell'ambiente. Lo sottolinea Barbara Nappini: "In Italia avevamo fatto qualche passo in avanti, con una tardiva ma preziosa legge sul biologico, ma ora si rischia di tornare indietro con tentativi di *deregulation*: le pratiche agro-nomiche intensive non vanno affatto bene".

Cambieranno le nostre abitudini a tavola a causa della crisi bellica? Forse sarà necessario. Purtroppo le popolazioni dei Paesi meno ricchi, soprattutto in Africa, subiranno conseguenze pesanti per la carenza di grano russo e ucraino. Quanto ai pericoli per il "Made in Italy", secondo Scordamaglia al momento non vi sono nubi nere all'orizzonte: "La sostenibilità della nostra produzione non viene di fatto messa in discussione, in quanto non è puramente ideologica, ma è vera e competitiva. Produciamo il più alto valore aggiunto agroalimentare in Europa, cioè 64 miliardi di euro a fronte di una emissione di CO₂ di soli 30 milioni di tonnellate, molto meno dei 77 milioni della Francia o dei 65 milioni della Germania. Abbiamo poca terra e siamo pertanto obbligati a trattarla con grandissimo rispetto e lasciarla, a ogni produzione, sempre più fertile grazie a tecnologia e innovazione".

La speranza di tutti, ovviamente, è che il conflitto in Ucraina finisca presto, con soluzioni eque e di libertà. Ma ormai abbiamo capito che nulla sarà più come prima, neppure a tavola.



Dieta Mediterranea: *una storia infinita*

di Aldo E. Tàmmaro

Accademico di Milano Brera

*Da confermato
campione mondiale
di salubrità,
alla capacità
di migliorare
la funzione cognitiva.*

Sono passati più di 50 anni dalla pubblicazione del *Seven Countries Study*, grazie al quale **Ansel Keys**, dopo avere studiato i rapporti fra alimentazione e malattie cardiovascolari in sette Paesi a diverse abitudini alimentari, gettò le basi di quello che sarebbe diventato un solido caposaldo salutistico, salendo agli onori dell'Unesco. Infatti, nel 2010, le fu riconosciuto il significato di patrimonio immateriale dell'umanità per Grecia, Italia, Marocco e Spagna, esteso, tre anni dopo, a Cipro, Croazia e Porto-

gallo: la Dieta Mediterranea, che ebbe nella longevità sua e della sua consorte (100 e 97 anni rispettivamente) due impareggiabili *testimonial*. Sicuramente lo stesso Keys si sarebbe meravigliato del seguito che avrebbe avuto la sua "creatura" nel mondo scientifico, come spunto per l'ampliamento dei campi di ricerca e l'acquisizione di sempre maggiori prove di salubrità del regime alimentare caratteristico anche di quel Cilento, dove i coniugi venuti dal Minnesota trascorsero quattro decenni della loro vita. Epidemiologi e clinici hanno infatti documentato che **l'aderenza ai principi della Dieta Mediterranea si traduceva in una riduzione di morbidità e di mortalità per una ampia gamma di patologie croniche.**

*Anche per il 2022 è il regime
alimentare più salutare
del mondo*

Secondo la classifica del prestigioso *US News & World Report*, la Dieta Mediterranea ha conquistato anche per il 2022 quel podio di regime alimentare più salutare del mondo che occupa da cinque anni consecutivi. Il giudizio è scaturito dall'accurata analisi di 40 tipi di diete. Al secondo posto, a pari merito, la dieta Dash, destinata agli ipertesi e la Flexatariana, che suggerisce un approccio di compromesso fra il vegetarianismo puro e un ridotto consumo di carne. In tutti i casi, si tratta di regimi la cui flessibilità, insieme alla varietà della composizione, favorisce l'adesione dei partecipanti, condizione irrinunciabile per il raggiungimento degli obiettivi sperati. **Nelle po-**





sizioni di coda sono state relegate diete come la Keto e la Dukan, in cui la **rigidità** dei regimi proposti agisce in senso contrario, scoraggiando i partecipanti dall'aderire alle prescrizioni e compromettendo così il risultato finale. Per soddisfare la curiosità delle molte persone che dalle diete si aspettano un sostanziale aiuto nella perdita di peso, sono entrate in classifica la Flessibile e la Volumetrics, che agiscono nel lungo periodo, e la Atkins, più indicata per chi si aspetta un risultato a più breve termine. **La Mediterranea ha ottenuto l'ambito riconoscimento per gli effetti sul benessere dell'apparato cardiocircolatorio**, grazie al suo basso contenuto in grassi saturi, e per la sua azione protettiva nei riguardi di diabete e demenza dovuta all'alto contenuto in frutta e verdura.

L'importanza della sua funzione contro l'invecchiamento cognitivo

Il cervello è un organo al quale soprattutto i fisiologi e i clinici, ma anche l'uomo della strada, hanno sempre guardato con un misto di riverenza e curiosità, affascinati dalla complessità delle sue funzioni, solo in parte svelate e spiegate. Fra queste, negli ultimi decenni ha assunto una particolare importanza la funzione cognitiva, visto che **l'invecchiamento della popolazione ha portato a un considerevole aumento nell'incidenza delle sue alterazioni**, con un impatto che ha coinvolto non solo gli stretti addetti ai lavori, ma ampi strati della società, chiamati a fronteggiare le multiformi problematiche che

ne sono scaturite. **Cosa si intende per funzione cognitiva?** Qualcosa di piuttosto complesso, identificato dalla definizione che ne dà l'Associazione Psicologica Americana: "L'esecuzione dei processi mentali di percezione, apprendimento, memoria, comprensione, consapevolezza, ragionamento, giudizio, intuizione e linguaggio". La storia naturale del deterioramento cognitivo inizia con le manifestazioni più lievi, che sono poi suscettibili di evolvere, più o meno gradualmente, verso le forme più conclamate di demenza, fra le quali quella che prende il nome da **Alois Alzheimer** rappresenta poco più della metà del totale.

Data la portata clinica e sociale dell'argomento, era logico che il deterioramento cognitivo entrasse sotto la lente di chi indagava sui rapporti fra i vari campi della patologia umana e le abitudini alimentari e, nella fattispecie, sugli effetti della Dieta Mediterranea. Ne sono testimonianza **i risultati di numerosi studi condotti in diverse aree del mondo negli ultimi quindici anni**, dai quali è risultato un sostanziale accordo (in biologia, quindi anche in medicina, l'unanimità non esiste!) sulla possibilità che la dieta cara ad Ancel Keys **influenzi favorevolmente anche il decorso del deterioramento cognitivo** nei vari gradi delle sue espressioni.

Uno studio condotto in Grecia su oltre 1.000 anziani

Nelle popolazioni studiate, la Dieta Mediterranea aveva rappresentato un più o meno radicale cambio di inveterate abi-

tudini alimentari, assumendo a volte il ruolo di una vera e propria rivoluzione. A questo punto, e in mancanza di precisi riferimenti, l'osservatore attento non poteva fare a meno di domandarsi se la situazione sarebbe stata la medesima anche fra le popolazioni per le quali il regime dietetico mediterraneo era stato una componente costante dello stile di vita. La risposta, *ça va sans dire*, particolarmente interessante per chi, come noi, vive affacciato su quello che gli antichi chiamavano *Mare Nostrum*, arriva da uno studio condotto in Grecia e **pubblicato sul prestigioso mensile della American Geriatrics Society** poco prima del confermato riconoscimento alla Dieta Mediterranea, di cui si è parlato all'inizio. Su oltre 1.000 anziani esenti da alterazioni cognitive e seguiti per più di 5 anni, **il grado di aderenza alla Dieta Mediterranea è risultato correlato sia a un sostanziale rallentamento del deterioramento cognitivo** legato all'età sia a un minore sviluppo di conclamate forme di demenza. Un motivo in più per riflettere sul nostro modello alimentare, mentre la storia infinita continua...





Dino Buzzati

e la magia della tavola

di Giuseppe Benelli

Accademico della Lunigiana

*Il cibo, buono
da mangiare
e da pensare,
era per lui lo specchio
di un mondo interiore.*

L'Accademia Italiana della Cucina non può non ricordare **Dino Buzzati nel cinquantesimo della sua morte**, lui che è stato tra i fondatori al seguito di **Orio Vergani**, col quale ha condiviso il lavoro al "Corriere della Sera". Buzzati (Belluno 1906 - Milano 1972) è stato una delle firme storiche del "Corriere" e una delle voci più geniali e libere della letteratura italiana. **Il tema del cibo**

è legato al suo mondo letterario nella duplice valenza di "elemento autentico", connesso a una vita pura, e di "elemento inautentico", segno di un'esistenza consumistica.

Nel 1953, all'Hotel Diana di Milano, Orio Vergani fonda l'Accademia al grido: "La cucina italiana muore!". La splendida serata è stata preceduta da incontri con alcuni amici: **Buzzati, Mazzocchi, Donà dalle Rose, Carboni**. Dino, consapevole che la civiltà della tavola stia perdendo la sua identità, è tra i fondatori con **Arnoldo Mondadori e Giò Ponti**. Il giorno dopo, il "Corriere della Sera" riporta la notizia: "Si tratta di un sodalizio che chiama a raccolta i gastronomi con il precipuo intento di difendere le tradizioni della cucina italiana, nelle molte, splendide articolazioni regionali, da ogni imbastardimento..." Civiltà della tavola che ha il proprio fondamento nella convivialità familiare, nel rispetto delle tradizioni, nella conoscenza della storia, nella valutazione serena e obiettiva dei tempi che cambiano.

*"Mangiar male è la peggiore
delle disgrazie durante
un viaggio di piacere"*

Scriveva Buzzati: "Mangiar male è la peggiore delle disgrazie durante un viaggio di piacere. Pazienza se piove. Pazienza se i musei sono chiusi. Pazienza se non si riesce a trovare un tassì o manca un gommista vicino quando va una ruota a terra. Ma veramente la pazienza viene meno se si capita in un cattivo ristorante".





Nel 1961 Buzzati collabora, con lo scritto *Come si mangia a Milano*, al libro *Lo stivale allo spiedo. Viaggio attraverso la cucina italiana*, a cura di **Piero Accolti** e **Gian Antonio Cibotto**, antologia che raccoglie contributi di altri 31 autori, ciascuno dei quali illustra la cucina di una regione. Gli occhi di Buzzati scrutano con sferzanti critiche una società dei consumi che anestetizza la vita fino a farle perdere sapore. **Per raccontare la gastronomia meneghina** Dino riunisce intorno a un tavolo quello che egli stesso definisce il "Consiglio segreto della Cucina Italiana", composto da persone qualunque ed esperti. L'assunto di partenza è **l'espulsione di Milano dall'albo delle "città dove si può mangiare"**. Il risotto giallo è il primo a salire sul banco degli imputati, definito da Vincenzo Buonassisi "Il piatto antiristorante per eccellenza", perché non può essere cucinato per 60/70 persone e non può aspettare pronto nemmeno un minuto. Segue il pane, sostituito da "flaccidi panini al burro e all'olio", perché "si crede che il pane non faccia fine" e che mangiarlo significhi "bassa estrazione". Infine il vino, snaturato dall'invasione di "chiaretti" o "bardolini" o "rossi del Garda", che non contengono una goccia di uva veneta e sono pesanti da bere.

Il Natale dei consumi e quello magico dell'infanzia

Per il resto, Dino Buzzati non può far altro che registrare **la nostalgia per un tempo andato** sul quale sta per affermarsi un mondo che all'arte culinaria del grande

Artusi sostituisce una cucina "industrializzata, standardizzata, contaminata, snaturata, involgarita e imbastardita". Mai come nelle pagine sul Natale, Dino Buzzati dà vita alla sua vis polemica anti-moderna, delineando due realtà tra loro diametralmente opposte e difficilmente conciliabili: il Natale dei consumi e quello magico dell'infanzia. All'interno del racconto *Una torta e una carezza*, la torta diventa il simbolo attorno al quale si confrontano due mondi culinari. Da una parte c'è quella della vecchia tata della famiglia Regondi, che ogni anno, il giorno della Vigilia, prepara ai bambini la sua famosa torta di marzapane: "Una torta a forma di Bambino Gesù tutta ricoperta di uno strato di zucchero bianco con corondini, nappine e decorazioni di confetti; soltanto la faccia del Bambino Gesù è di zucchero rosa e sopra la candida cuffietta c'è una piccola stella d'argento fatta con la carta stagnola". Dall'altra parte c'è la torta di Alberta, la nuova giovane domestica che "Per dimostrare la sua bravura ha già fatto una torta da *cordon bleu* che ha la forma di due cigni con i colli intrecciati". Due proposte che rappresentano l'opposizione fra tradizione e modernità, passato e presente.

I miti gastronomici dell'infanzia, simboleggiati dalla torta a forma di Gesù Bambino, **si scontrano con quelli dell'edonismo dei modelli pubblicitari** incarnati dalla rampante domestica, in linea con l'entusiasmo consumista del boom economico contro cui Buzzati lancia i propri strali. Lo scrittore immagina lo spirito del Natale aggirarsi, folle di rabbia, sopra a una Milano sorda ai valori della Natività, gonfia di regali e morta nel profondo del cuore.

Non resta che il rimpianto per quei Natali vissuti come una carezza dell'anima, ma si tratta ormai soltanto del vago fantasma di un tempo sprofondato per sempre nel buio della nostra memoria di adulti.

Il ricordo di cibi e sapori radicati nella tradizione della vecchia Milano

Ecco allora giungere in aiuto al nostro Dino il ricordo di cibi e sapori che si radicano nella tradizione della vecchia Milano. **La cucina meneghina traluce dai suoi scritti come il marcatore di un tempo più semplice e frugale** nel quale il cibo, buono da mangiare e da pensare, era lo specchio di un mondo interiore come se questo avesse il potere di insufflare una vita che trascende le esigenze e i bisogni del corpo. Un nutrimento che per Buzzati ha **il profumo delle vecchie osterie dei Navigli o di Porta Venezia** dove amava trascorrere le serate e gustare il risotto giallo con l'ossobuco, la cotoletta, o il brasato con la polenta. Buzzati era un buongustaio e negli ultimi anni il suo ristorante preferito era "Alla collina pistoiese", situato tra piazza del Duomo e l'università Statale, che da ben tre generazioni propone ai suoi clienti la tipica cucina toscana. Dino era solito sedersi nell'angolo sotto la finestra: "Ci andavamo quasi ogni sera - ha raccontato la moglie Almerina -. Aveva il suo tavolo prenotato. Fu lì che ci incontrammo per caso dopo esserci conosciuti durante un servizio fotografico per "La Domenica del Corriere". Spesso nelle opere di Buzzati **ciò che si mangia** è portatore di una qualità intrinseca che **va al di là del mero significato gastronomico**, dal momento che il mangiar bene o il mangiar male dipendono dalle caratteristiche spirituali dei commensali e dal contesto nel quale loro stessi si muovono. C'è sempre sottinteso, surreale e sarcastico, il rimando a un significato misterioso che suscita domande e smuove la quotidianità di una vita senza sorprese. Come ha scritto **Carlo Bo**: "Buzzati era un cronista di assoluta fedeltà, ma alla fine andava oltre e scioglieva tutto con il miracolo della poesia".



Una biodiversità da recuperare

di **Federica Rossi**

Accademica di Bologna

Lo studio di alcune varietà di frutti raffigurati nelle opere di Bartolomeo Bimbi, pittore alla corte medicea, costituisce un elemento prezioso per l'attuale conoscenza scientifica.

Il fascino dei prodotti del frutteto e dell'orto ha sempre ispirato la pittura: dai vasi e dai crateri della Grecia, secoli prima di Cristo, alle melagrane e le cotogne affrescate nella casa di **Livia**; dai fichi di **Poppea** al canestro di frutta del **Caravaggio**, alle teste composte dell'**Arcimboldo** - e gli esempi antichi non certamente si esauriscono qui - esistono testimonianze su quale fosse il paniere alimentare dell'epoca, e del significato, alimentare ed estetico, dei prodotti della terra.

Le specie e le varietà dei frutti che giungevano sulle tavole di un tempo

Esistono, tuttavia, alcune raffigurazioni che vanno al di là del puro valore artisti-

co, in quanto offrono **testimonianze e dettagli inventariali preziosi all'attuale conoscenza scientifica** delle specie e delle varietà che giungevano sulle tavole di un tempo. Di ciò, esempi giungono dalle tele che, **al finire del 1600, Cosimo III**, Granduca di Toscana, commissionava a **Bartolomeo Bimbi**, pittore di corte. Allo splendore e munificenza della corte medicea si univa, infatti, **una grande curiosità di conoscere** macchine, manufatti, **nuove specie animali e vegetali** e, all'arrivo delle navi che portavano effimere curiosità e rarità vegetali, "... non capitò mai che sua Altezza Reale non mandasse subito per farne fare il ritratto al Bimbi".

E quindi, **trentatré opere di grande fedeltà documentaria, raffiguranti agrumi, frutta e uve**, poi allevati nei giardini di Boboli, di Castello, alla Topaia, sono giunte a noi, con una singolare ed esclusiva caratteristica: la presenza di **cartigli che indicavano il nome con cui ogni esemplare raffigurato era all'epoca conosciuto**.

Ed ecco le bellissime tele degli agrumi, che mostrano la straordinaria gamma varietale di aranci, bergamotti, cedri, limoni e lumie. **Alcuni esemplari, giganti o "bizzarri", erano addirittura oggetto di diplomatici scambi tra regnanti**, e si annoveravano frutti di forme strane, digitati, distorti, o fetiferi, che "... con le loro deformità e i loro aborti sono le delizie dei nostri giardini". Forme chimeriche, o teratologiche dovute ad attacchi parassitari, a mutazioni, a ibridi di innesto, che venivano guardate con curiosità e ammirazione. I limoni, in particolare, di cui in cucina si usava già il succo ma che, per il loro endocarpo spesso e carnoso,



AGRUMI, FRUTTA E UVE
NELLA FIRENZE
DI BARTOLOMEO BIMBI
PITTORE MEDICEO

CONSIGLIO
NAZIONALE
DELLE
RICERCHE



Bartolomeo Bimbi, Melangoli, limoni e limette (1715)

spezie nella "pignatella" o se ne faceva vino.

Anche le susine avevano molti usi in cucina, sia come complemento ai vari piatti sia quale portata di chiusura ma pure come antipasti "da tramerzar in intingoli, in pasticci stoffati e pieni", e "in zuppe da coprirne vivande da magro e da grasso, si siroppano in miele"; "fresche si servono alle prime tavole pelate e senz'ossa sotto neve", illustrando anche il **Tanara**, nel 1687, una complessa ricetta per candirle.

Ciò che certamente balza agli occhi è il fatto che la stragrande maggioranza delle varietà raffigurate, e disponibili all'epoca, ora non esistono più se non in forma di raro esemplare dimenticato, presente in habitat circoscritti, spesso isolati e semmai custoditi da qualche agricoltore attento e dedicato.

La ricchezza offerta dalla biodiversità ha portato a un'opera di recupero

Sempre più consci della ricchezza offerta dalla biodiversità, molti studiosi hanno avviato **processi di riconoscimento e salvaguardia**, che si traducono ora in collezioni e campi varietali di numerose specie coltivate.

Tale opera di recupero è fondamentale, perché **con ogni gene che viene perduto si perde anche un pezzetto di memoria, di esperienza, e di tradizione alimentare**. E con esse **si perde pure il sapere contadino**, la conoscenza di come quelle varietà si coltivavano, e come si impiegavano in cucina e arrivavano sulle tavole.

Per non parlare dei **caratteri di resistenza offerti dalle piante centenarie** che, per il solo fatto di essere sopravvissute per così lungo tempo in certi ambienti, contengono nei loro geni **un'adattabilità consolidata, preziosa per fronteggiare i cambiamenti climatici**. Molto di ciò che favorisce tale "resilienza" sta infatti anche nel recupero di oggetti e modi che sono stati abbandonati nel tempo e che, invece, il trascorrere del tempo e le modifiche delle priorità hanno rivalutato.

erano consumati anche direttamente a spicchi addolciti con lo zucchero.

Un vario assortimento di mele, molte delle quali ora non esistono più

È interessante osservare come l'assortimento varietale di mele fosse al tempo molto vasto, sia per la popolarità di questi frutti sia perché, in mancanza di frigoriferi, **si giocava sulle diverse epoche**

di maturazione per poterne disporre per tutto l'arco dell'anno. Non esistevano, per esempio, la Golden delicious, né la Granny Smith ma piuttosto le "Paradise", le "Muse", le "Rosa" le "Panaja" e un'altra grande quantità di forme, molte delle quali progenitrici di alcune di oggi. E mentre al tempo nostro le mele preferibilmente si addentano fresche, per molte di esse vigeva l'uso culinario. **Con la mela "Appia" si preparavano rosoli, sciroppi, gelatine e anche mostarde**, mentre le "Poppine", le "Rosa" e la "Rosa", poco serbevoli, **si cuocevano con**



Bartolomeo Bimbi, Cedrato di Firenze su un piatto di ceramica (1724)



Il Cristianesimo e le fave

di Egidio Banti

Accademico de La Spezia

Un antico Papa di Luni anticipatore di Francesco.

Ha suscitato meraviglia e un qualche interesse il messaggio che Papa Francesco ha inviato in febbraio alla FAO (Bollettino della Sala Stampa della Santa Sede, 12.02.2021) per la **"Giornata mondiale dei legumi"**, in cui vengono definiti **"Un alimento nobile**, con un enorme potenziale per rafforzare la sicurezza alimentare a livello mondiale".



Statua di Sant'Eutichiano. Particolare della facciata della Cattedrale di Santa Maria Assunta, Sarzana, Liguria

Infatti, **"Sono privi di superbia e non riflettono lusso"**, bensì "...costituiscono una componente essenziale dei regimi alimentari sani", perché "alimenti semplici e nutrienti che superano barriere geografiche, appartenenze sociali e culture". Il messaggio non nomina in modo diretto le fave, ma cita i "baccelli", "... che si raccolgono non falciando, bensì strappando le piante a mano", il che, dunque, anche proprio alle fave fa riferimento.

Il primo Pontefice romano a interessarsi alle fave fu Sant'Eutichiano

Papa Francesco, però, non è stato il primo Pontefice romano a interessarsi ai legumi e, specificamente, alle fave. In tempi molto antichi, infatti, nella seconda metà del III secolo, lo aveva fatto **Sant'Eutichiano**. Di questo Papa non si sa molto, salvo che il *Liber Pontificalis* lo indica come "*natione Tuscus, de civitate Lunae*": la città di Luni, infatti, non apparteneva allora alla Liguria, come oggi, bensì alla "Tuscia annonaria". Lo stesso *Liber* riporta la sua morte nel 276 d.C., dopo più di un anno di pontificato, mentre altre fonti la collocano nel 283. I suoi resti, trasferiti nel Seicento dalle catacombe di San Callisto, sono ora conservati nella cattedrale di Sarzana, la città erede di Luni. Al di là di questo, e nella scarsità di altre informazioni, ha sempre suscitato interesse la notizia - anche questa riferita nel testo citato - secondo la quale Eutichiano avrebbe stabilito che **"... sull'altare, durante la celebrazione della messa, potessero essere benedetti, tra i frutti**



della terra, solamente le fave e l'uva".

Se dunque Eutichiano, prima di raggiungere Roma, aveva vissuto a Luni, di sicuro conosceva l'importanza delle fave nelle coltivazioni agricole dell'area appenninica e quindi nell'alimentazione di quei tempi. Appare dunque verosimile il fatto che proprio **le fave siano state da lui individuate come simbolo dei prodotti agricoli del periodo primaverile** (così come l'uva per quelli del primo autunno).

Pitagora e i suoi discepoli consideravano le fave un cibo maledetto

Si potrebbe anche aggiungere che, come riportano diversi studiosi dell'alimentazione, tra i quali **Mireille Corbier** (*La fava e la murena: gerarchie sociali dei cibi a Roma*, in *Storia dell'alimentazione*, a cura di **J. L. Flandrin** e **M. Montanari**, Bari, 1999), nella Roma antica l'utilizzo della fava era tipico delle popolazioni meno abbienti, in pratica dei "campagnoli", distinti dagli abitanti delle città. Con la sua decisione, quindi, **Eutichiano mostrava**



particolare attenzione (lo stesso vale ovviamente per le uve) **per le popolazioni di campagna**, venendo incontro alle loro consuetudini e tradizioni. Non solo: il Papa si schierava, con quel decreto, contro almeno due categorie di possibili oppositori, forse presenti anche in campo cristiano, a cominciare dai Greci di derivazione pitagorica. **Pitagora**, secondo alcuni suoi biografi, morì, nel V secolo a.C., a causa di una malattia contratta mangiando fave, o prodotti realizzati con le fave: probabilmente favismo. I discepoli del filosofo, richiamandosi anche ad antichi riti orfici, consideravano le fave quasi un cibo maledetto, che evocava l'al di là. Del resto, **nel paganesimo le fave erano spesso collegate al culto dei morti** e vietate ai sacerdoti di Giove.

La visione cristiana riconosceva l'importanza di prodotti come le fave per i meno abbienti

A sua volta, considerazioni negative nei confronti delle fave erano proprie delle idee di **Manete** o Mani, **l'eretico persiano** che aveva dato vita, proprio ai tempi di Eutichiano, alla corrente di pensiero detta "Manicheismo". Alle posizioni di Manete fa riferimento nientemeno che **San Giovanni Bosco** in un suo scritto del 1862 dedicato proprio a Papa Eutichiano e a colui che lo aveva preceduto sul soglio di Pietro, **Felice**. Scrive don Bosco: "I Manichei ... credendo che le mele, uve e in generale tutti i frutti della terra fossero stati prodotti dal principio cattivo, li detestavano e li maledicevano. S. Eutichiano stabilì contro costoro speciali formule da usarsi nella benedizione delle mele, delle uve, delle fave e degli altri frutti



della terra affinché fossero da Dio benedette quelle produzioni che egli stesso faceva nascere, crescere e maturare a beneficio delle creature umane" (G. Bosco, *Il pontificato di S. Felice I e di S. Eutichiano*, Torino, 1862). Il Papa non poteva ignorare come proprio le fave, e forse anche altri legumi, godessero, si fa per dire, di una cattiva fama. Ma la visione cristiana era diversa, partendo dal riconoscimento dell'importanza di prodotti della terra destinati - proprio come le fave - ad alimentare le popolazioni del tempo, a costi contenuti. **Di qui una scelta innovativa e, per certi aspetti, coraggiosa, essendo ancora il paganesimo religioso ufficiale** dell'Impero.

Va detto che il mondo romano utilizzava le fave sia come cibo "diretto", da consu-

mare nei campi, aprendo i baccelli, sia attraverso la sua lavorazione e produzione di farine o cottura di minestre. **Marco Gavio Apicio**, per esempio, riporta, nel suo *De arte coquinaria*, la ricetta della "*Concicla cum faba*", **una minestra a base di fave lessate**, condite con il *garum*. Ora, si dà il caso che tale celebre salsa, a base di interiora di pesce azzurro (alici, acciughe), di origine greca ma assai diffusa a Roma, fosse preparata certo in tutti i luoghi di mare, ma in particolare proprio a Luni, che nel Medioevo rimase uno degli ultimi porti di smercio, e quindi di consumo di quel prodotto. Tutto ciò mostra bene il legame di Eutichiano con Luni, ma anche quel singolare filo conduttore che sembra collegarlo, oggi, al messaggio di Papa Francesco.





In lode del vino

di **Rossana Ragionieri**

Accademica di Empoli

*Insieme alle innovazioni
in campo vitivinicolo,
tra il XVII e il XVIII secolo,
numerosi scrittori
inneggiano al nettare
di Bacco.*

Intorno alla vite e al vino si dipanano i sentieri della cultura, ma anche quelli dell'arte, della poesia, della storia e dell'opera umana, intensa e carica di segni preziosi e di significati diversi. "Il vino sa rivestire la più sordida stamberga di un lusso miracoloso, e fa sorgere più d'un portico favoloso nell'oro del suo vapore rosso, come un sole che tramonta in un cielo nuvoloso" afferma **Baudelaire** ne *I fiori del male*, descrivendo il nettare di Bacco. Del resto, il termine "vino" ha origine dal verbo sanscrito *vena*, cioè "amare", da cui deriva anche il nome latino *Venus*, la dea Venere.

*Tra il 1600 e il 1700,
il nettare di Bacco vive
una grande trasformazione*

Albert de la Fizelière



Tra il 1600 e il 1700, il nettare di Bacco vive una grande trasformazione. Nel XIX secolo, **Albert de la Fizelière** scriverà: "Il 1635! Che nobile data e che bel tempo per i bevitori! I caffè non erano ancora stati inventati. La gente di spirito, il cui cervello è oggi annebbiato dai vapori di una birra pasticciata, dall'orribile assenzio, da un esorbitante numero di mescolanze alcoliche di bassa lega, poteva e sapeva in quei tempi alimentare la propria verve al fuoco divino del Beaune e del Pomard". In quel periodo, **le tecniche enologiche, rimaste immutate dal Medioevo, si modificano alla ricerca della stabilizzazione della qualità e del gusto del prodotto. Dal 1660, in Inghilterra, si usano bottiglie di vetro prodotte da sir Kenelm Digby, chiuse con tappi di sughero**, in modo da mantenere più a lun-

go le caratteristiche organolettiche soprattutto per i vini rossi o chiaretti. Un trattato francese del 1718 dichiara che ormai si poteva conservare il vino per "quatre, cinq et même six ans".

*Il vino in bottiglia diventa
sinonimo di qualità e di pregio*

Il vino in bottiglia diventa sinonimo di qualità e di pregio. L'uso di una migliore confezione passa in Francia e in Italia a **testimoniare un'attenzione maggiore alla conservazione** e all'innovazione in questo settore. Verso il 1775, **Schloss Johannisberg, vignaiolo e cantiniere tedesco**, inizia l'imbottigliamento del vino del Reno, mentre si assiste a un grande **risveglio complessivo della cultura agronomica** animato da iniziative e studi, come quelli svolti dall'Accademia dei Georgofili.

L'attenzione rivolta a tale settore si rileva anche tra i regnanti, tanto che **il 24 set-**



Kenelm Digby



tembre 1716, a Firenze, il Granduca **Cosimo III de' Medici** emana un bando "Sopra la Dichiarazione de' confini delle quattro Regioni Chianti, Pomino, Carmignano, e Val d'Arno di Sopra", nel quale si definiscono, per la prima volta, **i confini delle zone entro le quali potevano essere prodotti i vini Chianti, Pomino, Carmignano, e Val d'Arno di Sopra**, con una sorta di anticipazione di ciò che sarà la Denominazione di origine controllata delle zone di produzione dei vini.

Il Granduca emana **anche un Decreto per una congregazione di vigilanza** sulla produzione, la spedizione, il controllo contro le frodi e il commercio dei vini, anche qui anticipando l'istituzione degli attuali Consorzi.

E ancora, nello stesso secolo, **Filippo Mazzei**, medico avventuriero e giramondo, nato a Poggio a Caiano il 25 dicembre



Cosimo III de' Medici

Bacco (1496-1497),
Michelangelo Buonarroti, Firenze



1730, emigra nel 1773 in Virginia **trasportando in America viti e olivi**. Ha un progetto imprenditoriale da realizzare in quella zona che, per il clima, gli appare favorevole alle coltivazioni mediterranee.

*Molti autori scelgono
la bevanda come filo conduttore
per le loro opere*

Mentre con lui il vino prende la via dell'estero e del mare in campo imprenditoriale, molti autori scelgono il nettare di Bacco come filo conduttore per le loro opere. Godono d'attenzione i vini italiani, ma anche quelli di altri Paesi fino alla Boemia, tanto che questo vino è citato, nel 1782, da **Anton Friedrich Busching**: "tra i vini rossi il migliore è quello di Melnik". Nessuna meraviglia che il vino e il tema baccico in generale trovino un rilievo particolare in questo periodo, e che, proprio alla fine del 1600, compaia **il più celebre ditirambo italiano**, cioè un **componimento giocoso sul tema del vino**, *Bacco in Toscana*, di **Francesco Redi**, pubblicato nel 1685. L'opera, ispirata da un'annuale riunione conviviale degli Accademici della Crusca e composta da circa un migliaio di versi, è **un elogio del vino in**

generale e dei vini toscani in particolare. La varietà dei metri usati, i suoni onomatopeici, la spontaneità e l'incalzare dei versi rendono con estrema maestria l'allegria, l'entusiasmo e la crescente ebbrezza del protagonista, ossia di Bacco in persona.

L'elogiato ditirambo del Redi, **insieme all'innovazione in campo vitivinicolo**, fanno da catalizzatore per l'ispirazione di altre simili opere. Appaiono, infatti, testi intitolati *Vendemmie* o si compongono *Brindisi*, come quelli del fiorentino **Antonio Malatesti**, *De' Brindisi de' Ciclopi*, considerato nell'opera di **Girolamo Tiraboschi** "in quel genere pregiatissimi", e altri stampati a Verona nel 1723, tutti inneggianti al nettare di Bacco, così come si pubblicano vari ditirambi che hanno come protagonisti le Baccanti e il dio del vino.

Bacco in Giovecca vede la luce nel 1710, stampato da **Bernardino Barbieri**, mentre il milanese **don Basilio Bertucci**, monaco basiliano, compone nel 1711 il ditirambo *Bacco in monte di Brianza*, stampato da **Carlo Giuseppe Quinto** a Milano.

La rinnovata attenzione al vino apre la strada anche a simili composizioni e, in particolare, a quel *Bacco in Boemia* scritto, guarda un po', proprio da un empolesse, **Pietro Domenico Bartoloni**.



Vignola e la Torta Barozzi

di Giancarlo Saran

Accademico di Treviso

*Dedicata al geniale
architetto,
la ricetta è ancora
segreta.*

Vignola è una delle tante bellezze poste sui colli modenesi che attende solo di essere scoperta. Attira lo sguardo già da lontano, con la meravigliosa Rocca medievale, dimora del meglio dell'aristocrazia locale. Se ci arrivate **nella stagione primaverile**, vi godrete **una valle che risplende dei ciliegi in fiore**. Un territorio particolar-

mente vocato alla coltivazione di questo gioiello della natura, grazie alle fertili terre poste attorno al fiume Panaro. La coltivazione del ciliegio ha progressivamente sostituito quella della vite, con buona pace dei Lambrusco *lover*. Tra le diverse varietà coltivate, **l'autoctona Mora di Vignola**, particolarmente **succosa e profumata**. Una coltura sviluppata e consolidata nel primo dopoguerra con una dedicata tipologia umana dalle caratteristiche ben definite, come per esempio **il cuidòr, ossia l'addetto alla raccolta**, abilissimo nel posizionare le alte scale tra i rami senza danneggiarli e deporre il frutto nell'apposito *cavagnin* (detto anche cesto di vimini). Vi erano poi le cernitrici, donne abilissime nel selezionare il frutto e confezionarlo all'interno delle balestrine, piccole cassette in legno di pioppo che, ben presto, si imposero

nei mercati di mezza Italia, e non solo. Non poteva mancare il tocco d'alto bordo, con **la celebrazione della Ciliegia d'Oro** che, a partire dal 1981, ha voluto incoronare i migliori modenesi, ambasciatori ideali della loro terra. Taglio del nastro con **Enzo Ferrari**, seguito poi dall'ugola tenorile di **Luciano Pavarotti** e molti altri a seguire. Ebbene, con una premessa del genere uno si aspetta che, sul labaro gastronomico di Vignola, spicchi la *silhouette* amaranto della ciliegia, e invece non è così.

*Niente ciliegie, invece,
nella torta nera del geniale
pasticciere Eugenio Gollini*

Stravolge tutto il genio pasticciere di **Eugenio Gollini. Un talento alla ricerca del miglior dolce di sempre**. Di lui hanno scritto: "I visionari non si lasciano distrarre dai dettagli. Pensano in grande e inseguono il sogno fino ad aggantarlo". Nella pratica quotidiana, il Gollini provava e riprovava una sua intuizione: sposare al meglio ingredienti classici, quali cioccolato, Rhum, caffè, mandorle, ma anche *new entry*, allora semisconosciute, quali le arachidi, con un azzardo per quel tempo impensabile: l'esclusione della farina nell'impasto. **E una sfida. Dimostrare che lui, a Vignola, sapeva fare a meno anche delle golose e civettuole ciliegie**. Aveva selezionato alcuni clienti *tester* che, con complice disponibilità palatale e olfattiva, lo confortavano di appassionati giudizi sulla sua ricerca della perfezione a dimensione di torta. **Nel 1886 la quadratura del cerchio. Nasce**





la torta nera. Di una modernità *ante litteram*. Non vi è infatti glutine. **Rugosa e asciutta all'esterno, morbida e ricca di umori all'interno.** Si impone in breve tempo, con le ciliegie che stanno a guardare, limitate alle crostate della nonna. Anche dai paesi vicini si affacciano in piazza Garibaldi, sede della rinomata pasticceria, per provare la novità. Nel **1907** altro cambio di passo. Ricorre il quarto centenario della nascita del concittadino più illustre, l'architetto **Jacopo Barozzi**. Un genio che ha lasciato il segno del suo compasso sulle architetture del tempo. Detto "il Vignola" approdò a Roma, tanto da essere chiamato al servizio di **Papa Giulio III**. Fu lui a subentrare all'immortale **Michelangelo Buonarroti** quale architetto capo della Basilica di San Pietro. Tra le innumerevoli sue creazioni, ha fatto scuola la Chiesa del Gesù, tempio identitario dei Gesuiti che ne adottarono poi le architetture anche in altri loro edifici di culto. Era inevitabile quindi che, nella piccola Vignola, venisse a lui dedicato un classico di cultura materiale. Dapprima **Pasta Barozzi**, consolidata poi nella **Torta Barozzi** giunta sino a noi.

*Nasce la Torta Barozzi:
"un incantevole mistero
fatto di mille aromi"*

Eugenio Gollini non era solo dotato di talento e tenacia ricettuale, ma sapeva anche marciare di *marketing* e creazione di immagine conseguente. **Non bastano gli ingredienti assemblati in cucina per rendere il prodotto finale ambito e ricercato.** Tanto è vero che una delle pri-

me intuizioni fu quella di **affidare a un bravo grafico, di ispirazione futurista, la confezione** che custodiva la prelibata Torta Barozzi. Il resto è storia conseguente, tanto da destare una sorta di devota soggezione in chi si accingeva a descriverla al prossimo. Uno per tutti **Michele Serra**. Penna ironica e dei consolidati luoghi comuni. "Per descrivere la Torta Barozzi bisognerebbe essere per lo meno **Tolstoj**, mi scuso con la Torta se non son degno. Si presenta come una piccola zolla di terra, e come una zolla si sbriciola. È un incantevole mistero fatto di mille aromi che confondono il palato in una sinfonia di dolcezze". Neanche **Mozart** ai fornelli sarebbe stato in grado di comporre tali armonie. Una delle abilità della famiglia Gollini, giunta oramai alla quarta generazione, è quella di aver saputo **mantenere nel tempo il fascino e la curiosità attorno alla loro creatura.** Un po' come è capitato a **Marilyn Monroe** che, quando qualcuno le chiedeva cosa indossasse quando si coricava dopo una giornata di riprese sui set che facevano sognare il mondo, dichiarava con abile innocenza "Dormo assieme a una goccia del mio Chanel n. 5".

*Nonostante molti tentativi
di imitazione, nessuno è riuscito
a sciogliere l'enigma della ricetta*

Quando, nel **1948**, **Eugenio Gollini junior** (il nipote) si prese la briga di depositare nome e marchio della creatura del nonno (un pioniere per l'epoca), ebbe l'abilità di essere scrupoloso nell'anagrafe degli ingredienti, ma di non fare

cenno del loro dosaggio, sequenza di lavorazione e quantomeno metodo di cottura. Nel tempo non sono mancati i numerosi tentativi di imitazione, per esempio con la Torta tipo Barozzi, così come anche i gelati alla Barozzi, ma nessuno è riuscito a sciogliere al 100% l'enigma "del come", così da clonare a dimensione di papille l'originale pensato in quell'oramai lontano 1886. Ora la **premiata Pasticceria Gollini** è gestita al femminile, con degne eredi. **Benedetta** posta a tutela del marchio, con le relative strategie di promozione e commercializzazione, anche oltre il classico banco quotidiano.

Letizia, salda al timone della produzione giornaliera. "Vogliamo portare avanti la tradizione in modo costruttivo e non nostalgico, con alcuni punti fermi. L'artigianalità del prodotto, la cura estrema della scelta degli ingredienti, l'attenzione dei dettagli". Da un lato, pur con i limiti di **una produzione che ha scelto di rimanere artigianale**, si curano anche i nuovi canali di distribuzione, grazie allo sviluppo delle tecnologie digitali, con approdo pure in mercati lontani, quali per esempio il Giappone, con *testimonial*, a suo tempo, **Massimo Bottura** (Ciliegia d'Oro 2008) e la creazione di nuove linee di prodotto, comunque fedeli alle originali. Per esempio le **barozzine** (piccole golosità da 100 g a fronte della classica "cilindrata" da 400 g) o le **colombe** (cambia solo la forma, non la sostanza) così come confezioni "su misura", una per tutte le **bomboniere**, sempre servite in stile Barozzi, ossia con la carta stagnola al di sopra, quasi a proteggerle prima dell'atto finale, un piccolo vezzo che solo vere star possono permettersi.



Coniglio alla sanremasca

di Paolo Lingua

Accademico di Genova-Golfo Paradiso

Oltre alla qualità della carne, la ricetta punta su una cottura accompagnata da aglio, cipolla, erbe aromatiche e vino.

Aveva ragione **Dante Alighieri**, sia pure argomentando in un altro senso, quando definiva i Genovesi “uomini diversi”. Nel nostro caso la “diversità” è legata al costume, alle abitudini radicate degli abitanti di tutta la Liguria che è, sul serio, “diversa”, in particolare a tavola, anche oggi, quando tutto sembra confondersi o diventare eguale. **In particolare, la regione è, come economia e antropologia, divisa in tre parti.** C'è il Levante spezzino e lunigiano che costituisce un mondo a sé e che è ligure solo sino a un certo punto. C'è il blocco di Genova e del Tigullio, dominato dalla storia socio-economica del capoluogo. E poi c'è il Ponente che decolla da Savona e accentua le sue caratteristiche procedendo verso il confine politico (ma non geografico e agroalimentare) di Ventimiglia. Il peso dell'agricoltura, come fenomeno produttivo, a Genova e nel Genovesato (Tigullio, entroterra chiavarese, Appennino), è sempre stato estremamente limitato e non è mai stato in grado di risolvere problemi alimentari. Lungo la Valpolcevera (in dimensioni ancora minori) e in parte lungo

la Valbisagno, non si è andati mai oltre una rapsodica orticoltura che, in minima parte, alimentava i mercati e i fruttivendoli della città, tanto è vero che ancora oggi essi sono definiti in dialetto *besagnini*. Ovviamente, è quasi impercettibile il fenomeno dell'allevamento. Quasi inesistente quello dei maiali e degli ovini. Isolati i bovini, mentre i Genovesi hanno mantenuto un fitto rapporto commerciale con il vicino Piemonte per l'acquisto (sin dal Medioevo) di pollame di tutti i tipi nonché di tacchini dopo la scoperta dell'America. Accanto al pollame, intenso il mercato della carne di vitello che a Genova è sempre stato preferito al manzo e alle altre carni rosse.

Nei confronti del coniglio, a Genova e nel suo hinterland, c'era una vera ostilità

Tuttavia, e qui entriamo nel nostro tema, **tra le carni bianche c'è sempre stato un grande assente: il coniglio.** Il problema non è legato al fatto che nessuno, nelle campagne, allevasse conigli, così come era saltuaria e inconsistente la presenza del pollame o di altri animali domestici, secondo quanto già illustrato poco sopra. La questione è del tutto differente. Nei confronti del coniglio, a Genova e nel suo hinterland, c'era una vera





e propria ostilità. **Non è chiaro come sia nato tale atteggiamento** e il sostanziale rifiuto di cui abbiamo prove già dai secoli XVII e XVIII e che poi è impleso nel XIX. Anche perché il coniglio non appare mai un animale sul quale si possano accumulare superstizioni o ipotesi di possibili collegamenti con sventure o malattie collettive. La realtà, che ancora oggi abbiamo in mano e che è persino grottesca se non tragicomica, è che i Genovesi diffidavano del coniglio, sia come potenziale acquisto presso un pollivendolo, sia come pietanza da consumare al ristorante o in trattoria. La diffidenza ha una motivazione precisa: a Genova, considerata appunto la scarsa presenza dell'animale, si è sempre temuto e sospettato che si trattasse di gatto, per la somiglianza dei corpi scorticati. Per la verità, tale preconcetto aveva un fondamento. Soprattutto nel XIX secolo, il tentativo di "truffa" a tutti i livelli era diffuso ed erano stati scoperti molti episodi con denunce, multe e chiusure di locali. Il fenomeno, bizzarramente, non si è arrestato nella prima metà del XX secolo, e ancora oggi,

anche se la mentalità è cambiata, il coniglio appare raramente nei menu.

Nell'estremo Ponente ligure il coniglio è un caposaldo della cucina

Per trovare sulle tavole il simpatico roditore, in Liguria, bisogna spostarsi verso l'area di Ponente **a partire dal Savonese, con una accentuazione nel territorio che va da Sanremo a Ventimiglia** e nella corona dei paesi che si arrampicano verso le Alpi in direzione del Piemonte, dove addirittura ogni località ha una sua specifica ricetta. Nell'estremo Ponente ligure, insomma, il coniglio è un caposaldo della cucina ed è **un trionfo per pranzi familiari e per i ristoranti più qualificati**. Si fa la gara tra chi lo cucina con maggior accuratezza. **Il top è il "coniglio alla sanremasca"** (*cuniu a-a sanremasca*) che è la vera nomenclatura che dovrebbe essere inserita nella lista delle vivande e non "coniglio alla ligure", definizione inesistente, frutto, come sovente accade, della genericità dei ristoratori, a volte voluta per attrarre i turisti.

La presenza del coniglio nell'area territoriale dell'estremo Ponente ligure è certamente un effetto dell'influenza più forte del Piemonte, dei suoi prodotti e anche dei suoi costumi a tavola, legati, però, alle condizioni omologhe del territorio e della coltivazione. L'entroterra di Imperia, Sanremo e Ventimiglia è decisamente più agricolo del Levante della regione, sia pure con situazioni "a isola", attorno ai centri abitati più popolosi. Si tratta di un'agricoltura che ha mercato, anche se di eccellenza. Di conseguenza c'è anche una maggiore presenza dell'allevamento animale, in particolare pollame e ovini. Ma c'è largo spazio anche per il coniglio,

che viene allevato con molta cura e attenzione. Per curiosità c'è chi, nell'entroterra, **suggerisce di aggiungere alla normale nutrizione** del roditore, per alcune settimane prima che sia cucinato, **foglie di alloro, di rosmarino e di salvia** in modo che sia già "aromatizzata" la sua carne dall'interno.

La ricetta classica punta sui profumi delle erbe aromatiche

Il classico "coniglio alla sanremasca" (che riprende un modello piemontese), oltre che sulla qualità della carne, punta su una cottura accompagnata da aglio, cipolla, erbe aromatiche e vino, possibilmente bianco (anche se ci sono scuole locali che vorrebbero un rosso non troppo pesante). Il coniglio, fatto a pezzi, deve rosolare, a fuoco basso, nell'olio extravergine di oliva, in un tegame non troppo alto, con cipolla e aglio tritati e un rametto di timo. A metà cottura, si aggiungono due bicchieri di vino bianco (suggerito il Vermentino di Ponente) e si alza la fiamma. Evaporato il vino, si abbassa la fiamma e si copre il tegame. Se c'è il rischio che il coniglio si attacchi, aggiungere ancora un po' di vino rimestando con il cucchiaino di legno. Nel caso estremo, aggiungere un po' di brodo di carne, ma non sempre è necessario.

Il celebre ristoratore **Ferrer Manuelli** faceva invece buttare fuori l'acqua al coniglio insieme alla cipolla e all'aglio che poi eliminava. Quindi lo deponeva quasi cotto su un battuto di lardo tritato, rosmarino, aglio, timo e origano insieme a mezzo bicchiere d'olio e un bicchiere di vino bianco.

In molte ricette compaiono, al termine della cottura, le olive nere meglio se denocciolate.





Il carciofo violetto di Sant'Erasmo

di Roberto Robazza

Delegato di Treviso

*Uno e... plurimo,
perché una volta
tagliato il primo "fiore",
si svilupperanno
altri germogli edibili.*

L'isola di Sant'Erasmo è da sempre considerata l'orto di Venezia. I suoi terreni sono fortemente salini e di una tessitura che ben consente lo sviluppo radicale delle piante, per cui la produzione orticola risulta storicamente abbondante e particolarmente saporita. Di qui il rango di fornitrice privilegiata assunto dall'isola nei confronti della Serenissima.

Il prodotto più significativo è il "carciofo violetto" detto, appunto, di Sant'Erasmo. Particolarmente importante perché il carciofo, di provenienza tipicamente mediterranea, trova nella laguna veneziana l'ultima opportunità produttiva nel Nord-

est italiano. Opportunità ben sfruttata dalla Repubblica Veneta tanto che la sua presenza qui è documentata sin dal 1500 e confermata dagli atti catastali austriaci di inizio Ottocento.

*Le caratteristiche particolari
sono dovute al microclima e
alla natura del terreno dell'isola*

La varietà coltivata nella gronda lagunare veneziana è del violetto livornese, ma presenta caratteristiche particolari dovute al microclima e alla natura del terreno



dell'isola **oltreché alle modalità di coltivazione**, tanto particolari che **nel 2001 è stato riconosciuto dalla Comunità europea il miglior carciofo del Nord Italia** e per le quali è recentemente entrato nel novero dei "Presidi Slow Food".

La descrizione è piuttosto semplice: **intenso colore violetto, di piccola pezzatura**, forma a tronco di cono e foglie (brattee) ben serrate che finiscono con una piccola spina. La coltivazione è decisamente interessante e interamente manuale. Il carciofo è pianta perenne, che a luglio, dopo aver prodotto gli ultimi "fiori" (*fondi*), si secca e viene tagliata 1 o 2 centimetri sotto il livello del suolo. Ciò che rimane è un piccolo ceppo (*socca*) che con le piogge di agosto germoglia. Da ogni *socca* spuntano da 4 a 12 germogli chiamati "cardi", uno solo dei quali è mantenuto e darà origine alla pianta destinata alla produzione dei carciofi. Dei restanti "cardi", quelli con apparato radicale più rigoglioso vengono trapianati per originare una nuova pianta di carciofi, oppure sono mantenuti attaccati alla *socca*, incartati, lasciati "imbianchire" e colti, per essere venduti, senza che arrivino a produrre altri carciofi. Quelli "meno dotati" sono distrutti.

A fine aprile inizia la stagione del carciofo edibile e il violetto si moltiplica

Nel periodo invernale, le piante devono essere protette dalla bora per cui, a Sud, si lascia il cuore della pianta esposto, men-



tre nel versante Nord-nord-est, vengono eretti a difesa piccoli cumuli di terra (*motte*), di qui il nome della strada principale dell'isola: *Via delle motte*.

A fine aprile inizia la stagione del carciofo (*articioco*) quale prodotto edibile che termina a fine maggio, primi di giugno. **Allora il "violetto" si moltiplica.** Si inizia con la "*castraura*" che è il primo "*fiore*" prodotto dalla pianta nella sua parte apicale: esso viene tagliato (*castrà*) per consentire alla stessa di rinforzarsi e di **portare a maturazione altri germogli** (da 15 a 20 per pianta). I primi sono chiamati *botoi* al posto dei quali, una volta recisi, germoglieranno i *sotobotoi*. **La castraura è rara, una per pianta, ed è particolarmente gustosa**, di sapore più amaro-gnolo rispetto a *botoi* e *sotobotoi*. La pianta è però generosa e, finiti *castraura*, *botoi* e *sotobotoi*, fa germogliare, nella parte inferiore, direttamente dalla base, appena sopra la terra, **le massette, cioè i nuovi gambi di 30/40 centimetri che terminano con un frutto più piccolo**, di gradevole sapore erbaceo, venduti a "mazzi", da cui il nome.

Tuttavia, non è ancora finita, perché se la qualità del carciofo, in pianta, non soddisfa completamente il produttore, esso **viene lasciato maturare più a lungo** per essere colto poco prima che fiorisca: mondato dal gambo, dalle foglie più esterne e dalla parte più interna "lanosa", diventa un *fondo*, ottimo anch'esso ancorché un po' più dolce dei normali *articiocchi*.

L'utilizzo in cucina

L'utilizzo in cucina del "violetto" è molto ampio: **affettato crudo**, condito con olio, limone e accompagnato da scaglie di grana padano o da gamberetti di laguna lessati, o semplicemente **saltato in padella** con aglio e prezzemolo; **fritto; in zuppa; quale condimento per la pasta o in frittata** e in numerosi altri modi secondo fantasia.

L'isola di Sant'Erasmo è così orgogliosa del suo "violetto" che qui i bimbi non nascono, come dappertutto, sotto un cavolo, ma sotto una carciofoia.

Va detto, a onor del vero, che il carciofo violetto di Sant'Erasmo viene coltivato con gli stessi risultati organolettici in altre aree della laguna quali: Le Vignole, Malamocco, Lio Piccolo e Mazzorbo; non potrebbe essere altrimenti visto che microclima e natura del terreno sono identici. Con l'aumento della richiesta, **sono comparse anche le "imitazioni"** per cui una quindicina di produttori ha recentemente **costituito il "Consorzio Carciofo Violetto di Sant'Erasmo"** contraddistinto da un marchio inconfondibile **al fine di proteggerlo** e garantire il consumatore.





“E vanno pel tratturo antico al piano...”

di Giovanni Maria D’Amario

Delegato di Sulmona

*Cibo e storia
della transumanza,
una via di scambio
di sapori e di saperi.*

L 11 dicembre del 2019, il Comitato del Patrimonio Mondiale dell’Unesco ha proclamato **la transumanza Patrimonio culturale immateriale dell’Umanità**. Il giusto riconoscimento a un’antica tradizione che nei secoli ha segnato la storia, l’aspetto delle genti e delle terre abruzzesi, una via di scambio di sapori e di saperi.

La parola deriva dal verbo transumare, ossia transitare sul suolo, ed è costituito con l’accostamento del prefisso latino *trans*, che vuol dire “al di là”, e della parola latina *humus* “terreno”. Per descrivere le fasi in cui si compongono gli spostamenti che danno luogo alla

transumanza si usano i termini *monticazione* e *demonticazione*.

Con monticazione si indica la fase iniziale della transumanza, che si compie nel periodo primaverile, quando avviene il trasferimento degli armenti e dei pastori dalle zone di pianura ai pascoli di alta quota. **La demonticazione** si riferisce al momento in cui animali e pastori tornano in pianura, in autunno. A seconda poi delle condizioni ambientali ed economiche, la transumanza può essere *orizzontale*, tipica delle zone del Mediterraneo, e *verticale* o *alpina* in quanto si effettua lungo tutto l’arco alpino a quote e dislivelli importanti.



Oltre che in Europa meridionale e buona parte del bacino del Mediterraneo, la transumanza era praticata regolarmente in Spagna, Francia, Svizzera, Germania, Carpazi, Balcani e Italia.

Le sue origini sono antichissime

Le sue origini sono antichissime: una vera e propria transumanza, condotta regolarmente **dall'Abruzzo alla Puglia e viceversa, è documentata a partire da 2.500 anni fa** (V secolo a.C.), allorché le popolazioni Italiane avviaron questa imponente attività, traendone grande profitto sia in termini di alimentazione sia di commercio, attraverso le enormi quantità di latticini, carni e lana ricavati. **Se ne deve all'Impero Romano l'organizzazione vera e propria**, incardinata sull'uso libero e garantito delle grandi vie pubbliche armentizie, le *calles publicae*, denominate per la prima volta *tractoria*, da cui è derivato l'italiano "tratturo". Lo stesso Tavoliere delle Puglie deve il suo nome alle *Tabulae censuariae*, l'antico catasto delle terre demaniali, ideato dai Romani per regolamentare l'uso del territorio di proprietà dello Stato.

In Italia questa antica usanza prese le mosse principalmente a partire dall'Appennino Abruzzese, volgendo sia verso la Maremma toscana e laziale (i resti di un antico tratturo si trovano nei pressi di un guado del Tevere, tra Fiano Romano e Passo Corese, a Nord di Roma) sia, soprattutto, verso il Tavoliere delle Puglie e consisteva nel trasportare ("transumare", appunto) gli animali dai monti abruzzesi e molisani, ai ricchi pascoli della Maremma e del Tavoliere.

Nel Meridione, l'importanza economica era tale da essere gestita da due specifiche istituzioni del Regno di Napoli: la Regia Dogana della mena delle pecore, con sede a Lucera e poi a Foggia, e la *Doganella d'Abruzzo*.

Dopo il 1447, divenne la principale fonte economica per molti paesi abruzzesi e tale rimase fino al 1800 con il coinvolgimento di **5 milioni di ovini e trentamila pastori che ogni anno percorrevano**

PECORA AL COTTURO

Ingredienti: pezzi di pecora con l'osso, patate, nipotina (menta pazza), carota, aglio, basilico, alloro, cipolla, origano, prezzemolo, salvia, peperoncino.

Preparazione: far bollire la carne di pecora fino a metà cottura, avendo cura di togliere, con un mestolo forato, il grasso che man mano viene a galla. Scolare,



disossare e tagliare a tocchetti la carne e togliere il grasso residuo. Dopo averla lavata, metterla di nuovo a bollire in acqua pulita insieme a olio, patate tagliate a tocchetti, sale e il trito di erbe aromatiche, per alcune ore, fino a quando la carne "non si scioglie in bocca". Servire a piacere con una fetta di pane bruschettato.

i tratturi, sentieri molto larghi, provvisti di luoghi di sosta noti come *riposi* o *stazioni di posta*.

La transumanza ha influenzato la gastronomia

La transumanza e il dedalo di tratturi non hanno mancato di influenzare in maniera epocale la gastronomia. Se è vero che dalle pecore si ricavano **quantità enormi di latte, formaggi e carne**, è altrettanto vero che tutto questo ben di Dio era **appannaggio esclusivo dei proprietari delle greggi e non dei pastori** che ne governavano il pascolo. Costoro, per la dura fatica, oltre alla misera paga, avevano diritto a un quantitativo definito di pane, olio e sale. Tutto il resto che poteva essere mangiato era conseguenza del caso e della fantasia. Una simile concentrazione di fattori ha fatto sì che **la cucina della transumanza sia stata povera, di risulta**, di furbizia e di sotterfugi che hanno dato luogo a **sobri pancotti e parsimoniose acquecotte**. Da casa i pastori portavano olio (conservato in un corno di bue), legumi, farina, cacio marcatto e la *micischia*, tipico prodotto del mondo pastorale e della transumanza ottenuto con un metodo antico per la lunga conservazione della carne. Il duplice scopo di ciò era **un agevole trasporto della carne stessa**, ed essere nutrimento del pastore transumante. La *micischia* consisteva **nell'essicare, al sole o davanti al camino, una pecora** dopo averla spellata, disossata, salata e aromatizzata con

erbe spontanee e posta sull'*arciclocco*, un lungo palo piantato nei pressi dell'umile ricovero del pastore, munito di uncini naturali, ottenuto tagliando i rami laterali a una distanza di qualche centimetro. La carne così essiccata era tagliata a strisce, pronta per essere consumata.

I piatti storici dei pastori transumanti

Altri piatti storici dei pastori transumanti sono **l'acquasale e il pancotto o pap-pone**. Nel primo caso, l'acquasale, si tratta di una pietanza antichissima consistente in un tozzo di pane secco, raffermo, posto in una ciotola di coccio, ammolato in acqua salata e arricchito con pezzi di cipolla cruda ed erbe di montagna (orapi, cicorietta, cardo). Nel caso, invece, del pancotto, si lessavano le patate a cubetti e, una volta cotte, nella stessa acqua si cuocevano verdure varie di montagna, erbe aromatiche e, infine, si aggiungeva il pane già tagliato a grandi cubi e il soffritto di odori e pancetta. Per finire, **la pecora al cotturo (caldaio di rame)**. I pezzi di carne, fatti depurare dal sangue, erano cotti a lungo, in due tempi, in un recipiente di rame stagnato. Nella prima fase, il grasso che saliva in superficie veniva tolto tramite un mestolo forato. Successivamente, si cambiava l'acqua della prima bollitura e si ribolliva in nuova acqua con la dadolata delle erbe aromatiche lasciando cuocere per 6 ore: era servita in una ciotola su fette di pane.



Alla ricerca del sapore perduto: *la frascàtula ennese*

di Loredana Trovato

Accademica di Enna

*Una sorta di polenta
dal nome alquanto
suggestivo.*

Nell'immaginario comune, la Sicilia è mare, sole, piatti a base di pesce, arancini e cannoli. La Sicilia è il barocco della Val di Noto, il circuito arabo-bizantino-normanno di Palermo, Monreale e Cefalù, i templi greci di Agrigento. Tuttavia, esiste un'altra Sicilia, **una Sicilia meno conosciuta** ma non per questo meno interessante: quella **dell'entroterra e, in particolare, Enna** e la sua provincia. In un passato lontano, questo territorio fu cantato dai poeti e magnificato dai sovrani per la ricchezza e l'abbondanza delle sue messi. **Conosciuto come il "granaio dell'Impero Romano"**, non produceva però soltanto grano. Addentrandosi per i campi, tra narcisi, margherite e *sucameli* (*l'oxalis acetosella* commestibile e dissetante) non era infatti difficile - e non lo è anco-

ra ai nostri giorni - trovare una grande varietà di prodotti stagionali, come leguminose, verdure spontanee di ogni tipo e ortaggi.

Così, da epoche antiche, si tramandano ricette gustose, nate dalla capacità di combinare sapientemente ciò che la natura offre in ogni tempo dell'anno. Tra queste, ce ne è una che nessun amante di tradizioni culinarie si aspetterebbe di trovare nell'isola di Trinacria. Si tratta di una sorta di polenta dal nome alquanto suggestivo, *frascàtula*, **oggi quasi del tutto scomparsa dalle tavole degli ennesi, forse in ragione della memoria della "fame"** che questa pietanza evocava. Ciò non stupisce se si pensa che, in tutte le storie alimentari dei popoli europei, tali tipologie di farinate sono connotate come **cibi poveri**, tipiche dell'alimentazione dei contadini, e dunque poco significative o interessanti.

*L'origine del termine
sarebbe francese*

In merito all'origine del termine, alcuni studiosi concordano sulla matrice francese, **da *flasque* (molle, flaccido), per indicare una vivanda quasi liquida**, una sorta di pappolata, anche se, in verità, può presentare consistenza e impieghi diversi: basti pensare, per esempio, che, **lasciata raffreddare, può essere tagliata a tocchetti e fritta** come una panella palermitana.

A Enna, dove la **si conosce anche con il nome di *paniccia*** e dove, anticamente, veniva realizzata con la farina del grano di Timilia o di cicerchia, **la ricetta**



Enna, panorama della città



più diffusa prevede l'utilizzo della **farina di grano duro**, mescolata e **fatta cuocere nel brodo di lessatura della sminuzzatura** o **smurzzatura** (termini usati in questa parte della Sicilia per definire i **broccoletti**).

Il brodo, però, può essere preparato con ortaggi diversi, specialmente cime di rapa e cavolfiori, o verdure miste spontanee come finocchietto, cavolicelli, borragine, bietole e cicoria, sulla base di quello che offrono, sul momento, il campo e l'orto. Per rendere il tutto più gustoso, **è possibile aggiungere tocchetti soffritti di lardo di maiale**, pancetta o salsiccia, arricchimento che un tempo avveniva in genere solo per le feste.

Numerose le varianti nel territorio

Numerose sono le varianti che si trovano lungo tutto il territorio della provincia: abbiamo infatti la **frascàtula di Sperlinga**, arricchita con pecorino, o **quella di Leonforte**, preparata con la farina della famosa "fava larga" prodotta proprio in questa cittadina. A esse, si aggiungono la **piciòta o picciotta di Nicosia**, con farina di cereali e legumi misti, e la **piciòcia di Troina**, a base di farina di ceci, piselli, cicerchie (*rrumanedda* nel dialetto locale) e cardi, che può essere annoverata ancora ai nostri giorni come uno dei piatti bandiera di questa piccola comunità. Qui, curiosamente, il termine *frascàtula* si trova al maschile plurale, *frascàtuli*, per de-

signare sempre una farinata a base di grano duro, ma mescolata nel latte.

A testimoniare la diffusione capillare, in passato, del piatto, non soltanto nell'Ennese ma in tutta la Sicilia, è anche l'esistenza di **numeroso espressioni e modi di dire dialettali** attestati dal *Vocabolario siciliano* di **Giorgio Piccitto** e **Giovanni Tropea** (1985), quali "*èssiri na frascàtula*" che, nell'Agrigentino, serve a indicare una ragazza civettuola o un uomo di poco senno, mentre nell'Ennese indica una persona che fa tutto frettolosamente. Nel Catanese, è presente l'espressione "*fari comu na frascàtula*" per indicare un bambino irrequieto, dall'argento vivo addosso.

Degni di nota anche i termini *frascatularu* e *frascatulara*, usati sia come sostan-

tivo sia come aggettivo. Il primo indica un uomo frettoloso che, pur affaccendandosi molto, ottiene scarsi risultati, ma anche un imbroglione e un ficcanaso, mentre il secondo si attribuisce a una donna frivola, pettegola e sguaiata, sempre pronta a far polemica e a litigare, che non esita a mettere in piazza i fatti propri e altrui.

Facile notare come le connotazioni siano tutte negative e corrispondano alla pessima nomea attribuita al piatto, determinando quasi la sua cancellazione dai libri di cucina tipica dell'isola. Motivo per cui **si cerca oggi di dargli nuova vita, riscoprendo i sapori autentici** della tradizione locale per valorizzarli e renderli un patrimonio unico dell'antica civiltà contadina ennese.





Sa coccoi prena

di Irene Boero

Accademica dell'Ogliastro

Una focaccia di grande effetto, sia per la vista sia per il palato.

L'Ogliastro è un vasto e poco popolato territorio situato nella Sardegna Centro-orientale, **definita isola nell'isola** in quanto zona geografica aspra e selvaggia, preservata nel tempo grazie all'isolamento e all'indole dei suoi abitanti. È un anfiteatro naturale, racchiusa su tre lati da una cerchia di montagne che degradano verso il mare. Questo territorio rappresenta un vero e proprio paradiso per il suo immenso patrimonio immateriale, in cui sono state

preservate le tradizioni ancestrali e gli antichi saperi su cui si fonda l'identità culturale delle sue genti. In tale contesto, **anche le pietanze diventano una vera e propria forma di cultura**, non solo per il prodotto in quanto espressione di una fitta rete di valori ambientali, sensoriali, salutisti, etici, economici, sociali, storici, artistici, ma anche per la comunità, per lo più agropastorale, che lo ha creato, salvato e trasmesso.

L'Ogliastro rientra nell'elenco mondiale delle cosiddette **"Blue Zone"**, termine che identifica **le aree geografiche dove l'aspettativa di vita è più lunga della media**. L'elevato numero di **centenari** dei paesi montani non è attribuibile unicamente a fattori genetici ma anche a **uno stile di vita sano, contraddistinto da**

ritmi lenti con poco stress, coesione e inclusione sociale, rapporti familiari stabili, attività fisica adeguata, pochissimo inquinamento, costante contatto con la natura, alimentazione corretta e sana, non una ricetta banale ma una risorsa da riscoprire!

Selvaggia e arcaica, la cucina ogliastrina ha conservato usanze autoctone

"L'uomo è ciò che mangia" scrisse **Ludwig Feuerbach** e non è difficile intuire che **nelle trame del cibo e nell'evoluzione del gusto si legge la storia di una civiltà**: non c'è alimento o tradizione gastro-



nomica che non affondi le radici nelle pieghe del vissuto. Alimenti, vini, ricette, sono la memoria del tempo.

Selvaggia e arcaica, la cucina ogliastrina ha conservato usanze autoctone con **materie prime locali prodotte in territori ancora incontaminati e con metodiche tradizionali**, che affascina per la **ricchezza di profumi e sapori** antichi e genuini. **Sa coccoi prena** è uno di quei piatti caratteristici di tale cucina, in particolare di Jerzu e dei comuni della valle del Pardu. Si tratta di una particolare **focaccia ripiena**, che anticamente sostentava i pastori nelle lunghe e solitarie giornate di lavoro. La pietanza riesce perfettamente a **coniugare le patate e il formaggio** in una sorta di **alimento completo** in grado di soddisfare i bisogni fisiologici per un'intera giornata: nei tempi odierni potremmo definirla un ideale *finger food*.

Semplicità degli ingredienti e forme elaborate

Le sue origini si perdono nella nebbia dei tempi e, come tante altre, la ricetta è caratterizzata dalla semplicità degli ingredienti e nel contempo da forme elaborate, i cui pochi prodotti di base, con la lavorazione, danno risultati straordinari. *Sa coccoi prena* si presenta con **una parte esterna croccante e dorata, mentre il contenuto è soffice e chiaro. Può assumere diverse forme e dimensioni** a seconda delle località e spesso ogni famiglia ha la propria variante, dettata da gusti personali e dalla disponibilità degli ingredienti. Una delle forme più caratteristiche è senza dubbio **quella che ricorda il sole**, ma possiamo trovarla **anche a forma di stella**, con diverse spighette laterali, oppure come una torta. È ottenuta da una sfoglia di semola di grano duro e lievito, che racchiude un profumato impasto di patate, olio extravergine d'oliva, pecorino oppure *casu 'e fitta* (o *casu 'e murgia*: a seconda delle zone assume un nome diverso), aglio e menta. **In passato era tradizione consolidata realizzarla il giorno in cui si faceva il pane**, *civargiu*, perché si utilizzava per la

SA COCCOI PRENA

Ingredienti: per la pasta: 250 g di farina 00, 350 g di semola di grano duro, 400 g di acqua, 12 g di lievito di birra, 15 g di sale. Per il ripieno: 1,5 kg di patate, 100 g di "casu 'e fitta" o "casu 'e murgia" (un particolare tipo di formaggio fresco ovino o caprino conservato in salamoia) oppure formaggio di capra, o anche pecorino stagionato, 1 mazzetto di menta fresca (o 1 cucchiaino di menta secca), 2 spicchi di aglio, 1 bicchiere di olio extravergine d'oliva.



Preparazione: per realizzare l'impasto per la sfoglia, sciogliere il lievito di birra in un bicchiere d'acqua tiepida; porre in una ciotola la farina, la semola di grano duro, il sale e una punta di zucchero. Unire il lievito sciolto in acqua, poco alla volta, e lavorare gli ingredienti con le mani fino a ottenere un impasto liscio ed elastico, che si mette a lievitare (agedai), coperto da un panno e a tempera-

tura ambiente, per circa 2 ore. Nel frattempo, si prepara il ripieno. Lavare accuratamente le patate, senza eliminare la buccia, e lessarle in abbondante acqua salata. Quando sono cotte, scolarle, sbucciarle e schiacciarle. Tritare finemente lo spicchio d'aglio e la menta, unirvi le patate e il formaggio, e mescolare il tutto per amalgamare bene gli ingredienti, ottenendo una purea compatta e morbida. Stendere l'impasto in una sfoglia sottile, e ricavarne alcuni dischi di circa 10 cm di diametro e 5 mm di altezza. Porre al centro di ciascun dischetto una cucchiainata di ripieno; tenendo sul palmo della mano sinistra il disco di pasta, usare il pollice sinistro fisso nel centro del ripieno, quindi, con le dita della mano destra, pizzicare la parte superiore della pasta, così da formare 5 raggi. Preriscaldare il forno a 180° e far cuocere la focaccia ripiena per circa 30 minuti, fino a quando la superficie non si è gonfiata e il fondo non è dorato.

sfoglia lo stesso impasto, mentre il ripieno sembra preso in prestito da un altro tipico piatto della cucina ogliastrina: i *culurgiones*.

Quando si panificava e si produceva *sa coccoi prena*, **compito riservato quasi esclusivamente alle donne**, la *mater familias* coinvolgeva la famiglia, sempre al femminile, oltre alle amiche, ognuna con le proprie mansioni e distinte capacità, che eseguivano al meglio, e in modo indipendente, il compito assegnato così che il lavoro era organizzato come una catena di attività coordinate tra loro: quella che oggi definiremmo una vera e propria **brigata di cucina**.

La cottura tradizionale era nel forno a legna, su una foglia di cavolo o di vite

Una caratteristica della cottura tradizionale con forno a legna è quella di infornare *sa coccoi prena* poggiata sopra una foglia di cavolo o di vite. **Dopo la cottura**

si lascia raffreddare in ampi cesti detti *palini* (di forma piatta, realizzati per lo più in asfodelo) per poi **consumarla tiepida o fredda anche dopo qualche giorno** perché non perde il gusto e la morbidezza. L'aspetto finale è quello di **una focaccia di grande effetto**, sia per la vista sia per il palato, con un ripieno morbido, racchiuso da una pasta croccante e fragrante aperta solo nella parte superiore. **Il sapore** di questa pietanza monoporzione, decisamente **prelibato e armonioso**, che sa di antico e di famiglia, è quello ricco e intenso del latte crudo che regala in bocca una sensazione avvolgente, mentre l'abbinamento con la patata, dolce e setoso, riporta equilibrio nel palato; infine, la menta dona una piacevole nota di freschezza.

Queste focacce ripiene sono **ideali per qualunque aperitivo**, apericena, buffet e party oppure per sfiziosi antipasti, ma anche per golosi *break* durante la giornata. Dal punto di vista nutrizionale, apportano un valore energetico non troppo elevato ma bilanciato: la porzione media equivale a circa 140 kcal.



I ricci di mare

di Giancarlo Burri

Accademico di Padova

Una vera eccellenza dal gusto pieno e delicato.

Secundo un'antica tradizione marinara, i mesi con la "r" sono i migliori per gustare il delicato e allettante *Paracentrotus lividus* Lum. Definito comunemente, ma impropriamente, "riccio femmina" (con il nome di "riccio maschio" o riccio nero, popolarmente è indicata un'altra specie, l'*Arbacia lixula* L., che non è commestibile), ha il corpo formato da un dermascheletro globoso violaceo, di forma convessa nella parte

dorsale e appiattita nella parte ventrale, coperto da aculei robusti.

La prelibata parte edibile dell'animale **è costituita dall'apparato riproduttore**: 5 grandi gonadi di colore aranciato più o meno intenso, **dal sapore unico e intenso di mare, tra il dolce e il salato**, più delicato di quello delle ostriche.

Un frutto di mare apprezzato fin dall'antichità

Testimonianze dell'apprezzamento per questo singolare frutto di mare si possono trovare già a partire dalla Grecia classica, con **Ippocrate** (*De Alimento*, IV se-

colo a.C.) che asserisce: "Alcuni mangiano i ricci di mare sia nel vino mielato, sia nella salsa di pesce, prima di pranzo, per purgare il ventre". Dal poeta **Nicostrato** (*Il cuoco*, IV secolo a.C.) l'annotazione: "Il primo vassoio che introduce alla cena comprenderà un riccio di mare, un po' di pesce affumicato, capperi, una focaccia al vino, una fetta di pane e un lampacione in salsa acida".

Nelle *Satire* (*Libro II, Satira VIII*) di **Orazio** (I secolo a.C.), viene descritta la dovizia e la raffinatezza del cibo in un banchetto curato minuziosamente dal ricco **Nasidieno**, e tra le varie portate anche una murena, cotta con un saporito intingolo a base di olio, vino, pepe e aceto, alla quale: "Curtillo vi aggiunge anche i ricci,



ma non lavati, perché la schiuma che sprigionano i frutti di mare è meglio della salamoia”.

I Romani apprezzavano molto i ricci di mare (che, per altro, ritenevano dotati di potere afrodisiaco), e nell’VIII capitolo del IX libro del *De re coquinaria*, interamente dedicato alla preparazione dei prodotti del mare, il sommo **Apicio** riserva ben 5 ricette per i ricci, tra cui: “Prendi una pentola e fai bollire un po’ di olio, garum, vino dolce, pepe in polvere. Quando ha bollito, versa su ciascun riccio questa salsa. Mescola e fai bollire per tre volte e, a cottura ultimata, condisci col pepe e servi”, o, in altro modo: “Metti i ricci in acqua calda, cuocili, levali e accomodali in una casseruola, aggiungi una foglia di nardo, pepe, miele, garum, poco olio, alcune uova e così lega il tutto. Li cuocerai sulla brace, li cospargerai di pepe e li servirai”. Nel Rinascimento, **Bartolomeo Scappi** (*Opera*, 1570) così lo allestisce: “Il riccio marittimo è animaletto di statura ritondo. ... Si cuoce tale animaletto quando è netto su la graticola ponendoli un poco d’oglio, e pepe nel buco, e cotto che sarà servasi caldo... Si può anco empire di varie composizioni dapoi che sarà ben netto come di sopra, facendosi poi cuocere su la graticola sotteflato a beneplacito...”.

Alcune geniali ed esaltanti ricette “stellate”

A fare degna cornice a un primo piatto semplice, molto popolare soprattutto in Puglia, Sicilia e Sardegna, i rinomati **spaghetti ai ricci** (conditi con le gonadi dei ricci aggiunte a olio caldo insaporito con aglio, guarnendo con prezzemolo), non mancano alcune geniali ed esaltanti ricette “stellate”.

Combinando estro e tradizione meridionale, lo chef **Antonino Cannavacciuolo**, a “Villa Crespi” di Orta San Giulio, ne presenta una sua **rivisitazione: Spaghetti allo zafferano, ricci di mare e quinoa croccante** (spaghetti spadellati con salsa allo zafferano, mantecando con olio, sale, pepe e gocce di colatura di alici, serviti



con quinoa fritta e polpa di ricci di mare, completando con scorza di limone grattugiata). Della chef **Cristina Bowerman**, del ristorante “Glass Hostaria” di Roma, gli **Gnocchetti di patate, bagna cauda all’aglio nero, pane croccante, ricci di mare e tartufo**.

Lo chef **Luigi Taglienti**, del ristorante “Lume” di Milano, propone invece il suo **Bianco e nero di seppia** (su una riduzione di agrumi e uno strato di panna cotta ai ricci di mare, sono sovrapposti un disco di pasta sfoglia di seppia bianca e uno, più piccolo, di seppia nera, ornati con uno spaghetti di pasta fritto).

Ha fatto letteralmente innamorare chi l’ha assaggiata, la **Zuppa tiepida di ricotta di fuscella con triglie e ricci di mare**, creazione dello chef **Gennaro Esposito**

del ristorante “La Torre del Saracino” di Vico Equense (una zuppa di ricotta, servita in fondina, con al centro filetti di triglia scottati in padella e guarnita con verdure a piacere, un filo di olio extravergine e polpa di ricci di mare).

A fronte di tante squisite realizzazioni, è opportuno però ricordare che in molte zone italiane esso è spesso sottoposto a prelievi indiscriminati, e per questo motivo **la sua raccolta è regolamentata da un apposito Decreto Ministeriale** che ne disciplina i tempi e le modalità sia per la pesca professionale sia sportiva. Proprio per la tutela della specie, **la Regione Sardegna ha stabilito il divieto** di prelievo, raccolta, detenzione, trasporto, sbarco e commercializzazione degli esemplari di riccio di mare, fino al **30 aprile 2024!**





Olio extravergine di oliva: *un grasso buono*

di Matteo Pillitteri

Accademico di Sciacca

*Altamente digeribile,
agevola le funzioni
gastrica ed epatica,
regolando quella
intestinale.*

Gli effetti benefici dell'olio d'oliva vennero evidenziati per la prima volta più di 25 anni fa, quando le analisi del *Seven Countries Study* (Keys A. et al, Am J Epidemiol, 1986) condotte su

11.579 uomini di età tra 40 e 59 anni, seguiti per 15 anni, dimostrarono che la Dieta Mediterranea era associata a minor mortalità e che tale effetto era verosimilmente dovuto al consumo di olio d'oliva. L'olio extravergine è un alimento sano e genuino, altamente digeribile che agevola la funzione gastrica ed epatica, regolando quella intestinale. Riduce la secrezione di acido gastrico prevenendo l'ulcera duodenale.

Uno o due cucchiaini al mattino, a digiuno, possono migliorare la stitichezza cronica semplice; esso contribuisce al miglioramento del tono e dell'attività

della cistifellea. **Ha altresì una funzione protettiva e preventiva nei confronti di diverse patologie.**

Riduce i rischi d'infarto, ipertensione e altre malattie aterosclerotiche, poiché **mantiene bassi i livelli di colesterolo cattivo (LDL)** e protegge con i suoi acidi grassi monoinsaturi i livelli di colesterolo buono (HDL), indispensabile per la pulizia delle arterie. Influisce positivamente sul diabete migliorando il profilo glucidico nel sangue, controllando il metabolismo lipidico e limitando la formazione di sostanze nocive. Importantissimo il ruolo nei confronti delle patologie tumorali.

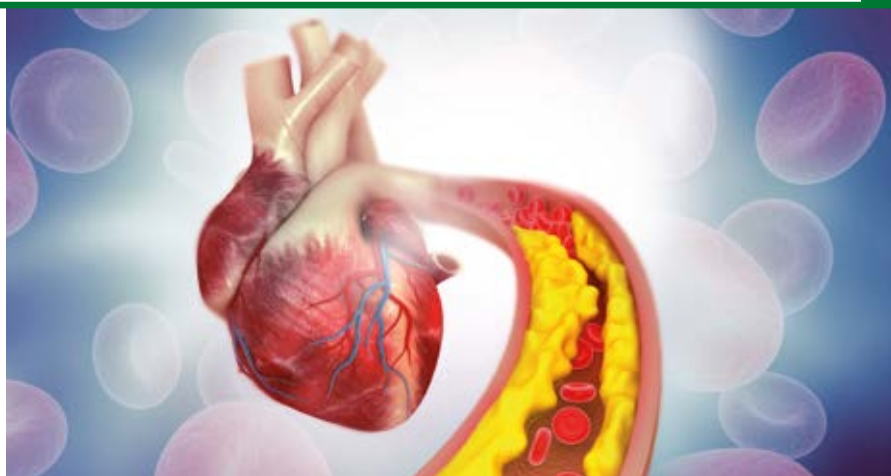


L'unico olio in grado di arginare fenomeni ossidanti e di limitare l'invecchiamento cellulare

L'olio extravergine d'oliva si impone per **le sue eccezionali caratteristiche di resistenza al calore**, che ne fanno l'unico olio in grado di arginare fenomeni ossidanti e di limitare l'invecchiamento cellulare. Contrariamente agli altri oli, estratti da semi e ricchi di grassi polinsaturi e, a differenza del burro, ricco di grassi saturi (facilmente degradabili dal calore e mal tollerati da tutti gli organi del processo digestivo) l'olio di oliva **è il solo capace di ridurre l'impatto di condimenti a caldo, svolgendo contemporaneamente un'azione di "pulizia" del sangue**. Da una parte, l'acido oleico, di tipo monoinsaturo, impedisce l'assorbimento intestinale dell'alimento, diminuendo l'incidenza del colesterolo totale e dei trigliceridi, dall'altra, contribuisce allo smaltimento del colesterolo LDL, responsabile dei problemi ischemici e ipertensivi. Inoltre, **rendendo più fluido il sangue**, abbassa i rischi di trombi e coaguli, assumendo una funzione a metà strada tra l'alimento e il medicinale. I piatti conditi con l'olio extravergine d'oliva, oltre a favorire gli stimoli secretori e a garantire una migliore digeribilità, presentano un'eccellente tolleranza gastrica e intestinale. Esso contiene importanti elementi (acido oleico, polifenoli e vitamine) in grado di **influenzare positivamente vari processi metabolici dell'organismo**, ed è considerato ormai da tutti i massimi esperti come **alimento nutraceutico**, cioè che possiede proprietà in grado di regolare i meccanismi che apportano un beneficio alla salute. La composizione dell'olio extravergine ha **un effetto protettivo sulle arterie, sullo stomaco e sul fegato**.

Aiuta il tessuto cellulare nell'assimilazione di sostanze indispensabili alla crescita

La ricchezza di grassi insaturi assicura **uno sviluppo più equilibrato nei bambini**



aiutando il tessuto cellulare nell'assimilazione di sostanze indispensabili alla crescita. **Il classico filo d'olio nella pappa del bambino** è il condimento più sano e gradito. Anche **per i ragazzi** è importante una dieta ricca di olio extravergine d'oliva, in quanto un organismo in crescita ha bisogno di **un supplemento nell'apporto quotidiano di energie e calorie**. Come già accennato, l'olio extravergine facilita l'attività epatica e regola quella intestinale. Il suo consumo **riduce i rischi di ulcere gastriche e duodenali**, esercita **un'azione lassativa**, più efficace a digiuno; inoltre, ha un effetto protettivo contro la formazione di calcoli biliari. Tale alimento non è meno digeribile degli altri oli, come taluni vogliono far credere al consumatore disinformato. Al contrario, è stato dimostrato scientificamente che è l'unico digeribile al 100%, contro l'85% dell'olio di semi di girasole, l'81% di quello di arachidi e il 36% dell'olio di semi di mais. Rispetto ad altri grassi, in particolare di origine animale, è quello che si digerisce meglio.

Una recente scoperta

Il sapore pungente che si avverte in gola gustando un buon piatto condito con olio extravergine di oliva, **rappresenta un "pizzico" di salute in più**; infatti, questa sensazione dipende da **una sostanza antinfiammatoria**, scoperta da poco tempo, e chiamata **oleocantale** (presente anche nella sansa). Essa ha caratteristiche simili ai farmaci antinfiammatori non steroidei e quindi con azione paragonabile all'ibuprofene. La scoperta dell'oleocantale avvenne per caso nel corso di un *meeting* di gastronomia molecolare in Sicilia. Qui lo scienziato **Gary Beauchamp**, gustando i piatti conditi con **olio extravergine novello**, riconobbe in quel sapore pungente la stessa sensazione provata nell'assaggiare l'ibuprofene. È plausibile che un consumo regolare di olio d'oliva faccia bene alla salute proprio perché ci espone costantemente agli effetti antinfiammatori dell'oleocantale.





Brodi e brodaglie

di **Elisabetta Cocito**

Accademica di Torino

Cosa bolle in pentola?

Cosa bolle in pentola? Quante volte ce lo siamo chiesto usando questa locuzione in senso metaforico. In passato se lo sono chiesto in molti, in senso letterale e con preoccupazione. L'unica certezza era il pentolone

appeso al focolare dove bolliva l'acqua, ma quali alimenti poi finissero dentro era spesso affidato al fato, alla situazione del momento: una carestia, la siccità, un'epidemia condizionavano la preparazione. Nei periodi difficili, qualche verdura, un pezzo di lardo o un osso erano le uniche sostanze che bollivano nell'acqua e costituivano lo scarso intero pasto. Era una brodaglia cui si aggiungeva anche un po' di pane secco per dare corpo e sostanza. Il paiolo, appeso con una catena sul fuoco assieme all'acqua, "semplice e magico fondo" come la definì **Camporesi**, erano gli unici mezzi a disposizione con cui preparare il vitto quotidiano.

Cuocere in pentola o sul fuoco vivo: lo spartiacque tra cucina maschile e femminile

Cuocere in pentola o sul fuoco vivo hanno da sempre avuto significati simbolici diversi e hanno rispettivamente rappresentato, per lungo tempo, lo spartiacque tra la cucina "maschia" e una cucina domestica o addomesticata. **La carne arrostita**, cucinata a fuoco vivo e consumata **dopo una battuta di caccia, è assunta per lungo tempo a simbolo del potere**, del prestigio sociale e della potenza virile.



Il brodo, preparazione affidata alle donne, appartiene per tradizione alla **cucina di sussistenza**, in modo particolare della casa contadina. Grosse pentole con avanzi di ossi tagliati su misura sono emerse sia da scavi in edifici privati medievali sia in contesti monastici. Cuocere in una pentola significava trarre dalla carne o dai vegetali posti a bollire un brodo che tratteneva i succhi nutritivi ed era riutilizzabile per eventualmente ricuocere altri alimenti. **Il brodo, nella tradizione contadina, ha sempre avuto una funzione di ristoro** dopo le fatiche, durante una malattia o convalescenza. Esso **è stato**, però, **anche ricco: per le ricorrenze** si preparava con un pezzo di carne buona e vi si cuocevano le paste tradizionali della festa, cappelletti, agnolotti, tortellini, passatelli.

*Aprire un pranzo con una
tazza di brodo, nell'Ottocento,
era un segno di eleganza*

Aprire un pranzo con una tazza di brodo si è affermato, in particolare dall'Ottocento in poi, come segno distintivo di eleganza oltre ad avere funzioni di stimolo della funzione gastrica. Sfogliando i menu dell'epoca, è frequente trovare come *ouverture* proprio un brodo, nobilitato da qualche ingrediente particolare o con un nome di prestigio. Attingo dal volume di **Domenico Musci, *Abbuffate Reali***, per portare qualche esempio. Il cuoco di corte **Pettini dedicò a Maria Adelaide, sposa del Re Vittorio Emanuele II, un consumato di pollo arricchito di bastoncini di pollo colorati**. Alla regina **Margherita, sposa di re Umberto I**, fu dedicato un consumato guarnito con un omonimo fiore di polpa di pollo ricavato da uno stampo a forma di margherita. Venne anche creata una zuppa intitolata al Duca degli Abruzzi, derivata dalla bollitura di tre ore di brodo con tapioca, sugo di pomodoro, Marsala ed essenza di funghi. **La struttura del pranzo di apparato nelle corti europee** e nelle case nobiliari e borghesi prevedeva una sequenza ben precisa e **iniziava sempre con un potage**



costituito da un brodo leggero o da una zuppa.

Questo accadeva nell'Ottocento, ma **ancora nel XX secolo**, troviamo in diversi menu ufficiali del Quirinale l'apertura del pranzo con un brodo in tazza. Cito, per esempio, il ricevimento offerto a Villa Rosebery dal Presidente **Pertini** al re **Baldovino** del Belgio nel 1980, in occasione di una sua visita ufficiale. Anche **Marinetti** apre il suo pranzo futurista, alla "Taverna Santopalato" di Torino nel 1931, con un *brodo solare*, arricchito da uova sbattute, Marsala, scorza di limone e carote, ideato dal cuoco **Ernesto Piccinelli**. Molti, soprattutto i torinesi, ricorderanno, ancora non tanto tempo fa, l'usanza di sorbire, **la sera di Natale, un brodo arricchito dalla pasta reale**: una cena leggera che faceva da contrappunto al pranzo ricco e lungo di Natale. La pasta reale, oggi poco in uso ma ancora in commercio per i nostalgici, non è altro che un piccolo bigné vuoto da gettare a manciate nel brodo bollente e consumare subito.

*Oggi sta avendo successo
il brodo pronto in tetrapak*

Oggi, dopo periodi di gran moda e fulgore, **il brodo è caduto nell'oblio** se non nelle scipite mense ospedaliere, peraltro lontano dalla sua missione corroborante e nutriente di un tempo: nuovamente una brodaglia pallida e inconsistente in cui galleggiano tristi pastine dai nomi romantici: stelline, tempestine, anellini. **Poche persone hanno ancora dedicato tempo alla preparazione di un vero brodo**, soppiantato, già negli anni Trenta del Novecento, dal **"brodo portatile"**:

concentrato in polvere o dado per la gioia delle massaie. I piatti in brodo sono anche scomparsi nel tempo dalle proposte dei ristoranti.

Pare, però, che il brodo si stia oggi prendendo una rivincita sia nel campo ristorativo sia da parte dell'industria alimentare. Grande pubblicità, e credo anche un certo successo, sta avendo il brodo pronto in tetrapak in confezioni da mezzo litro, **pubblicizzato "come fatto in casa"**, così come i brodi vegetali in compresse. Una versione e un *look* moderno per un prodotto antico.

Anche i ristoratori si stanno adoperando per orientare il cliente al ritorno di questa abitudine alimentare. Con piacevole stupore, ho visto servire al ristorante "Del Cambio" di Torino una piccola tazza di brodo caldo come *ouverture*: il rinnovamento di una tradizione sabauda in un locale pieno di storia. Questo non deve stupire, infatti, a Milano, lo chef stellato **Andrea Berton** propone un menu dal nome "Brodo", una pietanza "povera" che lo chef ha nobilitato, riuscendo a restituire al brodo non solo importanza ma, soprattutto, una sua centralità nella creazione degli accostamenti (brodo di carciofo con liquirizia; brodo di manzo e grappa spray; brodo di rabarbaro).

In un mondo culinario sempre più globalizzato, non va dimenticato il successo che sta avendo anche nel nostro Paese **il ramen, un piatto giapponese molto articolato che ha come base un buon brodo di carne**, cui si aggiungono i *no-odle* (spaghetti giapponesi) oltre a carne, pesce o verdure, che lo rendono un piatto unico. Brodo, piatto ristoratore e universale, nobile o popolare secondo l'estro del cuoco o le materie prime a disposizione. E qui mi fermo ... per non allungare troppo il brodo.



Un'ottima abitudine: *prepararsi una tisana*

di Giuseppe Anastasio

Delegato di Salerno

*Una pausa all'insegna
del relax e della sintonia
con la natura.*

La tisana rappresenta una pausa dal ritmo frenetico delle nostre giornate, un tempo personale, un'abitudine che descrive un prendersi cura di sé all'insegna del relax e della sintonia con la natura. Le tisane sono state una delle prime forme con cui l'uomo ha iniziato ad **apprezzare gli effetti benefici delle piante**. Nella loro semplicità, consentono di valorizzare al meglio le virtù di quelle medicinali di cui vengono impiegate sia le foglie e i fiori (parti verdi) sia la corteccia e le radici (parti legnose) secondo un metodo di preparazione che attraversa continenti e popoli diversi, nella ricerca

di associazioni che possono raggiungere il giusto punto di equilibrio tra benessere e gusto.

*Il rito della preparazione invita
già a prendersi una pausa*

Il rito stesso della sua preparazione invita a rallentare, a prendersi una pausa, ad armonizzare il pensiero. Scegliere una tisana come abitudine quotidiana, soprattutto nella stagione fredda, **rappresenta una scelta di benessere** anche





come gesto di cura e attenzione che recupera l'ascolto dei propri bisogni, il tempo per sé e il contatto con la natura.

La selezione delle erbe che la compongono e la loro qualità, derivata da coltivazioni a filiera controllata e tracciabile, è fondamentale **per poter trarre il più grande beneficio funzionale dalla bevanda**, e ottenere il suo massimo gusto. Eccone alcune che possono essere utilizzate come ingredienti di ottime e gradevoli tisane; una volta si trovavano alla "rinfusa", oggi sono soprattutto in bustine.

Le proprietà delle erbe da utilizzare

La camomilla è un'erba medicinale secolare, conosciuta già nell'antico Egitto, poi in Grecia e poi a Roma. Contribuisce al relax e a **un riposo migliore**, grazie alle sue proprietà antispasmodiche in grado di **agevolare il rilassamento muscolare** dovute alla presenza dei flavonoidi e delle cumarine.

La liquirizia offre al nostro organismo discrete quantità di **vitamine** del gruppo B, utili per **supportare il metabolismo**, oltre che di vitamina E e di sali minerali.

La melissa è un'erba aromatica il cui nome deriva dal greco *meli* (miele) probabilmente dovuto al fatto che il suo profumo attira le api. **È un ottimo sedativo**, ma è anche consigliata per contribuire alla **cura di emicranie** e dolori mestruali.

Il biancospino è una pianta della famiglia delle *Rosaceae* che nell'antichità veniva considerata sacra e impiegata per adornare gli altari in occasione delle cerimonie nuziali e per celebrare danze e riti propiziatori. **È un antiossidante naturale**, favorisce il sonno ed esplica un'azione sedativa e rilassante. Aiuta, inoltre, il sistema cardiovascolare e **promuove la digestione**.

L'ortica, pianta erbacea originaria dell'Asia occidentale e dell'Africa, viene da sempre utilizzata nella medicina popolare per le sue **proprietà diuretiche, astringenti e rinfrescanti**. **È ricca di sali minerali** e favorisce l'eliminazione dei

liquidi in eccesso; esercita un'azione anti infiammatoria e stimola il sistema immunitario anche grazie alla presenza delle vitamine A, C e K.

La menta, grazie al suo alto contenuto di polifenoli, esercita un'azione **rinfrescante, antisettica, balsamica e carminativa**.

Le molteplici funzioni delle bustine dopo l'uso

Può essere utile sapere che le bustine, una volta consumate, si prestano ancora a una molteplicità di **usi cosmetici e casalinghi**. Con l'aggiunta di qualche goccia di olio essenziale, una volta asciugate, possono per esempio diventare un **deodorante naturale per armadi e cassetti**; ancora umide possono, invece, essere usate per fare **impacchi riposanti e rinfrescanti per la pelle** del viso e, appoggiate sotto gli occhi, contribuiscono a creare una piacevole sensazione di relax. Infine, sono **ottime anche per concimare le piante**: basta lasciare asciugare i filtri e aprirli, mescolando il contenuto con il terreno per fertilizzare le piante del terrazzo o del giardino.





Ancora in materia di sicurezza alimentare

di **Andrea Vitale**

Accademico onorario di Milano Navigli

L'EFSA ha recentemente messo in evidenza i vantaggi dei trattamenti ad alta pressione non termici per alimenti.

Lo scorso 8 marzo l'EFSA (Autorità Europea per la sicurezza alimentare) ha pubblicato un interessante studio (*opinion*) relativo a **un presidio tecnico volto al miglioramento della sicurezza degli alimenti**. Oggetto di valutazione sono stati i metodi cosiddetti HPP (*High Pressure Processing*) cioè **i trattamenti ad alta pressione non termici** per alimenti. La finalità di tali procedure - che si concretizzano nell'applicazione, in autoclave per 1,5-6 minuti, di pressioni isostatiche di 400-600 mpa - consiste nell'inattivazione microbica dell'alimento.

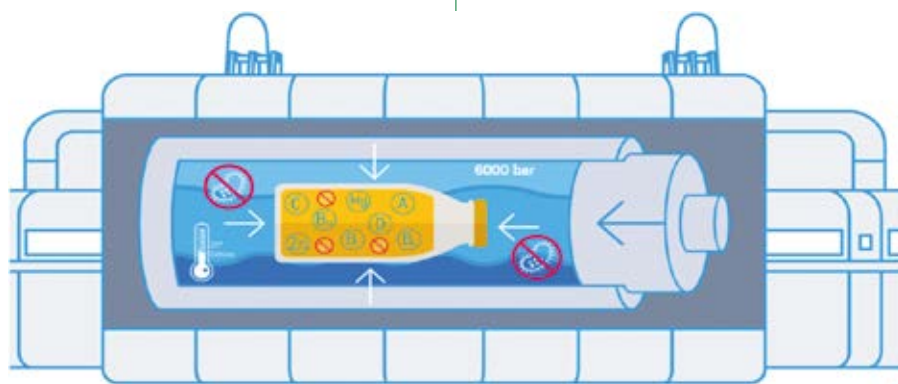
Il minor innalzamento termico preserva le proprietà nutrizionali degli alimenti

Il processo HPP si distingue dai trattamenti termici tradizionali quali, per esempio, la pastorizzazione e la sterilizzazione, in quanto l'innalzamento termico (causato dalla sovrappressione trasferita all'alimento all'interno dell'autoclave) risulta essere molto inferiore a quello generato dalle temperature utilizzate nei trattamenti termici tradizionali e ciò a tutto beneficio

delle proprietà nutrizionali e sensoriali degli alimenti trattati, **impedendo altresì il mutamento dei loro elementi termosensibili**. Lo studio ha evidenziato che **non sussistono controindicazioni all'impiego dell'HPP** in varie fasi della filiera di produzione degli alimenti. In particolare, alle materie prime quali il latte, i succhi di frutta e i frappe, i prodotti già lavorati quale la carne cotta affettata o quelli alimentari *ready to eat*, essendo risultato efficace a ridurre la potenziale contaminazione da *Listeria monocytogenes* proveniente dall'ambiente di produzione durante l'affettatura e la manipolazione, nonché a diminuire i livelli di altri agenti patogeni come *salmonella* ed *escherichia coli*.

Un valido presidio per l'aumento della shelf life di molti prodotti

Ulteriormente, nelle conclusioni dell'indagine di confronto, l'EFSA ha evidenziato come il trattamento HPP non comporti alcun rischio microbiologico aggiuntivo rispetto ai trattamenti termici tradizionali e come le micotossine e altri contaminanti di processo non costituiscano un potenziale maggior rischio per gli alimenti così trattati né che l'HPP conduca a maggiori rischi chimici dovuti al materiale di confezionamento destinato al contatto diretto con l'alimento durante il procedimento di sovrappressione in autoclave. Questa tecnologia rappresenta dunque un valido e utile presidio per l'aumento della *shelf life* di molti prodotti e soprattutto per la sicurezza di alimenti di carne cotti, formaggi molli e semi-molli, formaggi freschi e pesce affumicato.





Gli odori della cucina nei condomini

di **Gabriele Gasparro**
Delegato di Roma

*Effluvi persistenti
negli androni
e nelle scale del palazzo
portano sempre
più spesso a ricorsi
in tribunale.*



*L'Associazione Amministratori
d'immobili ha svolto
un ampio sondaggio*

La nostra società diventa sempre più multietnica e fra le tante difficoltà da affrontare, perché si possa sviluppare un'integrazione reale, c'è anche la presenza di cucine di tradizioni assai differenti e di diverse provenienze. Moltissimi sono i ristoranti cinesi e di altre origini etniche, graditi e frequentati anche dagli stessi italiani, tuttavia la presenza di gruppi familiari di diverse etnie nei nostri condomini sta provocando alcune situazioni di liti fra gli abitanti dello stesso complesso. Effluvi di aglio e spezie, odori persistenti che aleggiano negli androni e nelle scale del palazzo, che penetrano negli stessi appartamenti, non sono bene accettati dai condomini e spesso originano vertenze che portano il ricorso al tribunale. Un problema che esisteva anche in passato, ma che si è **acuito ulteriormente durante il periodo della pandemia**, per la coabitazione di un maggior numero di persone tra le mura domestiche con la conseguenza che **si è cucinato in casa molto di più che in periodi normali**.

Del fenomeno, che negli ultimi anni è aumentato notevolmente, si è dovuta occupare l'Associazione Amministratori d'immobili (Anammi) che ha svolto un ampio sondaggio dal quale è emerso che **quasi il 60% dei soci interpellati si è trovato ad affrontare questo problema** con le frequenti lamentele dei condomini. I cattivi odori alla base delle discussioni tra gli inquilini non sono sempre quelli della cucina di un appartamento, ma **anche quelli degli effluvi provenienti dai ristoranti**, pure se questi ultimi rappresentano una minoranza (circa il 22%). **In cima alla classifica** degli sgradevoli odori, secondo il sondaggio, **spiccano le spezie** tipiche della cucina etnica, che rappresentano oltre la metà dei casi citati, mentre a seguire, ma molto distanziato, si trova **l'odore di fritto o di grigliata**. C'è spesso un contrasto tra culture e abitudini diverse, anche per quanto riguarda gli orari dei pasti.

*I ricorsi al tribunale
sono sempre più frequenti*

I ricorsi al tribunale, che sono sempre più frequenti, **fanno riferimento all'articolo 674 del Codice Penale che prevede casi di "molestie olfattive"**, come ha deciso alcuni anni fa anche **la Corte di Cassazione** per una vicenda che vedeva coinvolti i proprietari di un appartamento al piano terra di un fabbricato, accusati da condomini del terzo piano di aver provocato continue immissioni di fumi e odori, soprattutto di cucina e di fritto, nel loro appartamento. **Il problema degli odori sgradevoli nelle case non è solo di oggi**: una volta si ricorreva alla scorza d'arancia bruciata o al rosmarino messo a bollire con fette di limone, anche se gli odori erano...nostrani e, forse, più accettati. Ora si possono usare spray deodoranti, candele aromatiche ma è sempre un mascherare il cattivo odore sovrapponendone uno buono. L'Associazione degli Amministratori invita, in casi di controversie, a "trovare una soluzione amichevole e cercare di essere tolleranti". I locali dovrebbero essere areati, se muniti di ampie finestre che lo consentano, altrimenti sarebbe opportuna l'installazione di un adeguato impianto di areazione efficace per tutti gli ambienti comuni, tuttavia difficilmente realizzabile, per varie ragioni, tecniche ed economiche. Per una più gradevole convivenza fra gli abitanti lo stesso palazzo, sarebbe opportuno che ogni singolo condomino si facesse carico di evitare che gli effluvi della cucina "svolazzino" per le scale e gli androni, aprendo le finestre dell'appartamento, clima consentendolo, mentre si cucina.



Il 16 maggio si festeggia *Sant'Ubaldo*

*Vescovo, nato
a Gubbio nel 1084.
Patrono di Gubbio.*

Festa dei Ceri

Gubbio, la dannunziana "Città del silenzio", esplode con **la Festa dei Ceri**, una delle più sentite e coinvolgenti espressioni del folclore mondiale.

Tra le discese e le salite del centro storico e poi nei ripidi tornanti del monte, gli eugubini, con i pesanti tre ceri in spalla, portano la loro "preghiera", ansimando, in vetta al Monte Ingino, nella Basilica dove riposa il Patrono Sant'Ubaldo, cui tanto faticosa devozione è dedicata.

*Il rito si rinnova
ininterrottamente
da almeno otto secoli*

Il rito, che si rinnova ininterrottamente da almeno otto secoli, è nel DNA di ogni eugubino e non si può descrivere perché **va solo vissuto, composto dai suoi tanti momenti caratteristici. I banchetti** che lo solennizzano costituiscono un





Basilica di Sant'Ubaldo



aspetto secondario, ma anch'esso significativo, e per tanti motivi singolare, sia **per i luoghi che li ospitano (monumenti nazionali** quali la Sala Maggiore del Palazzo dei Consoli e gli "arconi" sotto la Piazza pensile), sia **per l'alto numero dei partecipanti**, sia per il valore storico-sociale, sia per chi li organizza e per chi opera in cucina (prerogativa dei Capitani e dell'Università dei Muratori).

*Le ricette dei menu
sono tramandate
di generazione in generazione*

I menu sono da sempre rigorosamente uguali, con ricette tramandate di generazione in generazione: dalla **coratella di agnello** servita ai Ceraïoli, al **friccò** del pranzo dei Muratori nella prima domenica di maggio (giorno della discesa dei ceri dalla Basilica), all'assaggio del **baccalà** nel tardo pomeriggio del 14, sino alla giornata del 15, quando il **menu è tutto a base di pesce per la vigilia del**



Baccalà alla ceraïola

Patrono: antipasto di mare, risotto con seppie e piselli, baccalà alla ceraïola, pesce arrosto con contorno di patate e olive, dolce al taglio a forma di cero, liquore Monte Ingino. **Piatti semplici ma ricchi di sapori genuini, frutto di passione**

cittadina e spirito di servizio da parte di cuochi non professionisti ma non per questo meno abili. Piatti di grande valore storico-culturale e identitario, che perpetuano una tradizione che non è il passato ma ciò che del passato non passa.

FRICCÒ DI POLLO (all'uso di Gubbio)

Ingredienti: 1 pollo da 1 kg, 6 cucchiaini di olio extravergine d'oliva, 4 spicchi d'aglio, 10 rametti di rosmarino, 2 bicchieri di vino bianco, ½ bicchiere d'aceto, 4 pomodori ben maturi (facoltativi), sale, pepe.

Preparazione: mettere a macerare, in una capiente tazza, con il vino bianco e l'aceto, gli spicchi d'aglio (di cui almeno 2 schiacciati) e i rametti di rosmarino. Tagliare il pollo a pezzi non molto grandi, lavarli, asciugarli con un panno e metterli a rosolare in un tegame, possibilmente di coccio, con olio, sale e pepe. Quando la carne è rosolata a puntino, versarvi il contenuto della tazza e far cuocere il tutto, rigorosamente coperto, a fuoco lento, per il tempo necessario (a sugo rappreso e a carne che sta per separarsi dall'osso). Servire ben caldo.





Il leone verde,
Torino 2022, pp. 89

€ 12,00



Ecco un caso in cui il sottotitolo potrebbe essere sufficiente a presentare l'opera e a fare eventualmente scaturire il desiderio di leggerla. Tuttavia, questo non renderebbe giustizia all'impegno di Elisabetta, che ha confezionato quello che lei chiama un *divertissement* nato dalla sua personale consuetudine con la spezia, i cui svariati e multiformi usi l'hanno accompagnata

Profumo di cannella

Dissertazioni letterarie e pratiche intorno alla spezia che unisce il mondo

di Elisabetta Tiveron

per tutta la vita. Così come hanno accompagnato la storia dell'umanità, dall'epoca egizia, quando entrava nelle tecniche di imbalsamazione, alla documentazione biblica del suo impiego per l'unzione sacra degli ambienti e degli oggetti rituali, al tempo in cui ha fatto il suo ingresso nei templi dell'arte... culinaria. La sua origine dall'Oriente, soprattutto dall'isola di Ceylon, che comportava un lungo e costoso trasporto, testimonia dell'importanza che le veniva attribuita da chi la usava nel bacino del Mediterraneo, sulle cui sponde arrivava attraverso i tradizio-

nali percorsi delle merci, ma anche seguendo la "Via del cinnamomo", navigando sull'Oceano Indiano fino al Madagascar e all'Africa Orientale per proseguire con un tragitto terrestre attraverso l'Egitto. Ci si trova a viaggiare con la cannella fra la storia, la cultura, le tradizioni e gli usi delle popolazioni nei quattro angoli del mondo e poi ad apprezzarne il legame con la "sensualità e altre virtù", il tutto in compagnia di ricette piazzate strategicamente nel contesto del discorso, siano esse di piatti o di bevande. La cannella: altro che solo una spezia esotica!

Antonio Vallardi,
Milano 2022, pp. 173

€ 15,90



Il digiuno intermittente, come pratica salutistica generale che supera i limiti imposti dal mero intento di perdere peso, gode ormai di un'ampia condivisione fra gli esperti di alimentazione umana. Diverse sono però le posizioni sulle modalità della sua attuazione e soprattutto sulla durata e sulla periodicità dell'astinenza dal cibo. D'altro canto, è ben noto, oltre che logico, che l'efficacia di un regime alimentare è strettamente legata alla facilità con cui gli interessati possono aderire alle prescrizioni del medico o del nutrizionista. Jeannette, divenuta nutrizionista dopo avere sperimentato le devastanti

La dieta delle 10 ore

Dimagrire e sentirsi più giovani combinando cucina vegetale e digiuno intermittente

di Jeannette Hyde

conseguenze della vita sregolata e stressante di caporedattrice di un giornale britannico, ci propone il metodo TRE, acronimo di *time restricted eating*, italicamente "alimentazione con limiti orari". Non si tratta dell'ennesimo regime dietetico, ma di un approccio globale all'attuazione di un'alimentazione più consapevole, il cui valore salutistico è stato confermato da una serie di osservazioni e ricerche scientifiche. Si tratta di abituarsi a mangiare in una finestra temporale di 10 ore, in modo da lasciare al nostro organismo il tempo di rigenerarsi nelle successive 14 ore di digiuno, con vantaggi potenziali per grasso corporeo, cuore, cervello, fegato, pancreas, apparato digerente, microbiota intestinale, sistema immunitario e sonno. Le persone sulle quali sono stati evidenziati i vantaggi del metodo TRE non hanno modificato la composizione della loro

dieta, limitandosi a restringere l'arco temporale dell'assunzione del cibo. Negli ultimi decenni del secolo scorso, abbiamo assistito all'aumento della percentuale di sovrappeso e obesità, con le connesse nefaste conseguenze sul piano salutistico; il maggiore apporto alimentare, che ne è una delle cause, è stato indubbiamente favorito dalle migliorate condizioni economiche, ma non va sottovalutata l'importanza dell'ampliamento della finestra temporale, legato alle mutate abitudini di vita con la frequente occasione di assumere cibo anche nelle ore serali. Lo stile spigliato e informale della scrittura, nonché una serie di consigli pratici, fra cui anche alcuni "trucchetti", la possibilità (limitata) di qualche eccezione e una trentina di ricette aiutano gli aspiranti adepti ad attuare questo nuovo approccio a un'alimentazione e a uno stile di vita più consapevoli.



Partecipata riunione in videoconferenza

di Silvia De Lorenzo

*I Consulitori chiamati
a votare sugli
aggiornamenti a
Statuto e Regolamento.
Unanimità per
l'approvazione
del Bilancio
consuntivo 2021.*



I membri della Consulta Accademica si sono riuniti in videoconferenza lo scorso 21 aprile. Tra gli importanti argomenti all'ordine del giorno, il Presidente **Paolo Petroni** ha affrontato per primo quello riguardante **le proposte di modifica dello Statuto e del Regolamento**.

Esaminare le variazioni allo Statuto

Il Presidente ha illustrato i motivi delle variazioni allo Statuto, frutto anche di un giro di consultazioni con tutti i Delegati. Si tratta, ha spiegato, di modifiche che tengono conto, per esempio, di cambiamenti avvenuti nella società, come quello relativo alle **nuove professioni nella ristorazione** che, nella fattispecie, debbono essere considerate quando si parla (articolo 6, comma 1) dei **criteri di nomina di un Accademico che non può essere legato in alcun modo al settore ristorativo**. Oppure, tra le variazioni, Petroni ha messo in evidenza l'importanza di **una nuova definizione dei compiti del Delegato e della Consulta della Delegazione** (articoli 25 e 26).

Al termine della disamina e dopo alcuni interventi di chiarimento, la Consulta ha approvato il nuovo Statuto che ora deve essere proposto, **per l'approvazione in via definitiva, all'Assemblea Straordinaria del 21 maggio a Baveno**.

Approvate le modifiche al Regolamento

Nel sottolineare che tutte **le variazioni proposte sono tese a chiarire e risolvere i problemi che via via si presentano nel tempo**, il Presidente si è soffermato sulla modifica di alcuni articoli del Regolamento, sulla quale i Consulitori sono intervenuti attivamente. In particolare, Petroni ha chiarito l'importanza che **i nuovi Accademici siano sempre legati con passione ai valori e alle attività dell'Accademia** (articoli 1, 2 e 3). Ha ribadito la validità del ruolo della Consulta della Delegazione (articolo 10) e ha commentato, tra gli altri, l'articolo 18 (comma 4), relativo alle **schede di valutazione dei ristoranti, precisando la differenza dei criteri di compilazione** tra quelle riguardanti le riunioni conviviali, pubblicate sulla Rivista,

e quelle da inserire nella Guida. Terminato il dibattito, **i Consulitori hanno approvato le modifiche in via definitiva**, in quanto di competenza della Consulta stessa. Il nuovo Regolamento entrerà in vigore dopo l'approvazione dello Statuto da parte dell'Assemblea Straordinaria.

Il Bilancio consuntivo 2021

Il Segretario Generale e Tesoriere, **Roberto Ariani**, ha presentato e commentato le voci del Bilancio consuntivo 2021, dando lettura anche della relazione positiva della Società di revisione indipendente BDO Italia Spa. A sua volta, il Presidente del Collegio dei Revisori dei conti, **Gianni Limberti**, evidenziando la corretta rispondenza del Bilancio ai criteri di valutazione, ha espresso il parere favorevole del Collegio stesso. **Il Bilancio consuntivo 2021 è stato approvato all'unanimità**. Paolo Petroni, nel chiudere la riunione, ha dato appuntamento **all'Assemblea Straordinaria e al Forum dei Delegati a Baveno**, e ha annunciato le numerose adesioni di partecipazione, segno di vitalità dell'Accademia e di voglia di ritrovarsi.



Piemonte

TORINO

Un "viaggio" tra sapori conosciuti e accostamenti inaspettati

Atmosfera fantastica tra mosaici, tubi colorati, specchi e ingranaggi.

Una riunione conviviale particolarmente riuscita, al ristorante "Condividere", grazie alla costruzione, da parte dello chef Federico Zanasi, di un menu che raccoglieva i suoi migliori piatti e che rappresentava un "viaggio" tra sapori conosciuti e accostamenti inaspettati: oliva sferica; gelato al parmigiano; tramezzino Mulassano; brioches con fonduta; pane di patate, burro all'acciuga e bottarga; fegato grasso alla piemontese; verdure alla brace e bagna caoda; brasato di verdure; spiedino di lingua al Josper e bagnetto verde; riso

con pomodori verdi ed eucalipto; baccalà al verde con clorofilla di erbe e salsa ravigote al prezzemolo. Cornice sempre emozionante dei locali progettati dallo scenografo premio Oscar Dante Ferretti che ha saputo creare un'atmosfera fantastica fatta di mosaici, tubi colorati, specchi e ingranaggi all'interno della sede torinese della Lavazza. Il percorso gustativo compiuto ha regalato "illusioni" di gusti conosciuti (il brasato era di barbabietola!) e perfetti equilibri di sapori come il risotto profumato di eucalipto. Baccalà ottimo. Servizio giovane e accurato.

Liguria

ALBENGA E DEL PONENTE LIGURE

Tramezzini all'italiana

In quel d'Alassio, degustazione di prelibatezze amate da D'Annunzio.

Nel 1925, Gabriele D'Annunzio, trovandosi a Torino al "Caffè Mulassano", ebbe la geniale intuizione di chiamare così i deliziosi panini che gli venivano offerti come spuntino a metà tra la colazione e il pranzo vero e proprio. Nel suo ricordo, la Delegazione ha organizzato un "evento speciale" ad Alassio, località in cui il Vate aveva soggiornato con Eleonora Duse, presso il caffè pasticceria "Volta", in cui gli Accademici hanno degustato una

fantasia di "tramezzini all'italiana" con burro, acciughe, uova sode e altre prelibatezze, accompagnati da un Trento Doc metodo classico della Cantina Letrari. Dopo questa introduzione salata, hanno terminato la serata con due dolci straordinari realizzati dal pasticciere Davide: un eccellente tiramisù e un dolce creato su suggerimento del Delegato, "torta al cioccolato con crema all'Aurum". Veramente ottimi, hanno saputo valorizzare il liquore abruzzese di Pescara il

VERCELLI

Il pranzo del maiale

Una tradizione delle campagne vercellesi.

La riunione conviviale al ristorante "Da Balin" è stata l'occasione per celebrare un vero e proprio evento: il pranzo del maiale che seguiva la macellazione del suino. Sono stati proposti, per l'occasione, piatti tradizionali ormai scomparsi non solo dalle mense familiari ma anche dalle tavole dei ristoranti.

L'uccisione del maiale rappresentava, per la gente delle campagne, la possibilità di disporre di un cibo diverso dal solito ed era uno dei momenti più attesi e vagheggiati dell'intero ciclo agrario, anche perché avveniva generalmente a dicembre a conclusione di un anno di stenti e di fatiche. Inutile dire che questa era anche una giornata di grande condivisione, in quanto al confezionamento dei salumi erano invitati amici e parenti, che poi, a loro volta, avrebbero ricambiato l'invito.

A pranzo si preparavano piatti

costituiti dalle parti meno nobili del maiale, non usate per salami e salsicce e che hanno dato vita alla tradizione gastronomica delle campagne vercellesi. Il sangue che era stato raccolto in una padella durante la macellazione era unito a pangrattato, formaggio grattugiato, sale, pepe aromatizzato con buccia di limone e fatto friggere nell'olio bollente. Era anche l'ingrediente principale della *brudèra*, un risotto condito con il brodo realizzato con le costine. Anche gli zampini venivano fatti cuocere in acqua, aceto e spezie, dissossati e poi impanati e fritti. Il risultato finale erano i *batsuà*, nome che ricorda *bas de soi* "le calze di seta", probabilmente per indicarne la morbidezza.

Quando, la sera, il grosso del lavoro era terminato, ognuno tornava a casa con un piccolo premio: un salame o una salsiccia d'assaggio. (Paola Bernascone)



cui nome è stato ideato sempre da D'Annunzio. Con i dolci è stato degustato il delicato "Sangue Morlacco", liquore a base di marasche dalmate della Luxardo di Torreglia, ideale in abbinamento col cioccolato e molto apprezzato sempre

da D'Annunzio alla mensa di Fiume. Una serata particolare che gli Accademici hanno molto gradito, inusuale, ma sempre dedicata alla valorizzazione e alla conoscenza del nostro immenso patrimonio culturale. (Roberto Pirino)

Lombardia

MANTOVA

Arte e cucina nel nome dell'antica storia della città

Tradizione culinaria della comunità ebraica mantovana.

La riunione conviviale della Cultura di marzo si è tenuta a "Palazzo Te", dove è stata offerta la possibilità di partecipare alla visita guidata della mostra "Le pareti delle meraviglie. Corami di corte tra i Gonzaga e l'Europa" e, poi, nella Sala dei Cavalli, di assistere all'incontro con Alessandra Rimini, che ha tra l'altro raccontato la genesi del suo libro *Ricette di una famiglia ebraica mantovana*, ideale "introduzione" alla cena. La presenza di ebrei a Mantova è testimoniata dai primi documenti certi, risalenti al 1145. I Gonzaga incoraggiarono l'immigrazione ebraica, anche finalizzata a ottenere benefici economici dai banchieri ebrei. Alla fine del 1500, la comunità ebraica mantovana era tra le più fiorenti italiane del tempo. Si è così generata anche una tradizione culinaria. Come ha sottolineato l'autrice del ricettario, nata a Mantova, è una cucina fatta di contaminazioni. Tenuti saldi alcuni perni fondamentali, da una generazione all'altra, si sono tramandate ricette basate anche

sulle usanze del luogo e, soprattutto, sulle materie prime. Dopo la condivisione della storia gastronomica di una delle famiglie ebreiche più note della città, nel polifunzionale "Spazio Te", a buffet, si è svolta la cena preparata con la supervisione di Alessandra. Come antipasto sono stati proposti *hummus* di ceci, *babaganush* con pane azzimo e *challah*, oltre al salame d'oca. Per il primo piatto è stato scelto il riso giallo del sabato con pomodoro, piselli, fagioli e melanzane fritte, seguito da un secondo del sabato di vitello olio e limone, buricchi, carote e fagiolini con l'aceto dolce. *Dulcis in fundo* le azzime di Pasqua e gli amaretti preparati da Alessandra seguendo scrupolosamente la ricetta della nonna.

Tra gli ospiti della serata, il padrone di casa, Stefano Baia Curioni, direttore della Fondazione Palazzo Te, e il padre di Alessandra, Cesare Rimini, affiancato dalla famiglia ancora molto legata alla città d'origine, Mantova. (Omero Araldi)



Veneto

CORTINA D'AMPEZZO

A cena con la Storia: nel piatto di Andreas Hofer

Nel menu, un connubio di tipicità regionali dei territori che hanno segnato la vita dell'eroe tirolese.

Il ristorante "Lago Scin" di Carlo Festini Cucco ha ospitato la riunione conviviale della Cultura incentrata sulla figura di Andreas Hofer. Nato in Val Passiria nel 1767, fucilato dai Francesi a Mantova nel 1810, è considerato l'eroe tirolese nella lotta per la difesa di libertà e tradizioni della sua terra contro gli invasori Franco-Bavaresi. Tra le molteplici cause concomitanti della rivolta da lui capeggiata, anche l'abolizione del dazio sul vino imposta dagli oppressori, che rendendo i prodotti esteri meno costosi di quelli locali fu di grave danno all'economia della regione. Elsa Zardini, nella sua relazione, ha evidenziato come Hofer, proprietario di locanda nonché commerciante di vino e bestiame, si sia adoperato

per migliorare la razza dei capi che trattava e per affinare metodi di conservazione delle carni, usando neve e ghiaccio, nonché tecniche di salagione e affumicatura tuttora in uso. Da parte sua, la Simposiarca Paola Franco ha illustrato la ricerca svolta per la scelta del menu, basato su un connubio di tipicità regionali dei territori che hanno segnato la vita di Hofer. Sono state servite sia pietanze originarie del Mantovano, seppur condite e aromatizzate con unicità della montagna come essenze di piante e legni di bosco, sia insaccati, cacciagione e frittelle prettamente tirolesi. Il tutto accompagnato da una scelta di vini trentini e altoatesini in ricordo dell'oste che tanto amò la propria terra. (F.P.)

PADOVA

Alla trattoria "Da Iseo"

Tradizionale cena filantropica di cacciagione tra i dolci crinali dei Colli Euganei.

La riunione conviviale della caccia, organizzata dall'esperto e raffinato Simposiarca Giorgio Agugiaro, si è tenuta anche quest'anno presso la trattoria "Da Iseo", solido locale di tradizione, a conduzione familiare, situato a Tre Ponti di Teolo nel cuore dei Colli Euganei. L'evento, ormai diventato un appuntamento immancabile per la Delegazione,

ha registrato una buona partecipazione con gli Accademici quasi al completo. Un antipasto in piedi a base di culaccia e gnocco fritto, servito con un Lambrusco rosato San Vincent rifermentato in bottiglia, ha dato inizio alla cena che, una volta seduti a tavola, è proseguita con un'insalatina tiepida di fagianella assai apprezzata dagli astanti. La breve attesa per il pri-



mo piatto - tagliatelle al ragù di cinghiale - ha permesso la consegna di un curioso ma gradito riconoscimento all'organizzatore della seduta accademica: un trofeo a guisa di beccaccia - preda di caccia per antonomasia - da parte del Delegato Piero Dal Bello. Prosecuzione con l'alzavola (o *sarsegna* nel dialetto locale) di Gianni, cotta per diverse ore nel Moscato e servita con la polenta gialla. Particolarmente indovinato l'accompagnamento con il Palazzotto, vino rosso fermo e secco vinificato da uve Cabernet Sauvignon. Infine, il dessert: la pera cotta al profumo

di cannella proposta con un bicchiere di Picolit, grande e ricercato vino dolce passito prodotto tra i Colli Udinesi e Goriziani. Al termine, omaggio di alcuni volumi agli ospiti intervenuti e consegna del prestigioso piatto d'argento dell'Accademia ai titolari Gianni e Giuliana Pirolo a suggello della riunione perfettamente riuscita. Il ricavato di della cena, oltre alla fornitura di prodotti alimentari, è stato destinato alle Cucine Economiche Popolari di Padova gestite dalla congregazione delle Suore Terziarie Francescane Elisabettine. (Roberto Mirandola)

Emilia Romagna

BOLOGNA

La lunga e ricca storia del ristorante "Casamerlò"

Nel menu, molto gradite le innovative interpretazioni di piatti della tradizione.

La Delegazione ha festeggiato l'inizio del nuovo anno accademico presso il ristorante "Casamerlò". In un clima di allegria, esaltato dalla cucina e dal gradevole luogo (entrambi apprezzati dagli Accademici) si è accolta nella Delegazione la nuova Accademica Federica

Rossi, membro del Centro Studi "Franco Marengni". Tra un piatto e l'altro, è stata illustrata la ricca storia del ristorante: sin dai primi anni del 1900, osteria con annessa vendita di uova fresche; nel 1972 diventa "l'Hostaria dl'Uvarol", per poi prendere il nome di "Merlot", modificato in seguito in "Casamer-

VENEZIA MESTRE, ALTO VICENTINO

Consegna dei Diplomi di appartenenza

Festeggiati i 25 anni di Paola Zerega e i 35 di Ettore Bonalberti.

Nella splendida cornice di "Villa Franceschi" a Mira, sulla Riviera del Brenta, si è svolta la riunione conviviale dell'Amicizia tra le due Delegazioni: erano presenti oltre 50 tra Accademici e ospiti, tra cui il Delegato di Treviso e DCST Roberto Robazza e il past Delegato di Padova Dodo Matter. Il convivio è stato seguito da Alessandro e Dario Dal Corso, che hanno ereditato dal papà Remigio la grande cura dei particolari, in cucina e in sala, e che continuano il percorso da lui intrapreso verso una ristorazione di eccellenza, che mantiene le radici nella tradizione della Riviera del Brenta, con pesce fresco sempre di ottima qualità, preparazioni curate e rispettose della materia prima.

Il Delegato di Venezia Mestre, Franco Zorzet, ha approfittato di questa importante occasione per consegnare il Diploma per i 25 anni di Accademia a Paola Zerega, ricordandone la costante partecipazione alle riunioni conviviali, l'essere sempre prodiga di consigli

e suggerimenti costruttivi, la grande signorilità. Una tavolata di molti suoi amici l'ha applaudita mentre, commossa, riceveva il Diploma. È stata poi la volta della consegna del Diploma per i 35 anni di Accademia al Delegato onorario di Venezia Mestre, Ettore Bonalberti. Zorzet ha ricordato l'impegno di Ettore negli anni da Delegato, e la sua gestione, oculata e diplomatica, di alcune fasi complesse all'interno e all'esterno della Delegazione, fino alla decisione di passare la mano nel 2016. Entrambi gli Accademici hanno ricevuto la spilla onorifica, d'argento per Paola Zerega e d'oro per Ettore Bonalberti, dalle mani del Segretario del CdP e Delegato dell'Alto Vicentino Renzo Rizzi. Infine, un plauso a tutta l'*équipe* di "Villa Franceschi" e del ristorante "Margherita", in primis a Remigio, Alessandro e Dario Dal Corso, che continuano a dimostrare tutta la loro amicizia verso la Delegazione di Venezia Mestre, con l'impegno profuso a ogni incontro. (Franco Zorzet, Renzo Rizzi)



lò". Nel 1992, subentra ai vecchi proprietari Stefano Lolli, affiancato in cucina da Donato Lovero, e il ristorante (cliente fisso Lucio Dalla) diventa luogo privilegiato

d'incontro per il mondo del basket bolognese nel momento dei suoi trionfi. Nel 2019, inizia la gestione di Francesco Tonelli e del noto chef del

ristorante "Sacerno", Dario Picchiotti, che introducono il pesce e altre innovazioni nel menu tipicamente bolognese e nell'arredamento, vivacizzato da incursioni nell'arte contemporanea. Al centro dell'attenzione degli Accademici sono state anche le

innovative interpretazioni di piatti della tradizione come l'hamburger Poldino (assaggiato come antipasto), dove si intrecciano ingredienti classici quali ripieno dei tortellini e friggione in una forma innovativa e contemporanea. (Cristina Bragaglia)

IMOLA

La passione per il miele

I tanti benefici che l'oro delle api riserva in ambito nutrizionale e ambientale.

L'argomento culturale scelto quest'anno per la riunione conviviale di marzo ha toccato il mondo del miele, ossia di quell'oro delle api che tanti benefici ci riserva in ambito nutrizionale e ambientale. Una serata costellata anche da due momenti importanti: la consegna del Diploma per il venticinquesimo anno di appartenenza, unitamente al distintivo d'argento, per il Vice Delegato Sergio Galassi, e il saluto corale di benvenuto al nuovo Accademico Maurizio Bortolotti. È in questa atmosfera, rivelatrice di una forte comunanza, che una disamina sullo sviluppo della produzione del miele nel territorio imolese ha aperto nuove pagine di conoscenza su un settore finora non particolarmente conosciuto e in controtendenza rispetto al gran-

de calo produttivo nazionale. Un merito particolare va riconosciuto, come ha spiegato la giornalista Alessandra Giovannini, ad alcuni infermieri degli ospedali psichiatrici imolesi che, oltre mezzo secolo fa, divennero apicoltori per passione avviando un'attività che nello scorso anno, con 3.822 alveari e 399 apiari, ha raggiunto le 26 tonnellate di miele che diventano 60 nell'intero Circondario. Questo speciale dono della natura continua a espandere i suoi contenuti salutistici non tralasciando i suoi effetti benefici anche a livello empirico come testimoniato dalla moderna ricerca scientifica. E non va infine sottovalutato il ruolo delle api di sentinella dell'ambiente sempre più osteggiato dai cambiamenti climatici e dai pesticidi. (Antonio Gaddoni)



BORGOTARO

Celebrato il mese della Cultura

Riunione conviviale sul tema dell'anno con menu di cucina casalinga.

La Delegazione, nel novero delle attività programmate sul territorio, ha celebrato la riunione conviviale della Cultura con riferimento al tema dell'anno. L'intervento culturale dell'Accademico Giuseppe Conti, membro del CST dell'Emilia, ha posto l'accento su tre importanti aspetti i quali contraddistinguono il territorio emiliano che, ben diversificato in pianura, collina e montagna, presenta piatti e pietanze con prodotti altrettanto diversificati nelle fonti

alimentari e vegetali. Il menu proposto dallo chef Simone del ristorante "Al Portello" di Borgotaro, ha rispecchiato, in considerazione degli argomenti esposti, una cucina d'impronta casalinga che si esprime e valorizza con originalità. Presente il Sindaco di Borgotaro che ha salutato e ringraziato gli Accademici per l'impegno nel promuovere iniziative tese a salvaguardare i valori della tradizione locale in vista dei 60 anni che saranno raggiunti nel prossimo anno.



ACCADEMICI IN PRIMO PIANO

*L'Accademico dell'Alto Vicentino, **Massimo Carboniero**, ha ricevuto dal Presidente della Repubblica l'onorificenza di "Commendatore dell'Ordine al Merito della Repubblica Italiana".*

*L'Accademica di Toronto-Ontario, **Kathryn E. Langley Hope**, ha ricevuto il titolo di Honorary Chair Emerita, per il suo lavoro di volontariato con l'associazione NATO Canada.*

*L'Accademico di Maremma-Grosseto, **Domenico Saraceno**, è stato eletto Presidente dell'Associazione Rotariana Carlo Berliri Zoppi di Grosseto per il triennio 2021 - 2024.*



REGGIO EMILIA

Ritorno al futuro per un'alimentazione sostenibile

Interessante convegno sul cibo di domani.

Il Presidente Onorario dell'Accademia, Giovanni Ballarini, e l'Accademico reggiano Mauro Catellani hanno partecipato quali relatori al convegno culturale della Delegazione, dedicato all'alimentazione sostenibile. Di fronte a una platea attenta di Accademici e di ospiti, Ballarini ha ripercorso la storia della cucina italiana, costantemente divisa tra necessità di conservare le tradizioni e desiderio di innovazione. Nel corso dei secoli non sono cambiati gli alimenti, ma le loro modalità di utilizzo: se un tempo la cucina doveva rispondere al senso di fame, oggi deve fare attenzione soprattutto alla sostenibilità. Attualmente, di fronte alla mondializzazione delle cucine, capace di interconnettere gusti e tradizioni, una volta legati al territorio di origine, la domanda è: "Ci sarà un futuro per la cucina italiana?". Ballarini ritiene di sì, a patto che essa sappia sperimentare senza timore dei cambiamenti, per trovare un nuovo equilibrio, con il coraggio del confronto.

Al secondo relatore, Mauro Catella-

ni, il compito non facile di provare a definire come sarà l'alimentazione del futuro. Nel 2050 il Pianeta dovrà sfamare circa 10 miliardi di persone: sarà possibile coniugare l'aumento della produzione di cibo con la sostenibilità ambientale? Molti governi stanno incentivando nuovi filoni di ricerca, tra cui l'economia circolare, la riduzione dello spreco alimentare, l'utilizzo di nuove materie prime e l'adozione di tecnologie innovative di coltivazione. Sulle nostre tavole troveremo sempre più spesso carne vegana, pasta prodotta con farine di insetti, verdura e frutta provenienti da colture idro e acquaponiche e *vertical farms*. L'ingresso di strumenti tecnologici e dell'Intelligenza Artificiale contribuiranno a modificare le modalità di preparazione dei cibi riducendo i margini di errore, producendo risparmi e aiutandoci a sviluppare soluzioni più idonee per la nostra salute.

Il convegno ha rappresentato un momento di acquisizione di consapevolezza su un futuro che è già presente. (Anna Marmioli)



RICCIONE-CATTOLICA

Accolti due nuovi Accademici

La cerimonia si è svolta in un modernissimo locale.

La Delegazione si è riunita, per la riunione conviviale di marzo, presso il "WE.ME Lounge Bistrot" a Riccione. Locale completamente nuovo, annesso al modernissimo WE.ME Hotel, sorto dove originariamente c'era un hotel storico. Propone una formula di ristorazione che incomincia a essere sempre più presente tra gli esercizi della costa romagnola: quella del

piatto unico. La Delegazione ha provato la tempura di scampi con intingolo di zucca e caramello al Merlot e una scaloppa di branzino con purea di sedano rapa e carciofi in umido. La serata ha avuto un notevole gradimento tra gli intervenuti ed è stata l'occasione per due nuovi ingressi nella famiglia accademica: Elisabetta Righetti e Andrea Procopio. (Fabio Giavolucci)



Toscana

FIRENZE, MUGELLO, VALDARNO ARETINO

Il mese della Cultura accademica

Filo conduttore della serata: la storia della patata e delle sue caratteristiche.

Le tre Delegazioni hanno celebrato insieme il mese della Cultura accademica nel corso di una partecipatissima serata tenutasi a "Villa Viviani" sulle colline di Firenze. Ad accompagnare le Delegazioni ospiti, i Delegati Monica Sforzini e Roberto Vasarri, che hanno sottolineato l'importanza di riunirsi anche in più Delegazioni per approfondire gli aspetti culturali

che devono sempre accompagnare la vita dell'Accademia. La storia della patata e delle sue caratteristiche è stato il filo conduttore che ha improntato la serata. Il professor Giovanni Cipriani, membro dell'Accademia dei Georgofili, che era rappresentata dal suo Presidente e Delegato di Empoli, Massimo Vincenzini, ha iniziato la serata con un apprezzatissimo in-



tervento su "Le patate: dal nuovo mondo a Parmentier". Il Presidente Paolo Petroni ha raccontato poi, fra l'attenzione generale, alcune delle caratteristiche meno note di questo importante tubero e ha illustrato la storia di alcuni dei piatti improntati alla patata preparati per la serata da Stefano Lisi, patron di "Villa Viviani". Petroni ha infine presentato una preparazione

inserita nel menu per sottolineare il particolare momento che stiamo vivendo: il "pollo alla Kiev". Nel corso della serata, è entrato a far parte della Delegazione di Firenze il neo Accademico Giuseppe Ulivi il quale ha ricevuto la spilla dal Presidente Petroni. È stato, inoltre, presentato il piatto dedicato al tema dell'anno realizzato dall'Accademico Filippo Cianfanelli.

Marche



ASCOLI PICENO

Il brodetto alla sambenedettese

Degustazione del tipico piatto della marineria locale.

La Delegazione ha organizzato una riunione conviviale sul tema "Il rinomato brodetto alla sambenedettese", presso il ristorante storico "Il Pescatore" di Marco Calvaresi, a San Benedetto del Tronto. Qui, l'ottimo chef Onia Zeppilli ha prepara-

to con entusiasmo il tipico piatto della marineria locale, seguendo la ricetta prevista da una sorta di protocollo vigente, afferente non soltanto alla tipologia di pesci impiegati quanto agli ingredienti di contorno, come il peperone, il pomodoro e l'aceto somministrato

MUGELLO

Riunione conviviale dedicata al bollito

Un piatto povero che, se cucinato a dovere, diventa un trionfo di bontà.

Dopo dieci anni gli Accademici e i loro ospiti si sono ritrovati nel ristorante "Da Sergio", a Dicomano, per una cena veramente speciale: la riunione conviviale del "bollito". Stesso ristorante e stesso ottimo risultato per un gran bollito misto con costoline, musino, lingua, zampa, poppa, sorra, muscolo, gallina nostrana, collo ripieno e cotechino. Servito fumante dal carrello dei bolliti su piatti caldi e accompagnato da salsa verde, maionese, cipolle rosse sottaceto e mostarda tradizionale di Cremona. Il bollito è un piatto di antica tradizione fin dal tempo degli Etruschi, 2.500 anni fa, ed è divenuto tipico, con il passare dei secoli, in particolare in Emilia Romagna e in Toscana. È

una pietanza nata povera per utilizzare le parti meno nobili del bovino e di galline vecchie ma, se saputo cucinare a dovere, diventa un trionfo di bontà. Si deve prima preparare un brodo con le ossa e gli aromi (carota, sedano, cipolla, prezzemolo, sale e chiodi di garofano). Poi, nel brodo caldo, si mettono i vari tipi di carne in modo che lo shock termico chiuda le fibre esterne lasciando all'interno tutto il sapore. Per fare un buon bollito, la cottura deve essere lenta e prolungata. E così lo hanno cucinato al ristorante "Da Sergio" riscuotendo un gran successo da parte di tutti i commensali. La serata è stata onorata dalla presenza del Segretario Generale Roberto Ariani. (Tebaldo Lorini)



con la dovuta maestria, perché nessun sapore venisse coperto. L'ambiente era in sintonia con la pietanza poiché il ristorante è parte di uno chalet, quindi con una gradevole vista sulla spiaggia e sul mare Adriatico.

Tra gli intervenuti, il DCST Marche, Giuseppe Pandolfi, e il dottor Mario Sfrappini ex primario del settore Covid dell'Ospedale di San Benedetto del Tronto, il quale ha

intrattenuto sui problemi della pandemia, sugli aspetti del coronavirus, le sue mutazioni, e le misure cautelari da osservare. Al termine della degustazione, gli intervenuti hanno espresso il loro apprezzamento per l'incontro conviviale, per l'ambiente, la location, e l'interessante relazione ma, soprattutto, per la degustazione del rinomato brodetto. (Vittorio Ricci)



FERMO

Da "Oscar&Amorina" nel ricordo del fondatore

I successi gastronomici di un locale nato come bottega di generi alimentari.

Accademici e ospiti si sono ritrovati a Montegiorgio da "Oscar&Amorina" per ricordare Oscar Conti, recentemente scomparso, il fondatore di questo ristorante che è uno dei punti di riferimento per la cucina della tradizione del territorio.

A seguito di un'accurata ricerca sulle ricette che ne hanno fatto le fortune negli anni 70/80 del secolo scorso, le Simposiarche Adriana Botticelli e Stefania Budassi hanno stilato un ricco menu cui Francesco, figlio di Oscar e attuale patron del locale, ha voluto aggiungere il norcino, ossia lo spettacolo del sezionamento e confezionamento a vista delle carni del maiale con successiva cottura alla brace e ovvia degustazione.

Il Delegato Fabio Torresi, in apertura, ha sintetizzato la genesi del locale e le vicende della vita di Oscar e della moglie Amorina. Dalla bottega di generi alimentari del 1952, ai primi pasti caldi per gli operai dell'azienda Rozzi; dalla trasformazione in ristorante ai successi degli anni 70, dovuti an-

che alla vicinanza con l'ippodromo San Paolo, e all'ampliamento come albergo negli anni 80. Il racconto è stato ripreso e arricchito, anche con episodi personali, dal Presidente della Provincia Michele Ortenzi, Sindaco di Montegiorgio, che ha patrocinato e plaudito all'iniziativa della Delegazione. Commovente la proiezione in sala di un video in cui Oscar, in occasione della partecipazione all'Expo 2015 a Milano, racconta se stesso segnando la sua imperitura presenza nel panorama della ristorazione locale.

Grande apprezzamento dei convenuti per i piatti serviti. Su tutti, l'agnello all'Amorina, dalla perfetta cottura in padella con un misto di erbe aromatiche che ha riscosso unanimi consensi insieme alla riproposizione, per l'occasione, delle "contessine", tanto da convincere Francesco a reconsiderarle nel menu del locale.

La splendida giornata ha avuto il suo coronamento con l'investitura dell'Accademica Marisa Tombolini.



Lazio

RIETI

Riunione conviviale per il Dantedì

Menu ispirato alle atmosfere e ai personaggi danteschi.



In occasione della giornata intitolata a Dante Alighieri, padre della lingua italiana, gli Accademici della Delegazione si sono ritrovati presso il ristorante "Colle Aluffi" di Rieti per una cena dal titolo suggestivo ed evocativo. Alla riunione conviviale ha partecipato il Delegato di Terni, Luca Cipiccia. Nel corso della serata, i due Delegati hanno auspicato iniziative comuni per il futuro, esternando la volontà che tale incontro sia il primo di una lunga serie, anche in considerazione del fatto che le due Delegazioni limitrofe condividono storia e tradizioni.

La collina dove sorge il locale ha accolto gli ospiti splendidamente illuminata e Carlo Stocco, chef e padrone di casa, ha curato anche l'ambientazione nei minimi particolari, compresa una leggerissima musica di sottofondo.

I piatti dai nomi suggestivi ed evocativi sono stati preparati dallo chef Carlo Stocco in una sua personalissima e molto apprezzata interpretazione di *Paradiso*, *Inferno* e *Purgatorio*, andando oltre la consueta proposizione dei menu me-

dievali di queste occasioni. Le Simposiarche Valeria Lettera e Tiziana Castellani hanno svolto due relazioni esaustive e complementari, la prima ripercorrendo la cucina evocativa legata a *Paradiso*, *Inferno* e *Purgatorio*, al culto dei morti e al ciclo della vita, nella tradizione italiana e mediterranea; la seconda illustrando le pietanze proposte e fornendo spiegazioni sul perché lo chef abbia inteso legare determinati piatti a un ambiente o a un personaggio dantesco.

Accademici e ospiti hanno manifestato, infine, il loro apprezzamento chiamando in sala lo chef a riscuotere il meritato applauso. (Francesco Maria Palomba)



Abruzzo

AVEZZANO E DELLA MARSICA

Le api nell'ecosistema globale

Esse svolgono una funzione strategica per la conservazione della flora e della fauna.



Per un'eccezionale riunione conviviale, gli Accademici e i numerosi ospiti si sono ritrovati al ristorante "La Cantina Villa Elena", realtà di una tradizione familiare, oggi alla terza generazione. Il convivio è stato preceduto da eccellenti relazioni che hanno reso meno misterioso l'affascinante "mondo delle api": il merito a Stefano Maggi ("Le api nell'ecosistema") e al produttore Fabio Alberto Montagiani, pluripremiato apicoltore di Aielli, che ha portato testimonianza della ricca esperienza professionale nel settore.

Una sensibile diminuzione delle api potrebbe provocare una reale minaccia per gli ecosistemi di tutto il Pianeta e purtroppo, negli ultimi anni, si sono registrate perdite maggiori rispetto al passato (EFSA, 2008). Le cause sono molteplici: maggiore vulnerabilità nei confronti di nuovi e vecchi patogeni, cambiamenti climatici, e non ultimo l'uso massiccio di

prodotti fitosanitari che hanno contribuito a una progressiva diminuzione delle piante mellifere. Il miele, sapientemente dosato dallo chef in un menu singolare e prezioso nei suoi delicati aromi, è stato molto apprezzato dai numerosi commensali.

Nel corso del convivio, si è svolta la cerimonia di ingresso del nuovo Accademico Walter Spera, appassionato coltivatore di nicchia. L'accoglienza è stata particolarmente attenta in tutte le fasi del convivio e la Cantina del Fucino sempre all'altezza negli abbinamenti. Elementi che hanno reso la serata particolarmente positiva in tutti i suoi aspetti. Soddisfatto il Delegato Franco Santellocco Gargano di questa nuova incursione alla ricerca e valorizzazione della cucina della tradizione, nello specifico impreziosita dal dolce e prezioso miele. Pienamente meritato il guidoncino accademico, consegnato alla bravissima Francesca. (Franco Santellocco Gargano)



PESCARA

Alla scoperta dei mieli

Riunione conviviale territoriale e valorizzazione di un'eccellenza gastronomica.

"Dal miele ai mieli" è stato il titolo dell'intervento di Piergiorgio Greco, giornalista professionista iscritto all'Albo Nazionale degli Esperti in Analisi sensoriale del miele e originario di Tornareccio, la "capitale abruzzese del miele". La relazione si è svolta nel corso della riunione conviviale della Delegazione nell'ambito della giornata di studio promossa dal Coordinamento regionale d'Abruzzo. Location dell'evento il ristorante "Soms" di Pescara. Greco ha introdotto i commensali alla scoperta della dimensione "plurale" del miele: soprattutto nel nostro Paese, infatti, la valorizzazione dei mieli uniflorali ha trasforma-

to questo prodotto in una delle mille eccellenze che costellano la gastronomia italiana. Dopo una parte introduttiva, il relatore ha guidato gli Accademici alla scoperta di quattro mieli uniflorali: sulla, ailanto, eucalipto e una rara melata d'abete, tutti e quattro raccolti da apicoltori tornarecciani. Prima del dessert, poi, Greco ha suggerito abbinamenti con tre tipologie di formaggi: una ricotta di pecora, un pecorino di Farindola e il famoso "trittico" del compianto Gregorio Rotolo, recentemente scomparso. "Dal miele ai mieli", allora, è diventata una serata di scoperta e di gusto, nel clima conviviale tipico dell'Accademia. (Alessandra D'Attilio)

PESCARA ATERNUM

Non un semplice dolcificante

Il miele è ricco di sostanze ottime per l'organismo.

La Delegazione ha celebrato la riunione conviviale, dedicata al miele, presso il ristorante "La Griglia dell'Orso" di Pescara. Relatore della serata, il dottor Marino Giorgetti, il quale ha sottolineato

che la presenza delle api e la loro sopravvivenza è indispensabile per il delicato equilibrio ecologico della Terra. Il miele non è un semplice dolcificante, ma è ricco di sostanze ottime per l'organismo e può



ne; Simposiarca l'Accademico Gaetano Lanfaloni, appassionato e competente cultore della cucina e della buona tavola. Il menu preparato dallo chef Pietro Di Maria, con la brigata di

essere utilizzato anche nella prevenzione e cura di alcuni disturbi. Esso è uno degli ingredienti fondamentali del patrimonio gastronomico abruzzese e varia a seconda di dove le api si siano posate: sui fiori, sugli alberi, e quindi di acacia, millefiori, di bosco, di colori diversi e sapori particolari. Acquistare un miele garantito è un valore cui non ci si può sottrarre per avere un alimento sicuro. Ad aprire il convivio, il Vice Delegato Gianfranco Falco-

cucina, era ricco di piatti prelibati a base di baccalà, accompagnati dai vini della Cantina di Orsogna Winery: Pecorino Vola Volè bio e Cerasuolo d'Abruzzo Vola Volè Dop. Vini biologici e biodinamici fermentati con i lieviti che l'ape utilizza per conservare il nettare dei fiori. Per finire, insieme al dolce, il liquore Corfinio presentato da Fausto Napoli Barattucci proprietario della distilleria che iniziò la produzione sin dal 1858. (Marialuisa Abate)

Calabria

COSENZA

"Non si potrà mai fermare la primavera"

Ricordando una frase di Pablo Neruda per esprimere il desiderio di libertà, speranza e visione di futuro.

"Si potrà provare a recidere tutti i fiori ma non si potrà mai fermare la primavera". È stata questa massima, attribuita a Pablo Neruda, che vale nella stessa misura per libertà, speranza e visione di futuro a ispirare la riunione conviviale di primavera presso la "Trattoria del Sole" a Trebisacce, con il momento caratterizzato da venti

di guerra e coda perdurante della pandemia. Bella e sentita la relazione del Simposiarca Francesco Tirone che ha seguito le note dei colori e delle fragranze tipiche del territorio, tutte ben presentate nei piatti della cucina. L'occasione si è impreziosita con l'ingresso dei nuovi Accademici, Gabriella Coscarella e Carlo Guarnieri, e dei brillanti contributi dei commensali.



Campania

NAPOLI-CAPRI

Aggiornamento enologico per palati talvolta distratti

Una divertente lezione-conversazione ricca di contenuti.

Al "Renaissance Mediterraneo Hotel" si è tenuto un incontro pomeridiano di aggiornamento enologico per... risvegliare i palati talvolta distratti degli Accademici della Delegazione. Dopo una breve presentazione della Delegata Santa Di Salvo, la lezione-conversazione del delegato Ais Tommaso Luongo, ricca di contenuti e informazioni e al contempo allegra e divertente. Dopo la moderata e attenta degustazione, accolti dal direttore del

"Renaissance Mediterraneo", Pietro Cavallo, e dalla responsabile della comunicazione Emanuela Sorrentino, si è svolta la cena, ineccepibile per servizio e qualità, nel ristorante "O Break" dello stesso albergo con lo chef Pasquale De Simone. In menu, ziti corti a candela con carciofi e provolone del monaco; filetto di suino casertano agli aromi e riduzione di balsamico; tortino caprese in salsa alla vaniglia. In sintonia con la serata, un ottimo Aglianico dell'Irpinia. (Santa Di Salvo)

CALENDARIO DELLE MANIFESTAZIONI ACCADEMICHE 2022

MAGGIO

14 maggio - **Cesena**
Incontro culturale-gastronomico dedicato alla figura di Vittorio Tonelli

19 maggio - 24 novembre
Bologna, Bologna dei Bentivoglio, Bologna San Luca
4° ciclo di incontri "I giovedì dell'Archiginnasio"

20-22 maggio - **Baveno sul Lago Maggiore**
Assemblea Straordinaria e Forum dei Delegati

24 maggio - **Lunigiana**
7° Premio Delegazione della Lunigiana per I.S. "Pacinotti-Belmesseri" di Bagnone

GIUGNO

4 giugno - **Gela**
Ventennale della Delegazione. Convegno "Passato e prospettive dell'alimentazione in Sicilia. Da Archestrato ai food influencer"

10 giugno - **Brescia**
Convegno "Donne nell'arte e nascita della cucina"

16 giugno - **Padova**
Sessantennale della Delegazione

Sicilia

ENNA

In tavola le primizie dell'orto

Macco di fave e pasta con finocchietto.

La Delegazione ha anticipato la primavera riunendosi a pranzo da "I Cofano", trattoria rustica del centro cittadino, che ancora custodisce gelosamente usanze e sapori purtroppo destinati a perdersi nel tempo. Ad accoglierli l'intera famiglia dei Cofano, giunta alla terza generazione nella gestione dell'attività di ristorazione. Abbandonato l'angusto ambiente con cucina e botti, in cui nei freddi pomeriggi di nebbia agli amici era possibile intrattenersi con il capostipite Peppino, per una mano di tressette con accanto il bicchiere generoso di rosso di Mazzarone, onore e vanto della casa, la trattoria occupa oggi un ampio locale, schietto ed essenziale, posto a strapiombo sulla vallata che guarda il tramonto e accompagna la vista in direzione del Canale di Sicilia. Piccoli tavoli vestiti di bianco in sala, dove operano figli e ni-

poti mentre, in cucina, le donne dei Cofano. Veglia su tutti patron Santino, che l'età matura rende sempre più somigliante al padre: triste sorriso e voglia di condividere i suoi crucci con i clienti, sempre ben disposti ad aggiungere qualcosa al suo racconto. Attorno a un grande tavolo a ferro di cavallo, il menu è stato illustrato dal Simposiarca Giuseppe Cocimano, che ha tenuto un'apprazziatissima relazione su "Alcol, problema sociale". In tavola le primizie dell'orto: cardi in pastella, frittate di favette, mazzareddi, carciofi, crocchette di patate con menta. Da ricordare un eccezionale macco di fave e pasta con finocchietto. Noto il falso-magro di carne al sugo con purea di patate. Buono il raviolo di ricotta e l'affettato di arance e mandorle. Vini della Tenuta dell'Abate. Servizio professionale e solerte. (Rosario Pellegrino)



MESSINA

Scambio degli auguri di Pasqua

Nell'occasione, festeggiato l'ingresso di cinque nuovi Accademici.

La Delegazione ha celebrato la riunione conviviale della Domenica delle Palme presso il ristorante "Paradise", a Graniti, nell'incomparabile scenario della valle dell'Alcantara, a mezza collina e a pochi chilometri dal mare di Taormina. Accolti dall'attenta proprietà, rappresentata da Antonio Platania, attorno a un grande tavolo disposto a ferro di cavallo, gli Accademici hanno degustato e apprezzato un menu di terra, a chilometro zero, particolarmente originale e raffinato. Il convivio è stato anche occasione per la presentazione dei nuovi Accademici:

Carmelo Brigandì, Elena Cammareri, Mariella Mancuso, Teresa Maurgeri e Giovanni Pizzimenti. Al momento augurale si è unita, come da tradizione, una iniziativa solidale della Delegazione, a sostegno della ricerca oncologica, con l'acquisto di uova di Pasqua dell'AIRC, grazie anche all'impegno dell'Accademia Adele Penna, Consigliere regionale AIRC. A conclusione, lo scambio degli auguri per una Pasqua di pace nelle case di ciascuno e soprattutto nella terra martoriata dalla guerra. Ad Antonio e Rosario Platania (lo chef) la consegna del piatto dell'Accademia.



PALERMO

Convivere con il virus: strumenti e sistemi di innovazione e cambiamento

Delegazioni italiane ed estere a confronto in videoconferenza.

Con i saluti del Segretario Generale Roberto Ariani e quelli del Presidente di cui si è fatto portavoce, ha avuto inizio una interessantissima videoconfe-

renza. In collegamento il dottor Nino Cartabellotta della Fondazione GIMBE, il dottor Dario Cartabellotta, Dirigente Generale del Dipartimento Agricoltura dell'Assessorato



regionale Agricoltura, Sviluppo rurale e Pesca, il Consigliere di Presidenza Ugo Serra e la componente della Consulta Rosetta Cartella, oltre ai Delegati di diverse Delegazioni siciliane ed estere, tra le quali Parigi, Toronto, Atlanta. La Delegata di Palermo, Daniela Nifosi, organizzatrice dell'evento, ha partecipato con numerosi Accademici.

Il dottor Nino Cartabellotta, con l'ausilio di grafici, ha illustrato con chiarezza l'andamento della pandemia e lo status della campagna vaccinale. Puntuali le risposte ad alcune delle domande poste, insieme ad altre, cariche di incertezza. Premesso che la protezione vaccinale è il modo più adeguato per contrastare il virus, va detto che nel campo della ristorazione co-

stituiranno condizioni di sicurezza indispensabili: la scelta di ristoranti spaziosi e poco affollati, con l'opportuna areazione dei locali al chiuso, che consentano un adeguato ricambio dell'aria. Sul fronte dell'enogastronomia, come ha spiegato Dario Cartabellotta, la pandemia ha provocato una frenata dei consumi; all'agricoltura vengono richieste nuove scelte agro ecologiche e l'utilizzo di energie rinnovabili. Occorre guardare al futuro con l'uso di nuovi sistemi che puntino a un impatto climatico zero. Nella ristorazione si creino le condizioni per una convivialità "sicura". La parola ai Delegati esteri che hanno raccontato le loro esperienze in un clima di condivisione che ha unito tutti i partecipanti. (Maria Rita Sarpietro)

L'evoluzione della comunicazione nella cultura alimentare

Interessante convegno sugli aspetti psicologici legati alla pubblicizzazione di alcuni prodotti e sulla necessità di un'adeguata educazione alimentare.

La Delegata Daniela Nifosi, Carlo Melloni Presidente del Club Rotary Palermo Agorà, Simonetta Rizzo Presidente del Club di Palermo del Soroptimist International sono stati gli organizzatori dell'incontro che si è svolto presso la Sala Magna del Complesso monumentale dello Steri, sede del rettorato dell'Università di Palermo. Attuale e stimolante l'argomento: "L'evoluzione della comunicazione nella cultura alimentare". I saluti del Rettore, Massimo Midiri, sostenitore di una Università che aderisca al territorio e ne condivida le problematiche, la presentazione dei Club e dell'Accademia hanno preceduto i lavori del convegno. I competenti relatori hanno conquistato il pubblico con messaggi chiari e inequivocabili. L'Accademico Dario Cartabellotta, Dirigente Generale della Regione Siciliana, partendo dai successi riscossi nella viticoltura, ha raccontato l'evoluzione dei settori agricoli, caseari, vinicoli della Sicilia in termini di qualità raggiunte. L'assenza di un'adeguata capacità

di marketing e di comunicazione impedisce, tuttavia, di intercettare il vasto pubblico. Sebbene la digitalizzazione abbia dato una mano a scoprire prodotti siciliani di qualità, occorre fare di più.

La riscoperta del chilometro zero contrasta con la moda dei prodotti "zero" a dir poco inquietanti, ha spiegato Gioacchino Lavanco, Direttore del Dipartimento di Scienze psicologiche, pedagogiche, dell'Esercizio fisico e della Formazione dell'Università di Palermo, che ha sottolineato, in modo acuto e ironico, gli aspetti psicologici legati alla pubblicizzazione di alcuni prodotti che, a dispetto della qualità, mirano a dare risposte ai disagi psicologici più diffusi nella società di oggi. Si delinea sempre più necessaria un'adeguata educazione alimentare che renda soprattutto i giovani più consapevoli di ciò che mangiano. Santo Caracappa, docente di Sicurezza Alimentare dell'Università di Palermo, ha chiuso i lavori prima dell'aperitivo rinforzato, con eccellenze del territorio. (M.R.S)

RAGUSA

L'alimurgia alla riscoperta dei sapori della tradizione

Cibarsi di erbe spontanee, licheni e arbusti è considerato un ritorno a sapori antichi.

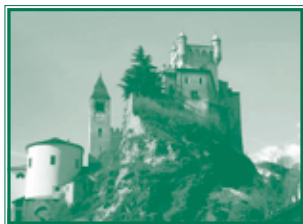
Nei saloni di Palazzo La Rocca a Ragusa Ibla, si è tenuto l'incontro "Foraging. L'alimurgia alla riscoperta dei sapori della tradizione". Relatore l'Accademico di Ragusa Tullio Sammito, il quale ha parlato del foraging, una nuova tendenza culinaria che ha preso l'avvio dal famoso ristorante "Noma" di Copenhagen e dal suo chef René Re-

dzepe per poi diffondersi in tutto il mondo. Cibarsi di erbe spontanee, di licheni, arbusti e finanche di parti di alberi è considerato un ritorno a sapori antichi e ancestrali. Presente in sala lo chef Ciccio Sultano, che ha portato la propria esperienza nell'elaborazione di piatti a base di erbe del territorio. Il Delegato Vittorio Sartorio ha consegnato, in chiusura, una

pubblicazione accademica ai rappresentanti del Rotary Ibla Herea. Gli Accademici si sono ritrovati successivamente, per il pranzo conviviale, da Ciccio Sultano per

provare, con grande soddisfazione, il nuovo menu. Ambiente di grande fascino e chef di *charme*, novello portabandiera della Delegazione.





VALLE D'AOSTA

AOSTA

1° marzo 2022

Ristorante "Le Boniface d'Avise" di Denise Marcoz, anche in cucina. ●Capoluogo 16, Avise (Aosta); ☎0165/524668, cell. 335/6541266; vet-nise@tiscali.it, www.facebook.com/Le-Boniface-d'Avise; coperti 30+10 (all'aperto). ●Parcheggio comodo; ferie variabili; giorno di chiusura lunedì e martedì. ●Valutazione 8; prezzo da 46 a 65 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: trota affumicata con il ginepro; lo bouli achétou; la favò; ravioli ai tre arrostiti; fontina d'autore; zabaione con gelato.

I vini in tavola: Valle d'Aosta Dop Blanc de Morgex et de La Salle 2020 (Ermes Pavese); Valle d'Aosta Dop Syrah 2019 (Maison Vagneur); Vin de Loups (Famille Luboz).

Commenti: Cena preceduta da una visita guidata al suggestivo borgo medioevale di Avise: il convivio si è tenuto nel salone del castello di Avise. Il Simposiarca Emilio Pallais ha illustrato, con dotti riferimenti storici, le caratteristiche della cucina borghese con riferimento alla Valle d'Aosta. Al centro dell'attenzione, la zuppa di fave (la favò) la cui ricetta è stata depositata dalla Delegazione di Aosta presso un notaio. La carat-

teristica dei piatti e dei vini serviti è di essere di provenienza esclusivamente locale: i cibi sono stati cucinati nel rispetto rigoroso della tradizione e tali da suscitare il corale apprezzamento degli Accademici e dei loro ospiti.



PIEMONTE

ALBA LANGHE

25 marzo 2022

Ristorante "Osteria Il Trittico" di Chiara Abbiate e Andrea Ruggeri, in cucina Mirco Giachino. ●Via Vernazza 7, Alba (Cuneo); ☎0173/061366; info@iltritticoosteria.it; coperti 35+20 (all'aperto). ●Parcheggio zona pedonale; ferie mai; giorno di chiusura martedì e mercoledì a pranzo. ●Valutazione 7; prezzo da 36 a 45 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: lingua di vitello con bagnerò verde; risotto toma e nocciole; stinco di agnello con verdure; cremoso al cocco.

I vini in tavola: Alta Langa (Marcalberto); Barbera (Grimaldi); Moscato (Saracco).

Commenti: Riunione conviviale dedicata alla condivisione delle attività per l'anno 2022 e alla consegna del premio "Alberini" al Laboratorio di Resistenza Dolciaria, nota pastic-

ceria di Alba, famosa per i cannoli ripieni. Buona la proposta della cucina in questo piccolo ma grazioso locale nel centro storico della città.

ALESSANDRIA

20 marzo 2022

Ristorante "Il Cavallino" dei tre titolari Stefano, Giuseppe e Luca, in cucina Stefano Ponta, Giuseppe Marongiu in sala. ●Corso Giuseppe Romita 83, Tortona (Alessandria); ☎0131/862308; coperti 45. ●Parcheggio comodo; ferie 2 o 3 settimane ad agosto; giorno di chiusura giovedì. ●Valutazione 7,5; prezzo da 66 a 100 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: scalogno gratinato con passata ristretta e baccalà mantecato; tortelli al montebore con radicchio tardivo al Barbera; guancia di vitello con sedano rapa e salsa al profumo di pompelmo rosa; tortino di babà al limoncino casalingo con crema inglese al cardamomo e croccante di mandorle al fleur de sal.

I vini in tavola: Timorasso piccolo Derthona 2020; Timorasso Derthona 2018; Barbera di Monleale 2017; Croatina Norma 2016 (tutti Luca Canevaro); Moscato Indagato (Mariotto).

Commenti: Ristorante della vecchia Tortona, ricavato da un'antica stazione di cambio di cavalli all'interno di un cortile. Ben ristrutturato, elegante, con le volte di mattoni bene in vista, il locale è ampio, con tavoli ben distanziati e la *mise en place* molto curata. Piatti ben cucinati, soprattutto il primo di tortelli al montebore (formaggio locale molto raro) e il secondo di guancia di vitello. Abbinamento con i vini scelti e introdotti dal produttore che li ha descritti uno per uno. Servizio di qualità, accurato e veloce. Una bella giornata.

ASTI

28 febbraio 2022

Ristorante "Bo'hème Bistrot" di Massimo Basano e Andra Radu. ●Via Carceri 1, San Damiano (Asti); ☎cell. 328/8636607; bohemesandamiano@gmail.com; coperti 70. ●Parcheggio comodo; ferie n.d.; giorno di chiusura lunedì e martedì. ●Valutazione 8,25; prezzo fino a 35 €; carte accettate CartaSi/Visa/MasterCard.

Le vivande servite: fagottino di fassona ripieno di insalata di carciofi e crema al castelmagno; gnocchi di

patate con ragù bianco di salsiccia di Bra; stinco di maialeto allo Chardonnay; gianduotto al cucchiaino (pralina di cremoso al gianduia, crumble al cioccolato, ricoperto di cioccolato e nocciole).

I vini in tavola: Roero Arneis Prasul Docg 2020 (Vaudano Gaggie, Cistera d'Asti); Nebbiolo d'Alba Doc 2019 (La Ribota, San Damiano d'Asti); Barbera Superiore Docg 2019 (Franco Giacinto, San Damiano d'Asti).

Commenti: Cena per soli Accademici in un nuovo locale ambientato in un vecchio carcere e gestito da una giovane coppia volenterosa e disponibile. Dopo la rituale riunione con lettura di consuntivi e bilanci, un'ottima cena (innaffiata da buoni vini) su cui eccellevano gli gnocchi di inarrivabile bontà, leggeri, morbidi e delicati, immersi in un sugo impazzito dall'ottima salsiccia di Bra. Seguivano un tenero e abbondante stinco circondato da verdure di stagione e un originale dolce.

NOVARA

6 aprile 2022

Ristorante "La Locanda" di Marina Zanotti Fragonara, Alberto Corbellini, in cucina Corrado Lombardo, Stefano Rovaglia. ●Via De Amicis 17, Cameri (Novara); ☎Cell. 347/7679936, 392/1745486; info@lalocandacameri.com, www.lalocandacameri.com; coperti 40+20 (all'aperto nella bella stagione). ●Parcheggio comodo; ferie dal 16 al 30 agosto; giorno di chiusura sabato a pranzo, domenica sera, lunedì. ●Valutazione 8,1; prezzo da 36 a 45 €; carte accettate CartaSi/Visa/MasterCard.

Le vivande servite: battuta di cervo con pera cotta aromatizzata al Nebbiolo; porro, terra, mare; lington di riso Karbor cotto in forno, ragù di coniglio, robiola di Roccaverano e olio al dragoncello; guancia di maialino cotta a bassa temperatura glassata con salanova, semi croccanti e panna acida; cheesecake cotta; mousse di cioccolato al latte; crumble di biscotto; spugna al cacao e crème de cassis.

I vini in tavola: Arneis 2020 Briccodoro; Barbera d'Alba Mara (entrambi Dante Rivetti); Asti spumante (Cocchi).

Commenti: Riunione conviviale sul tema "Cucina di ricerca e di innovazione". La Delegazione ha ritrovato, nel bel ristorante di Ca-





PIEMONTE segue

meri con titolari Alberto Corbellini e Marina Zanotti Fragonara, lo chef Corrado Lombardo rientrato a casa dopo notevoli esperienze in locali stellati, non ultimo Alain Ducasse a Montecarlo. Cena con la consegna dei riconoscimenti di anzianità, che sono stati conferiti dal Prefetto di Novara, ospite della Delegazione. Piatti che hanno stupito per la bellezza della presentazione e per la loro bontà, con abbinamenti riusciti. Molto apprezzati il lingotto di riso e la guancia di maialino. Servizio attento e preciso; pane, grissini, focaccia ottimi e fatti in casa. Buon abbinamento con i vini.

PINEROLO 22 marzo 2022

Ristorante "Damada" di Paolo Fea e Madaski, in cucina Simone Baudracco. ●Piazza Verdi 4, Pinerolo (Torino); ☎012/1329773; coperti 35+45 (all'aperto). ●Parcheggio comodo; ferie variabili; giorno di chiusura domenica. ●Valutazione 7,35; prezzo fino a 35 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: tagliere di salumi, vitello tonnato, flan di peperoni con salsa leggera all'acciuga; gnocchi di patate alla bava; arrosto

di fassona cotto a bassa temperatura con broccoli e patate; bunet.

I vini in tavola: Etna Doc Blanc de Noir (Firriato); Nebbiolo Ca' Viola 2020 (Giblin); Moscato (Saracco).

Commenti: La trattoria, nel centro della città, da quando ha aperto i battenti, poco più di tre mesi fa, ha riscosso un ottimo successo di pubblico. È il locale che a Pinerolo non c'era e di cui probabilmente si sentiva il bisogno. La sua cucina non ha nostalgie per il passato, è ancorata al presente, ma conosce bene la storia del territorio e, senza dimenticare le esigenze contemporanee, si preoccupa di recuperare i cibi che potrebbero andare perduti. Al termine della prima riunione conviviale in questo locale, riservato per l'occasione alla Delegazione, tutti gli Accademici hanno espresso soddisfazione, sia per la cucina e i vini, sia per l'ottimo servizio, semplice ma puntuale.

TORINO 16 marzo 2022

Ristorante "Rebel" di Nicola Di Tarsia, anche in cucina. ●Corso Re Umberto 34 B, Torino; ☎011/0563859; info@ristoranterebel.it, www.ristoranterebel.

it; coperti 34. ●Parcheggio comodo; ferie 3 settimane in agosto; giorno di chiusura sabato a pranzo; domenica sera; lunedì. ●Valutazione 8; prezzo da 66 a 100 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: mango e insalata di broccoli alla soia; alici e fragole; seppia, girasoli, latte di capra e uovo del mattino; cappelletti di amatriciana al sugo di canocchie; rombo, papaya, vongole e peperoncino in conserva; bavarese al cocco, polvere di gambero e zuppetta di ananas.

I vini in tavola: Cuvée Novecento Pas Dosé millesimato 2011 (Contratto); Langhe Docg Arneis 2021 (Damilano); Sourgal Moscato d'Asti Docg 2021 (Elio Perrone).

Commenti: Un piacevole e atteso ritorno nel panorama della ristorazione torinese quello di Nico Di Tarsia, il quale, con la sua cucina, riesce sempre a stupire per gli abbinamenti apparentemente azzardati ma con un risultato finale armonioso e ricco di sapori. Il menu della serata è stato un interessante percorso in cui ogni commensale poteva, secondo il proprio istinto, dosare i vari ingredienti di ogni piatto per meglio percepire le sfumature della ricetta. Il più alto consenso è stato ottenuto dai cappelletti di amatriciana, che con il loro sugo di canocchie erano una vera esplosione di sapori e profumi. Molto apprezzato anche il rombo, fresco e saporito. Servizio impeccabile e acustica perfetta.

VERCELLI 27 febbraio 2022

Ristorante "Da Balin" di Angelo Silvestri, in cucina Angelo, Francesca e Anna Silvestri. ●Frazione Castell'Apertole 10, Livorno Ferraris (Vercelli); ☎016/47121, cell. 347/9453530; info@balinrist.it, www.balinrist.it; coperti 45. ●Parcheggio privato del ristorante; ferie gennaio e luglio; giorno di chiusura domenica sera, lunedì, martedì. ●Valutazione 7,5; prezzo da 36 a 45 €; carte accettate CartaSi/Visa/MasterCard.

Le vivande servite: salsiccia cruda, salame della duja, bocconcini di salame di patata, sanguinaccio, ciccioli, sangue fritto, batsuà accompagnati con focaccia di lardo e ciccioli; polentina di riso con le fresse; brudera; risotto Carnaroli con brodo di verze, spuntature, mantecato con toma fresca; padellata di maiale: costine, pancettone, "prete", coppa con verze e rape dolci; frittelle con mele e bugie.

I vini in tavola: Grignolino Asti Doc Le Serre 2020 (Caldera); Moscato Asti Docg La Caudrina 2021 (Romano Dogliotti).

Commenti: Nelle campagne vercellesi, la Delegazione ha riproposto l'antica tradizione del "disnè dal purchet". Un pranzo sui passi anche del tema scelto per il 2022 che riguarda "La tavola del contadino". Il menu proposto ha coniugato la tradizione con l'innovazione: non sono mancati il sanguinaccio e la brudera, così come la padellata di maiale. La polentina di riso è stata un apprezzato accompagnamento alle tradizionali fresse, così come il risotto con le spuntature, mantecato alla toma fresca, dove si poteva distinguere ogni singolo sapore.



LOMBARDIA

BRESCIA- TERRE DEI FONTANILI 23 marzo 2022

Ristorante "Osteria Croce di Malta" di Rosa Ancellotti, anche in cucina. ●Via Pontegatello 5, Azzano Mella (Brescia); ☎030/9747801; info@osteriacrocedimalta.com, www.osteriacrocedimalta.com; coperti 80+60 (all'aperto). ●Parcheggio privato del ristorante; ferie prima settimana di gennaio; giorno di chiusura mai. ●Valutazione 7,5; prezzo fino a 35 €; carte accettate CartaSi/Visa/MasterCard.

Le vivande servite: lonzino stagionato, lardo, coppa e salame; agnolotti della casa in brodo di carne; bollito misto; torta di mele.

I vini in tavola: Capriano del Colle Doc Marzemino Berzami 2020; Capriano del Colle Doc Adagio 2018 (entrambi Società agricola Lazzari).

Commenti: Serata dedicata a "sua maestà" il bollito nella versione tipica della bassa bresciana: cotechino, cappello del prete, testina, lingua, gallina ripiena, accompagnato da frutta senapata e salsa verde. Tra una portata e l'altra, un bellissimo ricordo in memoria di Don Angelo,



della sua passione per la natura e della scoperta in Concarena di una rarissima stazione di *Linnaea borealis* residuo delle ultime glaciazioni.



LECCO

25 febbraio 2022

Ristorante "Valmadrera" dell'Hotel Villa Giulia. ●Via Parè 37, Valmadrera (Lecco); ☎0341/582428; info@baia-dipare.it, www.baia-dipare.it; coperti 70+40 (all'aperto). ●Parcheggio comodo; ferie mai; giorno di chiusura mai. ●Valutazione 7; prezzo da 46 a 65 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: tartare di tonno condita con capperi croccante, pomodoro arrostito, avocado e crescione; spaghetti Cavaliere con scampi conditi con burro all'acciuga e limone costiera; sogliola selvaggia di Dover in olio cottura con carciofi e soffice di patate; gelato fiordilatte e fragole di bosco.

I vini in tavola: Sharis bianco Igt Venezia Giulia 2020 (Livio Felluga).

Commenti: Prima volta da patron Luca, attratti dalla sua proposta: "Per la nostra clientela solo il migliore pesce fresco pescato!" Molto convincente il collaudo pre riunione conviviale, dominato dai riscontri ampiamente favorevoli alla sogliola di Dover alla griglia. Alla riunione conviviale, giudizio ribaltato dagli Accademici: positivo per la tartare di tonno rosso, meno per la sogliola - selvaggia ed eccellente - che, cucinata in olio cottura, modificava la struttura perdendo in croccantezza. Giudizi disparati sugli spaghetti: ad assaggi incrociati è emersa la disomogeneità del condimento palesando la infedeltà al menu.



LODI

10 marzo 2022

Ristorante "Future Fusion" di Future Fusion srl, in cucina Lu. ●Via Ferrabini 5, Lodi; ☎0371/426501, cell. 338/1288078; www.futurefusion.it; coperti 120+50 (all'aperto). ●Parcheggio comodo; ferie in agosto variabili; giorno di chiusura lunedì. ●Valutazione 7,7; prezzo da 36 a 45 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: hosso fry new roll; ceviche; fiore di zucca ripieno di gambero in tempura; acciuga ripiena frita; carbonara di mare; gindara-carbonaro d'Alaska in salsa miso



e maracuja; crumble e gelato allo yogurt.

I vini in tavola: Monsupello Nature; Saint Peray Les Bialeres 2017.

Commenti: Cucina ispirata all'Oriente che incontra l'Italia solo in qualche occasione; sala moderna ed elegante perfettamente controllata dall'onnipotente Chang. Serata molto allegra, iniziata con la presentazione dei bravi Simposiarchi Pina Falletta e Federico Maisano e terminata con l'esposizione originale e brillante del nuovo Accademico Fausto Cremascoli. Ingredienti di qualità molto ben trattati, con una piccola caduta sulla cottura dei tagliolini che ha lievemente influito sul voto. Non hanno convinto tutti la pur buona acciuga ripiena e i fiori di zucca freddi, cucinati diversamente da come siamo abituati.



MONZA E BRIANZA MILANO DUOMO

27 febbraio 2022

"Antico Ristorante Fossati" della famiglia Fossati, in cucina Vittorio Quarto. ●Via Emanuele Filiberto 1, Canonica Lambro, Triuggio (Monza e Brianza);



☎0362/997799; ristorantefossati@alice.it, www.ristorantefossaticanonica.it; coperti 50+100+50 (all'aperto). ●Parcheggio comodo; ferie agosto; giorno di chiusura lunedì. ●Valutazione 7,1; prezzo da 46 a 65 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: tortino di patate e spinaci con crema di parmigiano; vaniglia lessa e lenticchie; foio in coppetta; cassoeula con polenta macinata a pietra; gorgonzola naturale con polenta; zabaione con lingue di gatto.

I vini in tavola: Belstar Prosecco Doc brut (Bisoli); Buttafuoco dell'Oltrepò Pavese Doc 2018 (Ca' Montebello di Luigi Scarani).

Commenti: Tradizionale incontro dedicato alla cassoeula. Il ristorante, gestito dalla famiglia Fossati la cui storia culinaria inizia alla fine del 1800, propone piatti del territorio in un ambiente rustico e accogliente. La Vice Delegata di Milano Duomo, Marisa Zipoli, ha fornito una descrizione accurata di questo piatto di origine contadina, nelle versioni del Comasco, della Brianza e del Varesotto. Il piatto è stato molto apprezzato dai commensali. Ospiti

il Delegato di Lecco, Claudio Bolla e la Presidente della Pro Loco di Triuggio, Rosanna Zolesi che ha descritto la storia del ristorante e le bellezze del territorio.



MILANO NAVIGLI

20 febbraio 2022

Ristorante "Agostino Campari" di gestione familiare. ●Via Novara 81, Abbiategrasso (Milano); ☎02/9420329; info@agostinocampari.com, www.agostinocampari.it; coperti 70+65 (all'aperto). ●Parcheggio privato del ristorante; ferie n.d.; giorno di chiusura domenica sera e lunedì. ●Valutazione 8; prezzo da 46 a 65 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: lardo di Bettella con rottami di marroni; ravioli di carne al sugo d'arrosto; cassoeula con polenta; semifreddo allo zabaione con croccante.

I vini in tavola: Nebbiolo delle Langhe Adriano 2019.

Commenti: Ristorante del territorio, condotto dalla famiglia Campari dal 1972. La buona cucina, attenta all'artigianalità lombarda delle materie prime, ha sorpreso per i suoi ravioli con una nota dolce dell'amaretto e conquistato per la cassoeula, che è sempre presente in carta nel periodo invernale. Il freddo ha permesso la croccantezza della verza, ingrediente iconico del piatto lombardo che, insieme alla ricetta in poesia dell'autore Edoardo Bosso, noto poeta dell'Accademia del Dialetto Milanese, sono stati oggetto del connubio con il linguaggio dell'arte contemporanea nelle litografie per il menu realizzate dall'artista Giuditta Ravalli. Un dialogo aperto fra arte e cucina.



PAVIA

24 febbraio 2022

Ristorante "Locanda del Ticino" di Giovanni dell'Oro. ●Via Ponte Vecchio 5, Pavia; ☎038/401149, cell. 335/6969261; locandadelticino@gmail.com, www.locandadelticinopavia.it; coperti 70+30 (all'aperto). ●Parcheggio comodo; ferie mai; giorno di chiusura lunedì. ●Valutazione 7,8; prezzo da 36 a 45 €; carte accettate CartaSi/Visa/MasterCard.

Le vivande servite: fegato grasso d'oca cotto al torchon, con mostarda di mele cotogne e pan brioche tostato; risotto Carnaroli al tartufo



LOMBARDIA segue

bianchetto (marzolino); filetto di vitello in lenta cottura con asparagi di Altedo; sfogliatina croccante alle mandorle, fragole di Basilicata e crema napoletana; chiacchiere di Carnevale.

I vini in tavola: Oltrenobrut metodo classico (Tenuta Il Bosco di Zenevredo); Pinot Nero Pernero (Travaglino); Moscato passito La Bella Estate (Cantina Vite Colte).

Commenti: Il ristorante è situato in una via di Borgo Ticino a pochi passi dal Ponte Coperto ed è caratterizzato da una cucina tradizionale con qualche "rivisitazione" non fuori luogo. La minuta, in questo caso, ha avuto un'impronta particolare dovuta alla data (giovedì grasso di Carnevale) ma è rimasta comunque legata al territorio: fegato grasso d'oca che richiama la specialità di Mortara, il riso Carnaroli della Bassa Pavese. La gestione è garbatamente amichevole e accogliente.

VARESE 2 marzo 2022

Ristorante "Antica Farmacia dei Sani" dei fratelli Barea. ●Via E. Cantoni 51, Castellanza (Varese); ☎0331/502549, cell. 346/6409471; info@anticafarmaciadeisani.it; coperti 60. ●Parcheggio comodo; ferie agosto; giorno di chiusura lunedì. ●Valutazione 8,04; prezzo da 36 a 45 €; carte accettate CartaSi/Visa/MasterCard.

Le vivande servite: selezione di salumi: salame d'oca, di cervo, di cinghiale, prosciutto al tartufo; orologio di formaggi: toma, pecorino, caciotta alle vinacce di Barolo; risotto giallo e ossobuco (rosso); "Sa fuma no": creme brûlée e sigaro di cioccolato Perù 100%.



I vini in tavola: Brut 24 Barbera metodo classico (Tenuta Montemagno); Ruber Grignolino d'Asti; Nobilis Ruchè di Castagnole.

Commenti: Dopo aver degustato un'ottima scelta di salumi e formaggi, tra cui da sottolineare un prosciutto al tartufo, si è passati al piatto unico della tradizione: il risotto giallo con l'ossobuco, quest'ultimo presentato con un colore rosso dovuto all'aggiunta di pomodoro, unica differenza con la ricetta milanese, come vuole quella marchigiana, patria dello chef Jonathan. Molto apprezzato anche il risotto, grazie alla cottura al dente e alla gustosa mantecatura. La cena si è conclusa con il dolce dal nome lombardo "Sa fuma no", nel senso che non si fuma ma si mangia, accompagnato da una grappa morbida con infuso di tabacco.

VOGHERA- OLTREPÒ PAVESE 11 febbraio 2022

Ristorante "Corona dal 1906 2." di Salvo Ponzetta, anche in cucina. ●Via F.lli Rosselli 11, Voghera (Pavia); ☎0383/270424; coronadal1906.2@gmail.com; coperti 40+20 (all'aperto). ●Parcheggio comodo; ferie seconda di gennaio e prima settimana di settembre; giorno di chiusura lunedì. ●Valutazione 7,3; prezzo da 36 a 45 €; carte accettate CartaSi/Visa/MasterCard.

Le vivande servite: tartare di manzo, insalatina, bottarga di tonno e gel di melagrana; mezze maniche di Gragnano con ragù di faraona, pomodori secchi e anacardi; spalla di agnello brasata, patate mantecate e verza stufata; semifreddo al pistacchio, cioccolato bianco e zucchero soffiato.

I vini in tavola: Pinot Nero 2021 Pernero (Travaglino); Bonarda Rubiosa (Le Fracce); Moscato Dorato (Travaglino).

Commenti: Un ritorno piacevole, dopo qualche anno, in questo storico ristorante di Voghera che, dopo varie vicissitudini, il giovane chef Salvo Ponzetta dirige con impegno e competenza. I piatti serviti, dall'antipasto al dessert, sono stati apprezzati dalla totalità dei commensali, in special modo le mezze maniche con ragù di faraona, pomodori secchi e anacardi. Dignitosi anche i vini locali in abbinamento. Note non proprio positive, l'arredamento decisamente minimal (ma potrebbe essere una scelta stilistica) e l'apparecchiatura delle tavole con tovagliette individuali e tovaglioli usa e getta. Comunque, è stata una serata decisamente riuscita.



TRENTINO - ALTO ADIGE

BOLZANO 17 febbraio 2022

Ristorante "Eggentaler" della famiglia Schmieder, in cucina Armin Schmieder. ●Via Val d'Ega 47, Bolzano; ☎0471/365294; info@eggentaler.com, www.eggentaler.com; coperti 120. ●Parcheggio comodo; ferie mai; giorno di chiusura lunedì. ●Valutazione 8,46; prezzo da 46 a 65 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: pane alle noci con speck di maiale mangalica 5 anni del maso Pretzhof; radicchio rosso tardivo marinato con lo speck croccante, mela, pinoli e formaggio erborinato della Val Sarentino e riduzione di aceto balsamico; lasagnette con carciofi, tartufo di Norcia e formaggio gratinato; roast-beef "Nebraska" black angus, grigliato su carbonella, con spinaci e patate gratin; mousse di cioccolato gianduia, fondente.

I vini in tavola: Arunda brut (Josef Reiterer); Gewürztraminer Nussbaumer 2020 (Cantina Termeno); Cuvée Mum-bolt 2019 (Wassererhof); Pe-

tit Manseng Amophora 2019 (Hoch Klaus).

Commenti: Ottima riunione conviviale: tutti hanno gradito molto e si vede anche dal punteggio. Interessante l'aperitivo con il buon pane alle noci e un particolare speck di difficile reperibilità. L'antipasto con il radicchio rosso tardivo, velocemente spadellato con gli altri ingredienti, per lasciarlo ancora croccante, ha incantato tutti per i sapori ben bilanciati. Le lasagnette ai carciofi, fatte con una morbida pasta sottile e una leggera besciamella al tartufo, erano una gioia per il palato. La carne, che è uno dei punti forti del locale, era ottima e cotta alla perfezione. Delizioso il dessert. Molto buoni e ben abbinati i vini.

ROVERETO E DEL GARDA TRENTINO 24 febbraio 2022

Ristorante "Terna" di Mani snc di Anna Miorando. ●Corso Bettini 49, Rovereto (Trento); ☎0464/436507; info@ristoranteterna.it, www.ristoranteterna.eu; coperti 100+80 (all'aperto). ●Parcheggio comodo; ferie mai; giorno di chiusura lunedì. ●Valutazione 7,27; prezzo fino a 35 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: flan di trentin-grana su crema di zucca, polvere di speck e chips di mela; risotto ai piccoli frutti di Sant'Orsola; guance di manzo al Teroldego, pomodoro gratinato al pane aromatico, patate al forno; mousse al cioccolato bianco, coulis di lampone e cialda fondente; torta di compleanno della pasticceria Sant'Antonio.

I vini in tavola: Trentodoc Altemasi (Cavit); L'Opera 2020 -Chardonnay santino; Antica Vigna 2017 Merlot; Trentino 2016 vino bianco da uve passite; Maso Federico 2016 vino rosso da uve stramature (tutti aziende agricole Grigoletti di Nomi).

Commenti: Riunione conviviale di celebrazione del quinto anniversario di costituzione della Delegazione, ben organizzata dalle Simposiarche Alessandra Cattoi, Antonella Graiff e Donata Loss, con cartoncino del menu in stampa da collezione, con riproduzione di un dipinto di Fortunato Depero. Cena di tipico sapore trentino, ben elaborata dal ristorante. Interventi dell'Assessore alla Cultura del Comune di Rovereto, della Direttrice dei Musei Civici di Verona e del Delegato di Verona. Relazione

finale del professor Gregorio Vivaldelli su un tema storico culinario di grande interesse: "Dante e il cibo ne *La Divina Commedia*".

TRENTO

31 marzo 2022

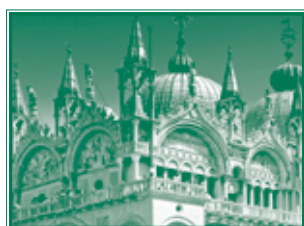
Ristorante "La Filanda" di Jessica Bonn, in cucina Davide Castelli. ●Via SS. Gervasio e Protasio 5, Denno (Trento); ☎0461/1863469; info@lafilanda-gourmet.com, www.lafilanda-gourmet.it; coperti 25. ●Parcheggio comodo; ferie ultime 2 settimane di novembre; giorno di chiusura martedì. ●Valutazione 7,5; prezzo da 46 a 65 €; carte accettate CartaSi/Visa/MasterCard.

Le vivande servite: crostino con sedano rapa e bresaola di cinghiale, pan brioche con mousse di funghi e tartufo nero; polenta taragna di Storo frita con mousse di fegatini, sfere di cipolla rossa di Cannara e crema alle cime di rapa; ravioli di pasta fresca ripieni di scottona con crema al trentingrana stagionato 24 mesi e tartufo nero pregiato di Norcia; filetto di maialino aromatizzato al pepe in crosta di speck con verza, quenelle di melanzana, cipolla rossa caramellata e salsa alla senape; cuore caldo al cioccolato fondente belga Barry Callebaut con crema alla vaniglia.

I vini in tavola: Trento Doc Blanc de Blancs brut (Maso Martis); Chardonnay (Bottega dei Vinai); Pinot Nero S. Lorenz (Bellaveder).

Commenti: La Val di Non è famosa per le sue eccellenti mele, ma in passato la coltivazione riguardava il baco da seta. E fino alla metà del secolo scorso, la manifattura Viesi di Cles convertiva il prezioso fila-

to in splendidi paramenti sacri, ora conservati al Museo Diocesano di Trento. A quel tempo la filanda di Denno era in piena attività. Con il mutare delle situazioni i locali, accuratamente restaurati dalla famiglia Bonn, ora accolgono l'ottimo ristorante che i Simposiarchi Ramus e Cesconi, con la collaborazione del Delegato Hauser, hanno fatto scoprire alla Delegazione trentina. Nelle sale dall'architettura rustica, per la gioia dei convenuti sono stati serviti piatti e vini di qualità.



VENETO

BELLUNO-FELTRE-CADORE

18 marzo 2022

Ristorante "Aurora" di Giusy Bassani, in cucina Patrik Bonan. ●Via Garibaldi 68, Feltre (Belluno); ☎0439/2046, cell. 328/6968690; ristoranteaurora@gmail.com, www.auroraristorante-feltre.com; coperti 40. ●Parcheggio comodo; ferie mai; giorno di chiusura domenica e giovedì sera. ●Valutazione 7,5; prezzo da 36 a 45 €; carte accettate CartaSi/Visa/MasterCard.

Le vivande servite: frittatina alle erbe spontanee con scaglie di formaggio Piave; flan alle erbe con spuma di formaggi e speck croccante; gnocchi di patate con erbetto saltato e ricotta affumicata; guancetta di manzo brasata al vino rosso con tarassaco; fantasia di frutta.



I vini in tavola: Prosecco (Cantina Col Vettoraz); Kerner (Valle di Cembra); Lagrein (St. Michael - Eppan).

Commenti: La Delegazione guidata da Brenno Dal Pont si è ritrovata per la riunione conviviale di primavera presso il ristorante "Aurora". I due Simposiarchi Carlo Garbuio e Benedetta Carla Pontil, che avevano preparato la tavola a festa nella sala riservata, hanno proposto un menu incentrato sull'uso delle erbe primaverili spontanee e, pur con le limitazioni imposte da una stagione avversa per il freddo e la siccità, le attese non sono andate deluse grazie anche alla brigata di cucina volenterosa e ben guidata da Patrik Bonan, cuoco giovane legato alla tradizione. I piatti proposti sono stati tutti graditi e apprezzati anche nella presentazione assai curata. Di nota il buon servizio.

VENEZIA MESTRE

26 febbraio 2022

Ristorante "Leone di San Marco" di Carlo Tosi, in cucina Roberto Mescalchin. ●Via Trezzo 6, Venezia Mestre (Venezia); ☎041/5341742; coperti 35+15 (all'aperto). ●Parcheggio comodo; ferie 1°-10 gennaio; 15 giorni in agosto; giorno di chiusura domenica sera e lunedì. ●Valutazione 8; prezzo da 46 a 65 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: polenta con seppie in rosso; baccalà mantecato; sarde in saor; canocchie; gamberetti; uova di seppia; garusoli (murici); pasticcio di pesce alla sanpiero; fritto misto; sorbetto di mela verde; crema mascarpone; gelato vaniglia con polvere di liquirizia; frittelle.

I vini in tavola: Prosecco sui Lieviti (Grigoletto).

Commenti: Prodotti di alta qualità, solo pesce fresco preparato con cotture molto naturali. Buona cantina ben assortita; personale gentilissimo e preparato.

VENEZIA MESTRE

ALTO VICENTINO

23 marzo 2022

Ristorante "Villa Margherita" della famiglia Dal Corso, in cucina Remigio Dal Corso. ●Via Don Minzoni 28, Mira (Venezia); ☎041/4266531, fax 041/5608996; info@villa-margherita.com, www.villa-margherita.com; coperti 60+100 (all'aperto). ●Parcheg-

gio privato del ristorante; ferie mai; giorno di chiusura mai. ●Valutazione 8,5; prezzo da 66 a 100 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: scampi e sarde in saor, mantecato di baccalà, tempura di verdure dell'orto, mozzarella di bufala, schie e gamberetti fritti con polenta, canestrelli, moeche fritte, alzate di scampi crudi, tonno scottato, selezione di carpacci, cicchetto di fritto misto dell'Adriatico, scampi in coriandoli, pierini; grancevola con asparagi di Conche e uova di quaglia; riso con scampi e asparagi; ombrina di mare al forno con patate e primizie di stagione; frolla con mousse al cioccolato e frutti di bosco; golosessi della casa.

I vini in tavola: Jeio Prosecco Superiore (Bisoli); Sur Sur (Donnafugata); Marsala Superiore (Marco De Bartoli).

Commenti: Riunione conviviale dell'amicizia tra le Delegazioni di Venezia Mestre e dell'Alto Vicentino, presente il Delegato di Treviso Roberto Robazza e il past Delegato di Padova Dodo Matter. Splendida la cornice sulla Riviera del Brenta che ha accolto i 52 partecipanti. La riunione conviviale è stata seguita da Alessandro e Dario Dal Corso, che hanno ereditato dal papà Remigio la grande cura dei particolari, in cucina e in sala, e che continuano il percorso da lui intrapreso verso una ristorazione di eccellenza, che mantiene le radici nella tradizione culinaria della Riviera del Brenta, con pesce fresco sempre di ottima qualità, preparazioni curate e rispettose della materia prima.



FRIULI - VENEZIA GIULIA

MUGGIA-CAPODISTRIA

18 febbraio 2022

Ristorante "Ristobar Rosandra" di Alessandro e Roberto, in cucina Marco e signora Giraldo. ●Località Bagnoli della Rosandra 322, Trieste; ☎040/228366; bar.rosandra2020@gmail.com, www.facebook.com/BarRosandra2020; coperti 40+40 (all'aperto). ●Parcheggio



FRIULI - VENEZIA GIULIA segue

comodo; ferie mai; giorno di chiusura la sera (aperto solo su prenotazione). ●Valutazione 8; prezzo da 36 a 45 €; carte accettate CartaSi/Visa/MasterCard.

Le vivande servite: scampi istriani scottati al brandy, cicale di mare al vapore con olio bianchera, carpaccio di salmone marinato all'arancia con erba cipollina, baccalà mantecato su polenta morbida al tartufo nero, capasanta su crema di sedano rapa con cialda di parmigiano reggiano; risotto scampi e zucca; spaghetti al nero di seppia, pomodorini confit, erba cipollina; seppie nostrane a julienne; bombette di Carnevale alla crema.

I vini in tavola: Greco di Tufo; Fa-langhina; Fragolino bianco.

Commenti: Serata in un locale recentemente ristrutturato che sta cercando, riuscendoci, di ritagliarsi uno spazio nella ristorazione di livello del territorio. Personale molto attento e gentile. Assai apprezzati tutti i piatti, ma gli spaghetti al nero di seppia avevano forse una marcia in più.

MUGGIA-CAPODISTRIA 18 marzo 2022

Ristorante "La Rosa dei Venti" di Alessandro Pilos, sommelier Federico Monteduro, in cucina chef Riccardo Meden, aiuto chef Irene Vaccaro. ●Via Carnaro 29, Trieste; ☎040/820063; Alessandro.pilos@icloud.com, laro-sadeiventimetro.bar; coperti 40+60 (all'aperto). ●Parcheggio comodo; ferie variabili; giorno di chiusura domenica sera e lunedì. ●Valutazione 8,5; prezzo da 36 a 45 €; carte accettate CartaSi/Visa/MasterCard.

Le vivande servite: puntarelle di mare; insalata di seppie; baccalà; sardoni in savar e marinati; gratinati caldi misti: capasanta, gamberone, canestrelli, cozze; spaghetti ai frutti di mare; tagliolini freschi con sardoni salai; filetto di rombo cbt con polenta gratinata; fritto misto con calamari, gamberoni, sardoni dorati; verdure; strudel di mele.

I vini in tavola: Nicos prosecco artigianale; Pinot Grigio; Chardonnay; Sauvignon (tutti azienda Skok).

Commenti: La Delegazione ha rinnovato energicamente il suo impegno accademico andando a gustare la nuova gestione di un locale noto per la sua cucina tradizionale, sempre buona ma forse ultimamente un



po' datata. Il ristorante si definisce, infatti, una trattoria moderna, dove i piatti classici incontrano nuovi metodi di cottura, passione e una filosofia gastronomica giovanile. Il locale è stato rilevato da un gruppo di giovani e il loro impegno li porta a valorizzare le materie prime del territorio, in un rapporto diretto con i piccoli produttori della regione.

TRIESTE 4 marzo 2022

Ristorante "Al Carso" di Luca Barberis. ●Località Col 1, Monrupino (Trieste); ☎040/327113, cell. 335/5922273; ristorantecarso@virgilio.it, www.ristorante-carso.it; coperti 80+70 (all'aperto). ●Parcheggio privato del ristorante; ferie mai; giorno di chiusura mercoledì. ●Valutazione 7; prezzo da 36 a 45 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: gnocchetti e verduro fritte; carciofo croccante; carpaccio di filetto di maiale su letto di rucola con marmellata di cipolla rossa; vellutata di porro; gnocchetti rustici spadellati con speck e ricotta affumicata; sorbetto al vino Terrano; tagliata di petto d'anatra alla brace con scaglie di grana e aceto balsamico; patate in "tecia" e spinaci al burro; pasta crema carsolina.

I vini in tavola: Prosecco extra dry (Ca' Ernesto); Pinot Bianco Doc; Cabernet Sauvignon Doc; Merlot Doc (tutti Villa Russiz).

Commenti: Il ristorante, dai primi del 1900, rappresenta il rifugio dei triestini specialmente all'aperto, nelle calde giornate estive. Sono stati molto graditi gli gnocchetti fritti fatti con la pasta di patate; i carciofi croccanti; la vellutata di porri e patate nonché gli gnocchetti rustici. Una piacevole scoperta è stata quel-

la del sorbetto di Terrano. Qualche perplessità ha, invece, suscitato la tagliata d'anatra che per qualcuno è risultata troppo compatta. Durante la cena, il Simposiarca Paolo Battaglini, dopo aver ricordato la leggenda della ninfa Cynara che non volle cedere alle avances di Giove, ha piacevolmente illustrato le caratteristiche del carciofo.

UDINE 4 marzo 2022

Ristorante "Ai Tre Canai" della famiglia Dal Forno, in cucina Giorgio Dal Forno. ●Via Udine 36, Marano Lagunare (Udine); ☎0431/67020; info@ristoranteaitre-canai.com, www.ristoranteaitre-canai.com; coperti 50+30 (all'aperto). ●Parcheggio comodo; ferie variabili in inverno; giorno di chiusura lunedì e martedì. ●Valutazione 8,3; prezzo da 36 a 45 €; carte accettate CartaSi/Visa/MasterCard.

Le vivande servite: pal de grisioi con scartossetto de anguelle fritte; alghe di laguna fritte e ami commestibili; seppiole con pomodoro secco e filetti di mandorle; insalatina di puntarelle, datterini fresco e confit; cappello di mozzarella e scaglie di volpina affumicata; boreto maranese con polentina bianca tenera e alghe fritte; anguilla allo spiedo con polenta arrostita; piccola pasticceria.

I vini in tavola: Ribolla Gialla spumantizzata; Malvasia; Refosco dal Peduncolo Rosso; Verduzzo (Cantina Bortolusso).

Commenti: Tradizionale riunione conviviale del "bisato in speo" della Delegazione, con graditi ospiti da Gorizia. La cena si è svolta in questo storico ristorante gestito da Claudia e Giorgio Dal Forno. La relazione culturale ha trattato la tradizione

della pesca lagunare e la fisiologia dell'anguilla. La cucina ha deliziato con piatti ben realizzati e un servizio cortese e puntuale. Giudizi entusiastici sul boreto di rombo, gallinella e canoce; sulle seppiole e sull'anguilla allo spiedo. Pareri contrastanti sui vini, scelti in funzione dell'appartenenza al territorio lagunare, ma con sentori un po' particolari. Locale confermato un pilastro della cucina tradizionale marinara in Friuli.



EMILIA ROMAGNA

BOLOGNA 3 marzo 2022

Ristorante "Casamerlo" di Francesco Tonelli e Dario Picchiotti. ●Via de' Gombruti 2/D Bologna; ☎051/239645; ristorantecasamerlo@libero.it, www.casamerlo.it; coperti 70. ●Parcheggio comodo; ferie settimane centrali di agosto; giorno di chiusura domenica sera e lunedì. ●Valutazione 7,28; prezzo da 36 a 45 €; carte accettate CartaSi/Visa/MasterCard.

Le vivande servite: poldino; mortadella selezione turtlein; tagliatella al ragù; cotoletta alla bolognese con contorni; zuppa inglese.

I vini in tavola: Pignoletto frizzante (Cinti); Albana secca Balia (Zola); Sangiovese Superiore Il Prugnato (Podere dei Nespoli).

Commenti: La serata conviviale, preceduta dall'assemblea della Delegazione, ha voluto festeggiare il ritorno al ristorante, dopo una sosta di due mesi a causa della pandemia. Il clima di allegria, esaltato dalla cucina e dal gradevole luogo, entrambi apprezzati dagli Accademici, ha fatto da cornice di benvenuto alla nuova Accademia Federica Rossi, membro del Centro Studi "Franco Marengi". Tra un piatto e l'altro, si è illustrata la ricca storia del ristorante e si è riflettuto sulle innovative interpretazioni della tradizione di piatti come l'ham-burger Poldino, dove si intrecciano ingredienti classici quali ripieno dei tortellini e friggione in una forma innovativa e contemporanea.

CARPI-CORREGGIO

10 marzo 2022

Ristorante "L'Oca Bigia" di Elisabetta, anche in cucina. ●Via Serresina 515, Soliera (Modena); ☎059/565534, cell. 339/7287515; ocabigia123@hotmail.it, www.facebook.com/ocabigia/; coperti 40+40 (all'aperto). ●Parcheggio privato del ristorante; ferie luglio e agosto; giorno di chiusura lunedì; sempre a pranzo tranne la domenica. ●Valutazione 8,5; prezzo fino a 35 €; carte accettate CartaSi/Visa/MasterCard.

Le vivande servite: gnocco fritto e salumi stagionati: salame, coppa, mortadella, cotto alla brace; risotto con riso Arborio di Carpi, salsiccia e saba; tortelli di zucca con pancetta e rosmarino; arista al Marsala cotta a bassa temperatura con patate al forno, verdure miste di stagione dell'orto; torte con la saba; salame dolce; tenerina al cioccolato; crostata di frutta.

I vini in tavola: Lambrusco di Sorbara Franco Doc (Agriturismo L'Oca Bigia); Lambrusco di Sorbara Doc (Cantina San Martino in Rio).

Commenti: Gli Accademici, guidati dal Delegato e CT Emilia Pier Paolo Veroni, hanno approvato il rendiconto 2021 e il programma di massima delle iniziative per il 2022 che, si spera, possa vedere la ripresa definitiva in pieno dell'attività accademica.

CESENA

24 febbraio 2022

Ristorante "Ponte Giorgi" della famiglia Giorgi, in cucina Massimiliano Righeiti. ●Via Togliatti 1945, Mercato Saraceno (Forlì Cesena); ☎054/96581; amministrazione@pontegiorgi.it, www.pontegiorgi.it; coperti 250+250 (all'aperto). ●Parcheggio privato del ristorante; ferie mai; giorno di chiusura lunedì sera. ●Valutazione 7,9; prezzo fino a 35 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: salumi della casa, ciccioli, mousse di mortadella, coppa cotta, petali di grana; monfrigoli in brodo di ossa di maiale; carni ai ferri: costolette, pancetta, salsiccia, fegatini nella rete; radicchietto di campo con bruciati; insalatina di finocchi e arance; frappe, castagnole e brazadel all'Archerme con crema calda.

I vini in tavola: Bella Sposa, spumante metodo classico; Versamé, spumante metodo ancestrale; Baccareto, Sangiovese Superiore Dop



2020; Moro Bendato Rubicone Sangiovese Igt 2020 (tutti della Tenuta Santa Lucia, Mercato Saraceno).

Commenti: La Delegazione ha scelto un tema gustoso e stuzzicante, "La cucina del maiale". Il ristorante, per la speciale occasione, ha organizzato una dimostrazione delle tecniche di lavorazione della carne e di preparazione dei prodotti (ciccioli, salsicce, salami). Il Simposiarca Gianluigi Trevisani ha presentato il ricco menu richiamando, insieme all'Accademica Liliana Babbì Cappelletti, gli aspetti storico-culturali della cucina del maiale in Romagna, corredati da un elegante opuscolo. Il menu ha ricevuto l'unanime gradimento dei partecipanti. La serata si è svolta in un'atmosfera allegra e festosa e si è conclusa con la tradizionale consegna ai gestori del guidoncino.

FAENZA

30 marzo 2022

Ristorante "La Villa Matta" di Claudio Malavolti, in cucina Massimo Ceroni e Alan Ceccaroni. ●Via Trieste 72 - Località Villa Vezzani, Brisighella (Ravenna); ☎0546/89064, cell. 337/7768538; lavillamatta.claudio@libero.it; coperti 50+100 (all'aperto). ●Parcheggio comodo; ferie mai; giorno di chiusura dal lunedì al mercoledì. ●Valutazione 7,8; prezzo da 36 a 45 €; carte accettate CartaSi/Visa/MasterCard.

Le vivande servite: affettati misti di mora romagnola, piadina e pizza fritta; tortelli di patate con porcini; tagliatelle allo scalogno e mora romagnola; fiorentina di somarino; patate al forno; zuppa inglese; panna al forno.

I vini in tavola: Sangiovese Superiore Riserva Il Nespole (Poderi dal Nespole).

Commenti: Con questa riunione conviviale, la Delegazione ha ufficializzato il ritorno della carne di somarino nella cucina tradizionale romagnola. Tutto il menu, ma soprattutto l'ambiente e l'atmosfera, hanno proiettato gli Accademici, in un attimo, nell'antico mondo della vera cultura contadina romagnola. Per quanto riguarda la fiorentina di somarino, una carne che la maggior parte degli Accademici non aveva mai assaggiato, è stata una felice sorpresa. Lo testimonia una valutazione finale collettiva al di sopra della media, che ha premiato a gran voce il piatto protagonista della serata. La bontà del vino ha dato calore al convivio.

RICCIONE-CATTOLICA

16 marzo 2022

Ristorante "We.Lounge" di Leardini group, in cucina Roberto Leurini, in sala Enrico Magnani. ●Viale Ceccarini 65, Riccione (Rimini); ☎0541/1611777; coperti 40+20 (all'aperto). ●Parcheggio zona pedonale; ferie mai; giorno di chiusura lunedì-mercoledì (novembre-marzo). ●Valutazione 8; prezzo da 36 a 45 €; carte accettate CartaSi/Visa/MasterCard.

Le vivande servite: selezione di formaggi e salumi di San Patrignano, piadine farcite con alici marinate e cipolla caramellata, squacquerone e rucola, crocchette di baccalà fritto; tempura di scampi su intingolo di zucca e caramello al Merlot; Enio Ottaviani; scaloppa di branzino con purea di sedano rapa e carciofi in umido; zuppa inglese gratinata, amarene, arancia candita e mandorle sabbiate.

I vini in tavola: Astoria Cuvée Lounge spumante brut (Astoria Wines,

Treviso); Strati Romagna Pagadebit Dop (Enio Ottaviani, San Clemente).

Commenti: Serata piacevole, ben riuscita, con un percorso tipo bistrò. Il locale, nuovo, ha una moderna estetica anni 60 molto elegante. Accolti da un buffet di prodotti tipici e assaggi proposti dallo chef, su cui hanno spiccato le crocchette di baccalà, gli Accademici hanno proseguito con tempura di scampi, servita su intingolo di zucca e caramello al Merlot, che è risultato il piatto più gradito. La scaloppa di branzino con sedano rapa, piatto equilibrato e delicato, indovinato negli accostamenti. Giudizi discordanti per la zuppa inglese: positivi per l'innovazione ma i più amano la classica. Eccellente livello della materia prima. Ottimo il servizio in elegante giacca e cravatta, disponibilità e attenzione.



TOSCANA

APUANA

3 marzo 2022

Ristorante "L'Arco della Martana" di Giulia Troisi, in cucina Emanuela Bontempi. ●Via Beatrice 48, Massa (Massa Carrara); ☎0585/488295, cell. 338/8778599; giulia.troisi1996@gmail.com; coperti 45+60 (all'aperto). ●Parcheggio comodo; ferie variabili; giorno di chiusura mercoledì. ●Valutazione 8; prezzo da 36 a 45 €; carte accettate tutte.



TOSCANA segue

Le vivande servite: crostini con lardo e funghi; prosciutto e torta di verdure; tordelli alla massese; filetto con lardo accompagnato da patate arrosto e verdure fritte; torta di riso e tiramisù.

I vini in tavola: Prosecco di Valdobbiadene bio (Le Vigne di Sara); Rosso Rafia (azienda agricola Calevro).

Commenti: La prima riunione conviviale dell'anno si è svolta all'insegna dell'amicizia e della tradizione. Il Simposiarca Carlo Augusto Ciani ha proposto questo grazioso locale ubicato nel centro storico di Massa, elegante nella sua semplicità e straordinario esempio dell'imprenditoria al femminile. Molto apprezzati da tutti i commensali i piatti proposti nel menu, dal tordello alla massese alla torta di riso, espressione di quella tradizione culinaria locale tramandata da generazione in generazione. Un particolare plauso al servizio e alla cura nell'accogliere che Giulia ed Emanuela hanno riservato alla Delegazione.

LIVORNO 28 febbraio 2022

Ristorante "La Lupa" di Sandra e Simona Nencioni. ●Via del Testatino 21/23, Livorno; ☎0586/886213, cell. 338/3439264; trattorialalupa@icloud.com, www.trattorialalupa.it; coperti 100. ●Parcheggio scomodo; ferie in estate; giorno di chiusura lunedì. ●Valutazione 8,1; prezzo fino a 35 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: vellutata di zucca, ombrina e bottarga; insalata di polpo e cipolle; gamberi in tempura; sformatino di branzino; baccalà alla livornese; risotto Carnaroli ai mirtilli e gamberi; calamarata di fondale marino; frittura mista con paranza e verdure; semifreddo al pistacchio su fonduta di cioccolato.

I vini in tavola: Vermentino (Torre a Cenaia); rosso di Montalcino; prosecco di Valdobbiadene.

Commenti: Particolarmente apprezzati gli antipasti e i due primi. Nel corso della serata, il Delegato ha comunicato ai numerosi commensali di essere stato nominato Presidente della Sezione di Livorno dell'Associazione Nazionale Veterani e Reduci Garibaldini (la Delegazione ha avuto ottime relazioni con i discendenti di Garibaldi). Gianfranco Porrà ha svolto la rituale conversa-



zione accademica sul tema "Pane e vino ne La Divina Commedia", commentando un bell'articolo dell'Accademico Giuseppe Benelli apparso di recente sulla rivista.

MAREMMA-GROSSETO 24 febbraio 2022

Ristorante "Antica Osteria da Claudio" di Claudio Musu. ●Via Garibaldi 52, Grosseto; ☎0564/1793654; coperti 22. ●Parcheggio scomodo; ferie 1°-15 gennaio, 15 giorni a luglio; giorno di chiusura domenica e lunedì. ●Valutazione 7,8; prezzo da 46 a 65 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: cannolo ripieno con tartare di cernia, ricotta alle acciughe e burrata; triglia affumicata e marinata con pane carasau e spuma di patate; carosello di mare: mix di crostacei e frutti di mare; risotto in crema di zucca, gamberi crudi e cotti, guanciale croccante e alici spadellate; gnocchetti fatti a mano con seppie fresche e carciofi; selezione di baccalà iberico in tempura su letto di cime di rapa; mousse di ricotta con marmellata di fichi.

I vini in tavola: Albarese Vermentino Maremma Toscana Doc (Cantina Vini di Maremma).

Commenti: Il ristorante è a forte impronta marinara e caratterizzato dall'uso di solo pesce fresco. Le materie prime, tutte di ottima qualità e reperite sul luogo, vengono esaltate da preparazioni realizzate con cura e riusciti accostamenti di sapore da parte dello chef Ciro. Il menu, concordato dal Simposiarca Ezio Maria Di Natali con il proprietario e basato esclusivamente sul pesce fresco, è stato molto apprezzato dagli Accademici e dagli ospiti. In particolar modo, hanno ottenuto favorevoli giudizi gli antipasti e la selezione di baccalà. La serata è stata molto piacevole, si è di nuovo respirata l'aria della convivialità.

MAREMMA-PRESIDI 31 marzo 2022

Ristorante "La Terrazza" di Andrea Franci, in cucina famiglia Franci. ●Località Banditella, 84 - Marsiliana di Manciano (Grosseto); ☎349/6133575; coperti 60+40 (all'aperto). ●Parcheggio



comodo; ferie febbraio; giorno di chiusura lunedì-mercoledì (inverno). ●Valutazione 7,5; prezzo da 36 a 45 €; carte accettate CartaSi/Visa/MasterCard.

Le vivande servite: polpette fritte di parmigiana con bufalina e pomodori; tagliatelle con ragù bianco di maremmana; buglione di agnello con pane agliato, cicoria saltata e patate al forno; tortino caldo di mele con crema all'arancia.

I vini in tavola: Rosso La Murcia-ia Igt.

Commenti: Locale a gestione familiare che sfrutta una bella terrazza verandata, godibilissima sia in estate sia in inverno. Le materie prime utilizzate sono tutte a km 0, in buona parte provenienti da allevamenti e agricoltura biologica. I piatti della tradizione sono arricchiti e rinnovati con interessanti intuizioni da parte del gestore che è anche in cucina. Recentemente stanno sperimentando un interessante menu di pesce.

MUGELLO 25 febbraio 2022

Ristorante "Da Sergio" di gestione familiare: Giovanni, Edoardo e Tommaso Naldoni e Matteo Dolfi, in cucina Edoardo Naldoni. ●Via A. Fabbri 1, Dicomano (Firenze); ☎055/838075, anche fax; info@ristorantedasergio.it, www.ristorantedasergio.it; coperti 120+60 (all'aperto). ●Parcheggio comodo; ferie gennaio; fine luglio-primi di agosto; giorno di chiusura mercoledì e giovedì. ●Valutazione 8,2; prezzo fino a 35 €; carte accettate CartaSi/Visa/MasterCard.

Le vivande servite: crostini di fegatini, spalla, gran Mugello ubaldino; quadrucci in brodo; bollito misto: costoline, musino, lingua, zampa, poppa, sorra, collo ripieno, gallina, cotechino con salsa verde, maionese, mostarda tradizionale di Cremona, cipolle rosse sottaceto; purè di patate; cheesecake con salsa ai frutti di bosco.

I vini in tavola: Traminer 2020; In Albis 2020 (entrambi Frascole).

Commenti: Riunione conviviale dedicata al "bollito", preparata con cura dal Simposiarca Tebaldo Lorini. Dopo l'ottimo antipasto e la buonissima pasta ripiena in brodo, ha fatto il suo ingresso il gran bollito misto, servito fumante dal carrello, secondo un rituale che induce allegria e invita alla convivialità. Piatto di grande tradizio-



ne, nato povero per l'utilizzo di parti meno nobili del bovino, nell'occasione è stato preparato con sei tagli di carne biologica locale, oltre al collo ripieno, alla gallina e al cotechino e ha riscosso un gran successo. A chiusura della bella serata, onorata dalla presenza del Segretario Generale Roberto Ariani, è stato donato ai ristoratori il piatto d'argento.

PONTEDERA VALDERA 22 marzo 2022

Ristorante *Aeroscalo "da Brando"* di Silvia e Francesca Marianelli, in cucina Silvia Marianelli. ●Via Roma 8, Pontedera (Pisa); ☎0587 52024; coperti 60. ●Parcheggio zona pedonale; ferie variabili in agosto; giorno di chiusura lunedì. ●Valutazione 7,5; prezzo da 36 a 45 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: sformatino di spinaci con salsa di fegatini di pollo; risotto ai fiori di zucca e pistacchi; pappardelle al ragù di coniglio; stracotto alla chiantigiana con purè di patate e rapini saltati; torta di crema e riso caffè.

I vini in tavola: Prosecco di Valdobbiadene (Bortolin); I Sodi del Paretaio, Chianti Docg (Badia di Morrona).

Commenti: Gli Accademici e i numerosi ospiti hanno molto gradito il menu proposto dai Simposiarchi Maurizio Ferrucci e Fabio Falorni. La serata ha visto una inusuale, grande presenza di Soci e amici, all'insegna della convivialità e della fraterna amicizia. Ricorrendo la Giornata mondiale dell'acqua, l'Accademico Alessandro Mascitelli, flebologo di fama, ha tenuto una interessante, concisa relazione introduttiva sull'importanza dell'acqua per l'organismo umano.

SIENA VALDELSA 26 febbraio 2022

Ristorante *"La Venezia"* di Luciana Marrocchi. ●Via Oberdan 5, Colle di Val d'Elsa (Siena); ☎0577/921260, cell. 335/6237462; info@ristorantelavenezia.it, www.ristorantelavenezia.it; coperti 65+65 (all'aperto). ●Parcheggio comodo; ferie 3/16 novembre; giorno di chiusura mai. ●Valutazione 7,5; prezzo fino a 35 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: zucchine e melanzane grigliate con pecorino senese e confettura di pomodoro verde; prosciutto, salame e finocchiona con pecorino semistagionato; picci con salsiccia, cipolla, sedano e carote; gnocchi al ragù di anatra; trippa in umido; peposo fiorentino; patate al forno e spinaci saltati; torta di pere.

I vini in tavola: Rosso dell'Elba biologico 2020 (Montefabbello, Portoferraio); Chianti Classico biologico 2021 (Ceppetio, Mercatale Valdarnone); Passito (azienda Massina, Monteriggioni).

Commenti: Locale dall'atmosfera un po' retrò, conosciuto nella zona per servire piatti della tradizione toscana. L'aspettativa non è andata delusa. Le portate sono apparse di buona fattezza e tra tutte gli Accademici hanno dato la preferenza, nel giudizio finale, al peposo fiorentino, tenero e gustoso. Qualche piccolo appunto è stato riservato al servizio, non del tutto puntuale e attento. La riunione conviviale è stata preceduta da un'interessante relazione sul tema "La presenza nel cibo di contaminanti chimiche" tenuta dal professor Claudio Leonzio, già ordinario di Ecologia all'Università di Siena.

VALDARNO FIORENTINO 18 marzo 2022

Ristorante *"Da Padellina"* della famiglia Parenti, in cucina Rolando Parenti. ●Corso del Popolo 54, Greve in Chianti (Firenze); ☎055/858388; dadadellina@gmail.com; coperti 70+20 (all'aperto). ●Parcheggio comodo; ferie 15 giorni a gennaio e 15 giorni ad agosto; giorno di chiusura giovedì. ●Valutazione 8; prezzo fino a 35 €; carte accettate CartaSi/Visa/MasterCard.

Le vivande servite: crostini neri e mezzone; pasta e fagioli alla fiorentina; pollo al Vinsanto e assaggio di stracotto alla Medici; patate in ghiotta; torta della nonna.

I vini in tavola: Lamole di Lamole 2018.

Commenti: Il tema del convivio dedicato alla cultura è stato "Sostenibilità a tavola, il cibo del domani", illustrato dal Simposiarca Ruggero Larco e dal Delegato di Empoli Massimo Vincenzini, Presidente dell'Accademia dei Georgofili. Durante la serata è stata accolta la nuova Accademia Roberta Ceppatelli. Lo chef ha proposto un ottimo menu della tradizione toscana. Particolarmente apprezzato lo stracotto che ha ricevuto massimi voti. Al termine della serata, il Delegato Sandro Fusari ha offerto ai titolari il volume *Storia della Cucina Italiana a fumetti*.

VALDELSA FIORENTINA 16 marzo 2022

Ristorante *"Casa Chianti"* di M. Canton, in cucina Marco Capriotti. ●Via Lucardese 8, Fiano, Certaldo (Firenze); ☎0571/669688; coperti 45+60 (all'aperto). ●Parcheggio comodo; ferie

novembre; giorno di chiusura lunedì. ●Valutazione 7,98; prezzo da 36 a 45 €; carte accettate CartaSi/Visa/MasterCard.

Le vivande servite: tonno di maiale e confettura di cipolla, sformatino di cipolla rossa, crema di pecorino e noci, lonzino di Montalcino e scaglie di grana, crostino di salsiccia e birra nel forno a legna; picci fatti in casa sul ragù del norcino; pollo rosso a collo nudo sulla brace con patate al forno; tiramisù scuola pavesino.

I vini in tavola: Vermentino (Tenute Belguardo Mazzei); M Emme (Podere La Cappella); Moscato (La Morandina).

Commenti: Riunione conviviale della cultura, Simposiarca Marco Mazzoni. Ottimi i piatti serviti dallo chef Capriotti. Ospiti i produttori dell'alga spirulina dell'azienda Becagli di Grosseto che hanno raccontato la spirulina come *superfood* dagli innumerevoli effetti benefici, proponendo anche un assaggio di alcuni prodotti. Serata piacevolissima ricca di Accademici e ospiti.

VIAREGGIO VERSILIA 24 marzo 2022

Ristorante *"L'Enoteca"* della famiglia Prosperi, in cucina Serena Prosperi. ●Via Ugo Foscolo 10, Viareggio (Lucca); ☎0584/359321; info@enotecaristorante.com, www.lenotecaristorante.com; coperti 40+30 (all'aperto). ●Parcheggio comodo; ferie variabili; giorno di chiusura martedì. ●Valutazione 8; prezzo da 66 a 100 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: gambero su gazpacho di pomodoro con nido di pasta kataifi, branzino a bassa temperatura su crema di carote e punte di piselli; riso con scampi e zafferano; filetto di rombo su ristretto di champagne e finocchi fritti; sorbetto al mandarino e zenzero; crostata scomposta di frutti di bosco e fragole.

I vini in tavola: Dom Perignon Vintage; Chardonnay Attems (Frescobaldi); Lacrimarosa Irpinia rosato (Mastroberardino); Moscato di Asti (Prunotto).

Commenti: "L'Enoteca" è un ristorante elegante, raffinato e curato in ogni dettaglio, caratterizzato da un'atmosfera romantica. Una cena deliziosa per riprendere la vita con-



TOSCANA segue

viviale e il senso di appartenenza all'Accademia. È un locale nato dalla passione gastronomica di uno chef stellato di origine lussemburghese, Henri Prosperi, mentre in cucina vi è la figlia Serena, una bravissima chef che fa della creatività e dell'attenzione alla materia prima gli ingredienti dei menu che vengono composti e aggiornati secondo il mercato e le stagioni. Il locale dispone ovviamente di una cantina di vini in un'ampia e curata selezione.



MARCHE

 **ANCONA-
RIVIERA DEL CONERO**
20 marzo 2022

Ristorante "L'Arnia del Cuciniere" di Claudio Api, anche in cucina. ●Via Baluffi 12, Falconara Marittima (Ancona); ☎071/9160055, cell. 339/6586107; info@arniadelcuciniere.it, www.arniadelcuciniere.it; coperti 100+40 (all'aperto). ●Parcheggio comodo; ferie gennaio; giorno di chiusura mai. ●Valutazione 8,5; prezzo da 36 a 45 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: la margherita in una scrocchiolina (impasto di semola di grano duro e farina di grano tenero); gran degustazione di pizze: quattro farine per quattro impasti; impasto di grano tenero Selezioni Manitaly e Tipo 2; "a tutto grano" monocoltivato integrale; "la marca" pizza padellino impasto con farina Mazi; focaccia alle pere, gelato al pecorino dei Sibillini e purea di viscioia.

Commenti: Il patron Claudio Api accoglie nella sua "arnia" dove il suo sogno è diventato realtà. La ricercatezza dei prodotti tipici regionali lo portano a immaginare e creare costantemente nuovi piatti e proporre le eccellenze del territorio. Le sue pizze nascono dalla collaborazione con il grande maestro Giuliano Pediconi. La ricerca continua e la passione per i lieviti lo hanno portato a proporre un percorso di diversi impasti legati alle farine prodotte dal Molino Mariani di Barbara

(Ancona). In tutti gli impasti viene utilizzato il Licoli (lievito madre in coltura liquida): a lievitazione mista, maturano diverse ore per offrire un sano piacere al palato. Degustazione di birre del Birrifico artigianale dei Castelli.

 **FERMO**
13 marzo 2022

Ristorante "Oscar&Amorina" di Il Pastaro marchigiano by Oscar e Amorina, in cucina Francesco Conti. ●Via Faleriense Ovest 69, Montegiorgio (Fermo); ☎0734/967351, fax 0734/968345, cell. 339/6410805; info@oscaramorina.it, www.oscaramorina.it; coperti 120+130 (all'aperto). ●Parcheggio comodo; ferie mai; giorno di chiusura mai. ●Valutazione 8,2; prezzo da 46 a 65 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: tagliere con spalletta, crostini con verza strascinata, polentine con guanciale; coratella di agnello di Amorina; contessine di Amorina; ravioli di Oscar alla fonduta di pecorino; agnello alla Amorina con verdura ripassata; il norcino: la salata a vista con degustazione alla brace; gelato di yogurt al lime e frutti di bosco.

I vini in tavola: Rosso Piceno Superiore (Tenuta della Riserva).

Commenti: Riunione conviviale patrocinata dal Comune di Montegiorgio in ricordo di Oscar Conti che insieme ad Amorina ha dato vita al baluardo della cucina tradizionale del Fermano. Menu di piatti che negli anni 80 fecero il successo del ristorante e ancora capaci di riscuotere l'unanime consenso degli Accademici. Il ricordo di Oscar è stato tratteggiato dal Delegato cui è seguito il Presidente della Provincia e Sindaco di Montegiorgio con aneddoti anche personali. Le Simposiarche Stefania Budassi e Adriana Botticelli hanno impreziosito l'evento con la proiezione di un'intervista di Oscar e della ricetta dell'agnello alla Amorina. Francesco Conti, patron, ha voluto far omaggio dello show cooking sulla "salata".

 **MACERATA**
27 febbraio 2022

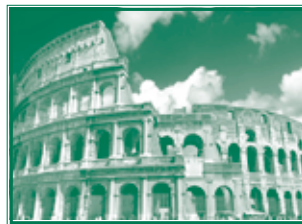
Ristorante "Parco Hotel" della famiglia Giustozzi, in cucina Samuele Giustozzi. ●Via Dante 41, Pollenza (Macerata); ☎0733/549347, cell. 338/4959053;

info@parcohotel.it; coperti 230+250 (all'aperto). ●Parcheggio privato del ristorante; ferie gennaio; giorno di chiusura martedì. ●Valutazione 7,5; prezzo da 36 a 45 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: olive all'ascolana; millefoglie di maiale con ananas grigliato, misticanza, ricotta infornata e melagrana; ravioli di ricotta e spinaci con pesto di pistacchio e tartufo; paccheri con pomodorini e porcini con peperoncino; filetto di manzo in crosta di parmigiano e riduzione di rosso Conero con carciofi, zucchine e carote saltate; dolci di Carnevale.

I vini in tavola: Spumante Passerina (Velenosi); rosso Piceno Doc (Capecci); Vernaccia dolce spumantizzata (Quacquareni).

Commenti: La seduta di febbraio è stata caratterizzata da un'interessantissima conferenza del professor Maurizio Massi, che ha svolto brillantemente il tema "Cibi afrodisiaci tra mito e scienza". Il relatore ha esaminato alcuni prodotti ritenuti afrodisiaci e ne ha elencato le sostanze chimiche contenute. Così ha descritto i tartufi, il caviale, le ostriche, l'alcool, il peperoncino, le mandorle, lo zafferano e il cioccolato. Per rimanere in tema, nel menu figuravano tartufi, peperoncino, spumante e liquori. E il relatore ha tenuto a precisare che conta moltissimo l'ambiente, il lusso, il locale elegante, lo sfoggio delle luci, i brillanti.



LAZIO

 **LATINA
ROMA APPIA**
13 marzo 2022

Ristorante "La Catena" dei fratelli Macera, in cucina Massimiliano Cocco e Pitro Chirico. ●Via della Catena 1, Sermoneta (Latina); ☎0773/319119, fax 0773/318524, cell. 338/7615351; lacatenawedding@gmail.com, www.lacatenaeventi.it; coperti 400+100 (all'aperto). ●Parcheggio privato del ristorante; ferie 15 giorni a febbraio e

15 giorni a novembre; giorno di chiusura da lunedì a mercoledì. ●Valutazione 8,1; prezzo da 36 a 45 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: vol au vent con verdure, spiedini con pomodorini pachino e mozzarella, finger food, frittini di verdure; prosciutto di Bassiano, bruschetta al pomodoro, olive di Gaeta, mozzarella di bufala pontina, bresaola con rughetta e parmigiano, melanzana grigliata, polentina ai funghi; tagliolini artigianali con carciofi di Sezze e guanciale; gnocchi artigianali di patate al ragù; costolette di abbacchio indorate e fritte; patate al forno, broccolotti, finocchi con mango e noci; millefoglie espressa ai frutti di bosco; zeppole alla crema.

I vini in tavola: Riflessi bianco e rosso; Templum Moscato di Terracina (entrambi Cantina Sant'Andrea, Borgo Vodice); prosecco di Valdobbiadene.

Commenti: La Delegazione si è riunita per il "Pranzo della Domenica", composto di numerose portate approntate secondo le classiche ricette della tradizione laziale. Ha partecipato al convivio anche la Delegazione di Roma Appia guidata da Mirella Audisio. Era presente anche la Delegata di Sofia Penka Nesheva. Apprezzato l'aperitivo di benvenuto servito a buffet con scenografica presentazione. Il resto del pranzo, il cui menu è stato descritto nella brillante relazione della Simposiarca Anna De Donato Nascani, si è svolto secondo l'ormai consolidata professionalità del locale, contraddistinta dalla cura dei particolari con cibo di qualità e del territorio.



ABRUZZO

 **CHIETI**
24 febbraio 2022

Ristorante "Lido Pesce Palombo" della famiglia Veri, in cucina Mirco Trivillino. ●Via Lungomare 218, Fossacesia (Chieti); ☎cell. 333/5458419; coperti 40+40 (all'aperto). ●Parcheggio comodo; ferie 10 gennaio - 10 febbraio;

giorno di chiusura martedì. ●Valutazione 6,5; prezzo da 36 a 45 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: cartocetto di alici fritte dell'Adriatico; baccalà su minestra di ceci; tagliolini all'uovo, code di scampi e crema di zucca; trancio di ombrina, crema di finocchi allo zafferano, cime di rapa e patate; emisfera ai due cioccolati, sfumata alla birra.

I vini in tavola: Pecorino spumante extra dry (Collemoro); Cerasuolo d'Abruzzo Doc biologico (azienda agrobiologica Jasci & Marchesani); Gesmino passito bianco Abruzzo Dop (agricola Pasetti, Francavilla al Mare).

Commenti: Il Simposiarca, neoaccademico Diego De Carolis, insieme alla brigata di cucina, ha proposto un menu di sapori tipici del mare abruzzese, sapientemente interpretati, con il risultato di un'esperienza culinaria di prim'ordine in una sala accogliente e incorniciata dalla vetrata che sembra portare i commensali direttamente sulla spiaggia. La serata è stata impreziosita dalla presentazione del volume dell'Artusi, da parte del postulante Ariberto Di Felice, che ha dato una lettura personale del celebre libro e centrata sull'umanità dell'autore.



CAMPANIA

 **BENEVENTO**
12 marzo 2022

Ristorante "Antica Masseria Simeone" di Lina Simeone. ●Via Consortile Vitulanese 78, Foglianise (Benevento); ☎0824/871643, anche fax, cell. 338/9642928; linasimeone1972@gmail.com; coperti 45+35 (all'aperto). ●Parcheggio privato del ristorante; ferie mai; giorno di chiusura mai. ●Valutazione 8,4; prezzo fino a 35 €; carte accettate nessuna.

Le vivande servite: pizza piena; peperoni imbottiti; zeppole di pasta cresciuta; salsiccia rossa di Castelpoto; crostino con guanciale; pri-

mosale; fusilli di Castelpoto; rollé di maiale; carciofi fritti; zeppola di San Giuseppe.

I vini in tavola: Aglianico; Falanghina (Antica Masseria Simeone).

Commenti: In occasione della consegna del premio "Giovanni Nuvoletti" al Consorzio della Salsiccia rossa di Castelpoto, la riunione conviviale si è svolta in un antico casale in pietra dotato di sala da pranzo ingentilita da un grande camino sempre acceso. Le pietanze servite, utilizzando esclusivamente ingredienti provenienti dall'azienda agricola omonima, ripropongono ricette antiche della società contadina del luogo, saporite e abbondanti. Di particolare interesse i fusilli di Castelpoto, realizzati con farina saragolla e lavorati con il ferretto, quindi un formato cavo che accoglie il sugo arricchito da salsiccia di polmone (cosiddetta pezzente). Il servizio è attento e garbato.



BASILICATA

 **MATERA**
28 febbraio 2022

Ristorante "Le Bubbolo" di Pietro Demuro, in cucina Nicola Stella. ●Via San Potito 57/B, Matera; ☎0835/1970562, cell. 329/3910506; lebubbolo@gmail.com; ristorantelebubbolo.it; coperti 45+45 (all'aperto). ●Parcheggio zona pedonale; ferie seconda settimana di novembre; giorno di chiusura lunedì. ●Valutazione 9,5; prezzo da 36 a 45 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: cardoncelli, polpettine di pane di Matera e carciofi in doppia consistenza; raviolo di salsiccia pezzente di antico suino nero lucano, spuma di pallone di Gravina e limone candito; antico suino nero lucano di produzione propria: pancia in olio cottura, puntine brasate e rollé di stinco con radicchio e salsa di mele; pane di Matera caramellato con gelato alle olive candite.

I vini in tavola: Sophia bianco biologico Fiano; Teodosio Aglianico

del Vulture Doc (entrambi Cantina Basilisco).

Commenti: Materia prima eccellente per il menu dedicato al suino nero lucano di Piero Demuro, allevatore prima che ristoratore. Elegante e intenso il gusto dei ravioli con la pezzente, e ricco il secondo piatto con il suino nelle tre cotture: a bassa temperatura nell'olio, brasato all'Aglianico e fritto e arrotolato al forno. Un piatto antico ha aperto il pranzo: cardoncelli con polpettine di carne e uova; in chiusura, in versione dolce, il pane di Matera caramellato e accompagnato dal gelato alle olive candite: un ricordo antico della merenda di pane, zucchero e olio. Plauso unanime allo chef materano Nicola Stella.



CALABRIA

 **COSENZA**
20 marzo 2022

Ristorante "Trattoria del Sole" della famiglia Pinelli, in cucina Giusy Folda e Rosa Pinelli. ●Via Piave 15, Trebisacce (Cosenza); ☎0981/51797, cell. 389/0765062; www.latrattoriadelsole.com; coperti 75+25 (all'aperto). ●Parcheggio comodo; ferie mai; giorno di chiusura domenica sera e lunedì. ●Valutazione 7; prezzo da 36 a 45 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: orecchiette con alici fresche, capperi, pomodorini e mollica di pane croccante; riso di Sibari con gamberi viola ai sentori di biondo tardivo e limone di Rocca Imperiale; cernia della secca di Amendolara al forno con patate; sorbetto agli agrumi.

I vini in tavola: Pecorello Calabria bianco Igp; Pecorello Macerato Calabria bianco Igp (Ferrocinto).

Commenti: "Si potrà provare a recidere tutti i fiori ma non si potrà mai fermare la primavera". È stata questa massima attribuita a Pablo Neruda, che vale nella stessa misura per la libertà, la speranza e la visione di futuro, a coniugare lo spirito della

riunione conviviale accademica con il momento caratterizzato da venti di guerra e perdurante coda della pandemia. Bella e sentita la relazione del Simposiarca Francesco Tirone che ha seguito le note dei colori e delle fragranze tipiche del territorio, tutte ben presentate dalla cucina, per condurre i numerosi Accademici verso "i fiori della primavera" che "sono i sogni dell'inverno raccontati la mattina al tavolo degli angeli".



SICILIA

 **ALCAMO-CASTELLAMMARE DEL GOLFO**
6 marzo 2022

Ristorante "Triscele" di Giuseppe Alessandro, anche in cucina. ●Piazza della Repubblica 30, Alcamo (Trapani); ☎0924/525577; triscele2020@gmail.com; www.trisceleristorantealcamo.it; coperti 40+20 (all'aperto). ●Parcheggio comodo; ferie 15 - 30 settembre; giorno di chiusura lunedì. ●Valutazione 7,9; prezzo da 36 a 45 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: rana pescatrice con guanciale e salsa guacamole; caponata di pesce San Pietro; cestino di sfoglia con polpo, patate e polvere di olive; chicche di patate con ragù di triglie e mollica tostata; pesce pagro in crosta di sale; patate al forno; mousse di ricotta con pera e mandorle tostate.

I vini in tavola: Guardalomo Grillo Igp Terre Siciliane bio (azienda vitivinicola Candido).

Commenti: La Delegazione si è riunita presso un locale moderno e accogliente. La massima disponibilità dello chef Giuseppe Alessandro e l'alta professionalità del personale di sala hanno contribuito a rendere piacevole la riunione conviviale. Il menu è stato apprezzato da tutti e in particolare per il pesce proveniente dal golfo di Castellammare. Ottimi e squisiti gli abbinamenti dell'antipasto, gustose le chicche di patate con il ragù di triglie, apprezzate sia la presentazione sia la cottura in cro-



SICILIA segue

sta di sale del pesce. All'inizio della riunione conviviale, Paolo Candido, titolare dell'omonima cantina, ha presentato il vino Guardalomo, un Grillo Igp.

CANICATTI 28 febbraio 2022

Ristorante "Al Casale" di Francesco Asaro. ●Viale Bonfiglio 25, Castroflippo (Agrigento); ☎0922/829504, cell. 334/5752325; coperti 180+30 (all'aperto). ●Parcheggio comodo; ferie mai; giorno di chiusura martedì, a pranzo. ●Valutazione 8,7; prezzo fino a 35 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: carciofi gratinati, cardi in pastella, ricotta al forno, formaggio scoppiato, scacciate condite, nodini all'aglio; strozzapreti al ragù di cinghiale; carne di cinghiale alla griglia; patate al forno; insalata verde; composta di frutta; torta alla crema con fragoline di bosco.

I vini in tavola: Syrah (CVA, Canicatti).

Commenti: La riunione conviviale si è svolta nell'accogliente saletta privata del ristorante. Dopo il saluto e l'interessante relazione "Il Carnevale a tavola" della Delegata Rosetta Cartella e le ricette, le curiosità gastronomiche, narrate dalla Simposiarca Giuseppina Cartella, la serata è proseguita con la cena, attorno a una tavola accuratamente imbandita. Il menu, apprezzato da tutti per l'ottima qualità del cibo e per la sapiente rielaborazione di antiche ricette, è stato illustrato dalla signora Enza Calari, appassionata di cucina e moglie del responsabile di sala Francesco Asaro, che coadiuva nella gestione. Molto cortesi e attenti i camerieri, impeccabili nel servizio.

CATANIA 14 marzo 2022

Ristorante "Il Bell'Antonio" di Tudi-sco di Bella, in cucina Sandra di Bella. ●Piazzetta Sebastiano Addamo 3/5, Catania; ☎095/7153690, cell. 334/5815356; www.ristorantepescecatania.it; coperti 100+90 (all'aperto). ●Parcheggio zona pedonale; ferie mai; giorno di chiusura mai. ●Valutazione 7,7; prezzo da 46 a 65 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: sarde a beccafico; polenta frita con telline; tartare di tonno rosso; mousse di baccalà



con marmellata di peperoni; mezzi paccheri alla catanese con crema di piselli, alici, finocchietto selvatico, salsa di estratto di pomodoro e mollica tostata; filetti di spigola in crosta di agrumi al panperduto con verdure grigliate; freschezza di limone, affogato al caffè.

I vini in tavola: Lalùci Grillo Sicilia Doc 2020 (Baglio del Cristo di Campobello).

Commenti: Riunione conviviale nella sala al primo piano del ristorante nel centro storico di Catania, alle spalle di piazza Università. Il Simposiarca Rocco Cipri ha evidenziato come la materia prima, il pesce fresco, sia elemento essenziale della cucina tipica catanese che in questo locale trova espressione nei piatti della tradizione, ma moderni, ideati da Sandra di Bella e i suoi ragazzi di cucina. Apprezzatissimi i mezzi paccheri alla catanese, primo piatto simbolo della locale cucina di pesce. Servizio attento.

MODICA 13 febbraio 2022

Ristorante "Invito" di Salvatore Conti. ●Contrada Trecasucce Torre Rodosta 2, Modica (Ragusa); ☎334/9693098; coperti 30+40 (all'aperto). ●Parcheggio comodo; ferie mai; giorno di chiusura lunedì. ●Valutazione 8,1; prezzo fino a 35 €; carte accettate CartaSi/Visa/MasterCard.

Le vivande servite: pasticcio di lasagne alla modicana; spezzatino di bovino di razza modicana in bianco con patate e verdure; bianco-mangiare caldo al latte, mousse di limone.

I vini in tavola: Vino Nero d'Avola selezionato dal ristorante.

Commenti: La Delegazione si è riunita presso il ristorante "Invito", ubicato nella campagna modicana a poca distanza dal centro abitato. Prima del pranzo, l'Accademica Marcella Pugliese e l'ospite Nicola Zirone hanno piacevolmente conversato sullo spezzatino, non solo delle varianti del Modicano e del Netino, ma della sua origine e delle sue ricette in Francia e nell'Europa continentale. Il maestro di cucina Peppino Conti ha confermato, ancora una volta, la bontà e l'eccellenza della sua cucina, ispirata ai profumi e ai sapori della tradizione locale, riadattata con un pizzico di spontanea originalità, con l'utilizzo di materie prime stagionali, locali e di qualità.

RAGUSA 19 marzo 2022

Ristorante "Duomo Ciccio Sultano" di Ciccio Sultano, anche in cucina. ●Via Capitano Bocchieri 31, Ragusa Ibla (Ragusa); ☎0932/651265; reservation@ristoranteduomo.it, www.cicciostultano.it; coperti 38. ●Parcheggio scomodo; ferie 7 gennaio - 14 marzo e 24 e 25 dicembre; giorno di chiusura domenica sera, lunedì. ●Valutazione 8,7; prezzo oltre 100 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: scampo gigante, porri selvatici e salsa di coralli; farfalle al salmone mediterraneo, tonnetto e rapa rossa; gelato al tartufo; cotoletta di ricciola, salsa di cicala di mare e primavera di verdure alla nissena; cassata siciliana gelato.

I vini in tavola: Mon Pit Blanc de Blanc 2016 (Cantine Russo); Vigna San Francesco Chardonnay 2018 (Tasca); Archineri Pietradolce 2017.

Commenti: Consuetudine appuntamento da Ciccio Sultano, cucina

eccellente a Ragusa Ibla. Bellissima esperienza sensoriale nel locale tutto riservato agli Accademici ragusani. L'occasione è il nuovo menu messo a punto nei mesi di chiusura e realizzato ufficialmente in questa occasione. Presentato dal Simposiarca Emanuele Gucciar-dello, amico personale dello chef, Ciccio Sultano ha accolto con garbo e squisitezza i numerosi convenuti. Applauditissimo il primo piatto ma, in generale tutte le portate, compresa una cassata andata a ruba. Vini discreti e servizio oltre le migliori aspettative.

SIRACUSA 26 febbraio 2022

Ristorante "Bistrot La Sedia" di Società Hotel Panorama srl, in cucina Maurizio Urso. ●Via Necropoli Grotticelle 33, Siracusa; ☎0931/412188; info@hotel-panoramasi.it; coperti 100. ●Parcheggio privato del ristorante; ferie mai; giorno di chiusura mai. ●Valutazione 8,3; prezzo da 36 a 45 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: napoletane: broccoletti e bufala; stracciatella e alici; siciliane: flan di broccoletti e ricotta con spaghetti di verdure croccanti e salsa di cacio ragusano; risotto alla zucca leggermente affumicata, funghi porcini, straccetti di maialino nero dei Nebrodi e fonduta di piacentinu ennese; filetto di maialino siciliano in crosta di pane al carrubo, la sua glace, patate Anna e cicoriette ripassate; millefoglie di cialda, cannolo allo zafferano, ricotta e salsa di cioccolato di Modica.

I vini in tavola: Lamberti brut extra dry; Montelimo Nero d'Avola (entrambi Cantine Fazio); Adorè Moscato (Casa Grazia).

Commenti: La Vice Delegata Rosalia Sorce, nelle vesti di Simposiarca, ha presentato il tema: "Il cannolo: dolce emblema della Sicilia". Un lungo applauso e l'elogio del Delegato hanno sottolineato l'apprezzamento per l'interessante relazione. È stato servito il pranzo in tavola: sequenza di pietanze ben confezionate dallo staff guidato con maestria dall'executive - chef Maurizio Urso, esaltando le materie prime di eccellenza del territorio e ben proposto con professionalità e cortesia dalla brigata di sala. Vini in buon abbinamento. Il Delegato Angelo Tamburini ha consegnato il guidoncino e la vetrofania.



SARDEGNA

CAGLIARI

5 marzo 2022

Ristorante "La Marinella" di Alfonso srls. ●Viale Golfo di Quartu 47, Quartu Sant'Elena (Cagliari); ☎327/7373110; info@lamarinellapoetto.it, lamarinellapoetto.it; coperti 60+40 (all'aperto). ●Parcheggio comodo; ferie mai; giorno di chiusura mai. ●Valutazione 8; prezzo da 46 a 65 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: insalata di mare; salmone marinato agli agrumi; gnocco fritto con salsa di basilico; gambero in pasta kataifi su letto di cipolla caramellata; cozze alla marinara; fregola spirulina ai frutti di mare; trofie alla Marinella; fritturina mista del golfo e pinzimonio; seba-da e raviolo fritto.

I vini in tavola: Nuragus Doc (Locci Zuddas); Carignano del Sulcis Doc (Mesa).

Commenti: Storico ristorante, interamente ristrutturato, sul lungomare di Quartu Sant'Elena. Le ampie vetrate che si affacciano sulla spiaggia del Poetto creano immediatamente un ambiente accogliente e festoso. Nella bella stagione è piacevole mangiare all'aperto nelle ampie terrazze a due passi dal mare. Il menu realizzato con il pescato del Golfo di Cagliari si ispira ai piatti della tradizione locale.

CAGLIARI CASTELLO

3 marzo 2022

Ristorante "Arke" di Christian Carboni, in cucina Bruna Melis. ●Viale Cristoforo Colombo 3, Quartu S. Elena (Cagliari); ☎070/883663; info@arke-ristorante.it, arke-ristorante.it; coperti 80. ●Parcheggio scomodo; ferie gennaio; giorno di chiusura domenica sera. ●Valutazione 8,5; prezzo da 36 a 45 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: polpo croccante, crema di carote e zenzero, bietole all'olio e limone; insalata di gamberi

e scaglie di bottarga di muggine; risotto con carciofi, scampi, anacardi e liquirizia (riso Carnaroli Passiu); "sa cassola": zuppa di pesce; soffice di ricotta, cioccolato fondente e crema all'arancia.

I vini in tavola: Sardegna Semidano Superiore; Vermentino di Sardegna (entrambi Cantine Fattorie Isola); Nuragus di Cagliari Perlas (Cantina di Dolianova); bianco passito Ternura (Cantina sociale del Mandrolisai).

Commenti: Serata piacevole, con buona partecipazione di Accademici e ospiti. Apprezzeremo tutte le portate e l'abbinamento con i vini. Fra questi, in particolare, il Semidano e il Nuragus che ben si coniugano con i piatti di pesce della tradizione del Sud Sardegna. Ottimo l'abbinamento del polpo croccante con zenzero e crema di carote. Originale il primo a base di risotto con perfetta armonia dei componenti; molto apprezzata la zuppa di pesce con prodotto freschissimo e di grande qualità. Ottimo il dessert di ricotta con buon equilibrio fra cioccolato e crema all'arancia.

SASSARI

25 febbraio 2022

Ristorante "Liberty" di Cristiano Andreini, anche in cucina. ●Piazza Nazario Sauro 3, Sassari; ☎079/4361125, cell. 346/4952795; info@ristoranteliberty.it, www.ristoranteliberty.it; coperti 50+30 (all'aperto). ●Parcheggio zona pedonale; ferie mai; giorno di chiusura domenica. ●Valutazione 8; prezzo da 46 a 65 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: crostini con salsa agliata; carpaccio di ricciola con carciofi alla brace e agrumi; insalatina di calamari hummus, zaatar e capperi; involtino di cavallo in agretto di arancia e sumac; paella di fideua con ragù di ossobuco e cardoncelli in scapece; muggine alla brace nel suo pâté e bietolone ripassate; gelato al fieno bruciato con crema di mele cotogne al Moscato.

I vini in tavola: Bianchi Parallelo 41, 2019 (Sella & Mosca); Nuragus di Cagliari (Pala); Spezieri 2017 (Tenute Col d'Orcia).

Commenti: Ristorante storico nella Sassari vecchia, che è stato appena rilevato e rinnovato, con un piacevole arredamento *minimal*, dallo (stellato) chef algherese Cristiano Andreini. Il ristorante si caratterizza



per la ricerca della cottura alla brace, di cui Cristiano ha fatto la sua arte. Questa nuova avventura gastronomica nasce dall'incontro di Paesi, storie e persone che hanno al centro il Mediterraneo, con richiami al vicino Oriente. La cena organizzata dal Simposiarca Giacomo Spano si è svolta in un'atmosfera amichevole, e persino gioiosa, tra un ottimo servizio, mai invadente, e la generosa ospitalità dei ristoratori. La cena è stata apprezzata da tutti gli Accademici.



EUROPA

GERMANIA

COLONIA

11 marzo 2022

Ristorante "Sansone due" di Giuseppe Sansone, in cucina Fabio Parentela. ●Komödienstrasse 60, Colonia; ☎0049/221124444; info@sansone.de; coperti 70+25 (all'aperto). ●Parcheggio comodo; ferie mai; giorno di chiusura domenica. ●Valutazione 8,3; prezzo da 46 a 65 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: carpaccio di manzo; vitello tonnato; mozzarella di bufala con pomodorini; polpo in umido; verdure miste alla griglia; tagliatelle fresche nella forma di parmigiano con tartufo nero di Alba; sorbetto al prosecco; filetto al Barolo con verdure miste e patate

al rosmarino; tiramisù ai lamponi e baci di dama.

I vini in tavola: Sauvignon; Merlot Fabio; Barolo Nirvasco (Bersano).

Commenti: La Delegazione si è finalmente riunita, dopo una lunga pausa. Il tema della serata, la cucina piemontese, è stato magnificamente soddisfatto dallo chef Fabio Parentela del ristorante sito nel cuore della città, a due passi dal Duomo. Si è iniziato con un mix di antipasti che rappresentavano alcune delizie regionali italiane, tra cui il vitello tonnato, tagliatelle fresche al tartufo nero e un ottimo filetto al Barolo. La ciliagina sulla torta sono stati i baci di dama offerti col dessert. Il Delegato, Vincenzo Pennetta, ha intrattenuto gli ospiti.

PAESI BASSI

DEN HAAG-SCHEVENINGEN

13 febbraio 2022

Ristorante "Il Peperoncino" di Nicola e Michele Ciricosta. ●Verwersdijk 124, Delft; ☎00321/52223147; www.ilpeperoncino.nl; coperti 58. ●Parcheggio comodo; ferie n.d.; giorno di chiusura lunedì. ●Valutazione 7,4; prezzo da 36 a 45 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: affettati, formaggi, mozzarella, parmigiana di melanzane, polpette, sauté di vongole e cozze, focaccia; gnocchi fatti in casa con 'nduja e burrata; ossobuco e polenta; merluzzo alla mediterranea; tiramisù.

I vini in tavola: Prosecco; Pinot Grigio Veneto Doc 2021 (Le Contesse); Syrah Terre Siciliane Igt, 2020 (Duca di Saragnano); Vermentino Salento bianco Igp 2020; Primitivo Salento



EUROPA segue



rosso Igp 2018 (entrambi Vecchia Torre).

Commenti: Riunione conviviale in onore di San Valentino. L'antipasto molto generoso è stato accompagnato dal pane fatto in casa: una specialità del ristorante. La combinazione della 'nduja e burrata con gli gnocchi ha piacevolmente sorpreso i commensali. L'ossobuco e polenta, anch'esso in porzione generosa, è stato cotto alla perfezione e presentato su un disco di polenta. Il merluzzo accompagnato da una salsa alle erbe e verdure è stato apprezzato anche per la presentazione. Il tiramisù, anche se forse un po' troppo dolce, ha soddisfatto gli amanti del dessert. Nel complesso, l'impressione è stata di cenare con buon cibo onesto e con un servizio cordiale e attento.

REGNO UNITO



LONDRA
27 febbraio 2022

Ristorante "Al Mare" di The Carlton Tower Jumeirah, in cucina Marco Calenzo. ●1 Cadogan Place, Londra; ☎0044/02078587250; www.jumeirah.com; coperti 80+16 (all'aperto). ●Parcheggio privato del ristorante o garage convenzionato; ferie mai; giorno di chiusura domenica sera, lunedì. ●Valutazione 8,8; prezzo da 66 a 100 €; carte accettate American Express, CartaSi/Visa/MasterCard.

Le vivande servite: arancini di tonno, cocchi al tartufo, olive ascolane, vitello tonnato, parmigiana di me-

lanzane, tartare di tonno con caviale; agnolotti del plin; risotto ai funghi porcini fermentati e bergamotto; branzino ai carciofi; torta al cioccolato peruviano.

I vini in tavola: Moscato d'Asti; Blandine Judeka 2020 (Terre Siciliane); Merlot 2019; Chardonnay 2019; prosecco rose 2020 (tutti Villa Bogdano 1880, Venezia).

Commenti: Lo chef si è superato per offrire un menu squisito con piatti tipici cucinati alla perfezione, affiancati a creazioni come il risotto con funghi fermentati e le olive ascolane fatte a mano e farcite di tonno. Interessante l'aperitivo, un Bellini rivisitato, a base di Moscato d'Asti, pesca chiarificata e aggiunta di Co. Buoni i vini. Il Delegato Maurizio Fazari, dopo aver salutato gli ospiti, il dottor Alessandro Motta, Ministro Plenipotenziario dell'Ambasciata Italiana e la professoressa Katia Piz-

zi, Direttore dell'IIC, ha consegnato a Lucille Perricone l'attestato di 25 anni di Accademia. La serata si è conclusa con applausi al team di cucina e di sala e alle Simposiarche Lucille Perricone e Silvia Mazzola.

SPAGNA



MADRID
10 marzo 2022

Ristorante "La Tavernetta del Pirata" di Rosalba Poerio. ●Santa Engracia 26, Madrid; ☎003191/8191349; rpoerio@latavernettadelpirata.com, www.ilpiratafamily.com; coperti 65+15 (all'aperto). ●Parcheggio comodo; ferie dall'8 al 21 agosto; giorno di chiusura mai. ●Valutazione 8; prezzo da 36 a 45 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: verdure grigliate; zeppoline; bruschette; bucatoni del nonno; paccheri al ragù di con-



glio alla ischitana; calamari ripieni; coniglio alla ischitana; caprese con gelato alla vaniglia; agrumata della nonna Rosalba.

Commenti: Per la prima riunione conviviale dell'anno, è stato scelto questo locale di recente apertura, figlio della tradizione cinquantennale dell'omonimo locale di Sant'Angelo di Ischia. Il giovane chef Vincenzo Miele ha reso onore alla tradizione gastronomica ischitana proponendo piatti che hanno conquistato i palati degli Accademici più esigenti. Ottimi i bucatoni del nonno. Molto apprezzato il coniglio all'ischitana, mentre vero entusiasmo ha suscitato l'agrumata con agrumi di Ischia. Ingredienti di alta qualità e di rigorosa provenienza italiana. Servizio efficiente e professionale. Vini autoctoni. In conclusione, una serata di successo con applauso finale e consegna del meritato guidoncino.

SVIZZERA



SVIZZERA ITALIANA
15 marzo 2022

Ristorante "Ciani Lugano" di Ciani Lugano SA, in cucina Dario Ranza. ●Piazza Indipendenza 4, Lugano; ☎0041/919226655; www.cianilugano.ch; coperti 100+50 (all'aperto). ●Parcheggio comodo; ferie n.d.; giorno di chiusura mai. ●Valutazione 8,35; prezzo da 46 a 65 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: tronchetti di polpo arrosto con hummus di piselli alla menta accompagnato da pane alle olive; perle di Carnaroli con cipollotto, fave e baccalà accompagnato da pane ai pomodori secchi; uovo, polentina, asparagi e spugnone accompagnati da pane di mais "carlon"; filetto di carbonaro con stufato di trippa allo zafferano accompagnato da pane parigino bianco; medaglione di vitello in crosta di pinoli con salsa al wasabi accompagnato da pane 104; semifreddo alla liquirizia con insalatina di finocchio e arance.

I vini in tavola: Vigna dell'Aspide bianco del Ticino Doc 2020; Capriasca rosso, Merlot Ticino Doc 2019 (in magnum); Bianco della Piana, bianco del Ticino Doc 2020; Agra Merlot Riserva Ticino Doc 2019 (tutti della Cantina Pelossi SA, Lugano-Pazzallo).

Commenti: Prima riunione conviviale "post-pandemia" presso il ristorante Ciani a Lugano dove gli Accademici sono stati accolti dallo

chef Ranza, che ha preparato un percorso gastronomico meraviglioso. Ospite della serata, Massimo Turuani che dal 2000 presiede la Società Maestri Panettieri-Pasticcieri-Confettieri del Cantone Ticino e fa parte inoltre della giuria della Coppa del mondo del Panettone che si svolge a Lugano a scadenza biennale. Ha parlato di tutte le fasi per produrre il pane e in particolare sui pani che hanno completato le proposte gastronomiche. I vini sono stati all'altezza dei piatti serviti. Gran successo anche per il numero di partecipanti (44).



NEL MONDO

STATI UNITI D'AMERICA

NEW JERSEY
22 febbraio 2022

Ristorante "Fiorentini" di Antonio e Brenda De Ieso, in cucina Antonio De Ieso. ●98 Park Avenue, Rutherford (New Jersey); ☎0032/9737213404; www.florentinirest.com; coperti 55 (solo all'interno). ●Parcheggio comodo; ferie mai; giorno di chiusura lunedì e martedì. ●Valutazione 7,8; prezzo da 36 a 45 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: arancini di riso e bruschetta all'olio di casa; tortelloni di patate con ragu di agnello e parmigiano reggiano; gnocchi ripieni "cacio e pepe"; costine di maiale con polenta, peperonata, fondo bruno; branzino con patate al forno e salsa mugnaia; bomboloncini.

I vini in tavola: Brut prosecco Doc (Tosca); Corte di Giso Irpinia-Falanghina 2020; Marchio Storico Terracoppa Morellino di Scansano 2016 Doc; Moscadoro Moscato 2019 Doc (Cantine Volpi Tortona).

Commenti: In linea con il tema del 2022, il locale pone l'accento sull'approvvigionamento dalla fattoria alla tavola, utilizzando prodotti locali. Arancini croccanti e bruschetta all'olio d'oliva, ottimi antipasti con il prosecco. I tortelloni di patate, fatti in casa, sono stati i preferiti della serata insieme al branzino. Atmosfera

davvero piacevole, Antonio e Brenda molto gentili. Il Simposiarca Kent Lerner ha tenuto un'interessante presentazione sulla statua del David, accompagnando la Delegazione attraverso una divertente ed educativa lezione di arte/storia.

NEW YORK
22 febbraio 2022

Ristorante "Il Divo" di Christian Montoro, in cucina Antonio Savino. ●1347 2nd Avenue, New York; ☎001/2123808164; reservation@ildivo.restaurant; www.ildivo.restaurant; coperti 40. ●Parcheggio scomodo; ferie mai; giorno di chiusura mai. ●Valutazione 8; prezzo da 46 a 65 €; carte accettate tutte.

Le vivande servite: carpaccio di polpo con spicchi di arance e pompelmo; zuppa di farro con legumi e brodo di pomodoro; paccheri con vongole e bottarga; filetto di cefalo con caponata di melanzane; babà napoletano al limoncello.

I vini in tavola: Torbato brut NV (Sella e Mosca); Fiano di Avellino Radici 2019 (Mastroberardino); Etna bianco Sicilia 2020 (azienda agricola Tornatore); Etna rosso Sul Vulcano, 2018; passito di Pantelleria Zibibbo Ben Rye (entrambi Donnafugata).

Commenti: La cena è iniziata con un caloroso saluto del proprietario, Antonio Sinesi, in diretta dal suo ristorante milanese. Gli Accademici sono stati accolti in un ambiente elegante e confortevole. Onorati dalla partecipazione del Console Generale a New York, Fabrizio Di Michele, e del Direttore ICE, Antonino La Spina. La Simposiarca Monica Fornier, dell'Ospedale Sloan-Kettering, ha tenuto un istruttivo discorso, con presentazione video, sui benefici della Dieta Mediterranea. Lodevole l'antipasto in una presentazione artistica, la zuppa perfetta per una serata piovosa, e il pesce con una ricca e gustosa caponatina. Complimenti per l'abbinamento cibo/vino e per l'ospitalità.

TUNISIA

TUNISI
26 febbraio 2022

Ristorante "L'Astragale" di L'Astragal, in cucina Salah Jamazi. ●17, Avenue Charles Nicolle, Tunisi; ☎0021/671785080, cell. 0021/620328639; contact@restaurant-lastragale.com; www.restaurant-lastragale.com; coperti 45+30

(all'aperto). ●Parcheggio comodo; ferie agosto; giorno di chiusura sabato a pranzo e domenica. ●Valutazione 8; prezzo da 36 a 45 €; carte accettate CartaSi/Visa/MasterCard.

Le vivande servite: cuore di carciofo scottato con dadini di verdure fresche e il suo gamberetto; vellutata di zucca agli aromi di campagna; agnello nostrano di Cap Zebibin con crema saporita aromatizzata all'aglio rosa; semifreddo con canditi siciliani e coulis di albicocche.

I vini in tavola: Rosso Phenicia Doc 2017 (Domaine Shadrapa).

Commenti: La riunione conviviale, perfettamente organizzata dalla Simposiarca Marysa Impellizzeri, ha consentito agli Accademici di scoprire nel centro di Tunisi questo eccel-



lente ristorante, ricavato dall'ingegnosa ristrutturazione d'una antica ed elegante villa coloniale d'epoca francese, dove ogni pietanza è stata preparata compiutamente. La serata è stata particolarmente piacevole, complici sia l'elegante *location* sia il menu molto apprezzato per l'originalità e per il riuscito accostamento dei vari ingredienti. Il servizio è stato impeccabile e professionale. Il Delegato Luigi Collu si è complimentato con lo chef confermando, con l'ottimo risultato della votazione, il successo enogastronomico della serata.

DONATORI DELLA BIBLIOTECA NAZIONALE "GIUSEPPE DELL'OSSO"

Delegazione di Messina

"Il cibo italiano negli Stati Uniti.

La rivisitazione dei piatti siciliani più noti"

di Attilio Borda Bossana (Messina: Stampa Open srl, 2021)

Ragna Engelbergs, Vice Delegata della Lunigiana

"The via Francigena and its typical dishes. History, architecture and recipes of the Tuscan segment of this historic road"

di Ruggero Larco (Firenze, Aska Edizioni, 2018)

Vittorio Marzi, Consultore Delegazione di Bari

"Prodotti alimentari tipici della Puglia.

Feste religiose, fiere, sagre, tradizioni dei comuni"

a cura di Vittorio Marzi, Renato Morisco, Leonardo Verdini

Rosa Maria Rossomando Lo Torto, Delegata di Venezia

"Le tre stelle di Romano. Burano:

arte e storia di un ristorante entrato nel mito"

(Venezia: Lineadacqua, 2021)

Massimo Vincenzini, Delegato di Empoli

"Civiltà agrarie del Medioevo. Il Trattato di agricoltura di Wang Zhen (1313)"

a cura di Paolo Nanni e Hao Xu

(Firenze: Società Editrice fiorentina, 2021)

"Olivi di Toscana"

a cura di Paolo Nanni (Firenze: Edizioni Polistampa, 2012)

"Olivo, olivicoltura, olio di oliva. Guardando al futuro"

a cura di Amedeo Alpi, Paolo Nanni, Massimo Vincenzini (Firenze, Edizioni Polistampa, 2021)



NUOVI ACCADEMICI

PIEMONTE

 **Ciriè**
Guido Di Carlo

LIGURIA

 **Albenga e del Ponente Ligure**
Paola Bruzzone ● Simona Sardegna

LOMBARDIA

 **Brescia-Terre dei Fontanili**
Enrico Bertoni ● Stefano Bonera ●
Riccardo Colosio

 **Lariana**
Rossana Fontana

 **Lecco**
Giovanni Corti ● Graziano Mazzucotelli

 **Varese**
Sabrina Calzavara ● Stefano Colombo ●
Paolo Crosta

TRENTINO - ALTO ADIGE

 **Merano**
Mario Bisica

FRIULI - VENEZIA GIULIA

 **Muggia-Capodistria**
Daria Dossi

 **Udine**
Federica Duri

EMILIA ROMAGNA

 **Bologna dei Bentivoglio**
Enrico Malpezzi

 **Castel San Pietro-Medicina**
Paolo Borgatti ● Giorgio Brini ●
Gianluigi Mazzoni ● Gabriele Rinaldi

 **Cento-Città del Guercino**
Patrizia Mandini

 **Cervia-Milano Marittima**
Accademico onorario: Gianni Carciofi
Federica Giannotti

TOSCANA

 **Firenze**
Giuseppe Ulivi

 **Livorno**
Piero Vatteroni

 **Pisa**
Antonio Nazaro

 **Pistoia**
Martina Bongi ● Marco Del Pinto ●
Alessandro Giovannetti ● Donatella Vezzali

LAZIO

 **Formia-Gaeta**
Anna Concettina Morreale ● Pasquale Ranucci

 **Latina**
Maria Brancaccio

ABRUZZO

 **Avezzano e della Marsica**
Walter Spera

PUGLIA

 **Castel del Monte**
Barbara Favuzzi

BASILICATA

 **Potenza**
Antonella Olita

SICILIA

 **Catania**
Pietro Castellino ● Maria Corsaro ●
Claudia Licciardello ●
Maria Antonietta Licciardello

 **Marsala**
Francesco Fici

 **Messina**
Carmelo Brigandì ● Elena Cammareri ●
Emilia Ciriaco ● Giancarlo Cordasco ●
Luigi Hyerace ● Maria Concetta Mancuso ●
Teresa Luciana Maugeri ●
Giovanni Pizzimenti ● Marisa Renda

 **Palermo**
Alessandra Alaimo

SARDEGNA

 **Nuoro**
Agostina Angela Leoni

AUSTRIA

 **Vienna**
Vincenzo Commare

EMIRATI ARABI UNITI

 **Dubai**
Massimo Cannizzo ● Piki Fuks ●
Claudio Romagnoli

FRANCIA

 **Parigi Montparnasse**
Michel Floccari

GERMANIA

 **Colonia**
Johannes Zilkens

REPUBBLICA DI SAN MARINO

 **San Marino**
Ilaria Cecere ● Maria Teresa Muscioni

STATI UNITI D'AMERICA

 **Boston**
Francesco Fragasso ● Francesco Gambino ●
Carla Vollaro

 **Houston-Texas**
Russel Kridel ● Pamela Lombana-Livesay

 **Los Angeles**
Daniel Joseph Mcclory ● Alexia Melocchi ●
Alessandra Tarrisi De Jacobis

 **Miami**
Andrea Di Giuseppe ● Andrea Marcora

 **New York**
Claudio Pagliara

SVEZIA

 **Stoccolma**
Accademico onorario: Vinicio Mati

SVIZZERA

 **Zurigo**
Lisa Cavicchioli ● Cosimo Violati

TUNISIA

 **Tunisi**
Tommaso Sansone

NUOVE DELEGAZIONI

PIEMONTE

 **Del Monferrato**
Delegato: Pietro Caire
Vice Delegato: Claudio Cerrato
Segretario-Tesoriere: Mirella Morra
Consulatore: Franco Bazzi
Accademici: Alessandro Adinolfi ●
Luigi Caputo ● Giovanni Chiarle ●
Marco Cibir ● Franco Dana ● Luigi Doria ●
Umberto Fasoglio ● Livio Negro ●
Simone Portalupi ● Paolo Secco ●
Filippo Tarocco

TRASFERIMENTI

LOMBARDIA

 **Lodi**
Roberto Pertile *(da Vigevano e della Lomellina)*

EMILIA ROMAGNA

 **Bologna dei Bentivoglio**
Piergiulio Giordani Pavanelli *(da Bologna)*

 **Modena**
Luigi Gallinoni *(da Milano Navigli)*

TOSCANA

 **Siena**
Giovanni Bussu *(da Monaco di Baviera)*

CAMPANIA

 **Napoli**
Nunzia Sena *(da Napoli-Capri)*

SICILIA

 **Ragusa**
Antonella Rollo *(da Modica)*

FRANCIA

 **Parigi**
Christian Fife *(da Bruxelles)*

REGNO UNITO

 **Londra**
Filippo Scevola *(da Torino Lingotto)*
Malvina Sella Tabusso *(da Torino Lingotto)*
Sharon Vit *(da Shanghai)*

VARIAZIONE INCARICHI

VENETO

 **Rovigo-Adria-Chioggia**
Consulatore: Luigi Marangoni

TRENTINO - ALTO ADIGE

 **Merano**
Delegato: Raoul Ragazzi
Vice Delegati: Piero Bernabè ● Aldo Clementi
Segretario: Mario Bisica
Tesoriere: Josef Alois Pircher
Consultori: Manuel Bertagnolli ●
Simone Ciaglia ● Mario Coin ●
Emanuele De Nobili ● Peter Lahn

FRIULI - VENEZIA GIULIA

 **Pordenone**
Delegato: Cristina Sist
Vice Delegato: Giorgio Viel
Segretario-Tesoriere: Alfredo Taiariol
Consultori: Paolo Bellaviti ● Paolo Brunetin ●
Christian Lucchese ● Erica Martin ●
Gian Nereo Mazzocco ● Claudio Negrini ●
Renato Zanella

TOSCANA

 **Maremma-Grosseto**
Consulatore: Massimo Ussia

MARCHE

 **Ancona**
Segretario: Giovanni Gara

PUGLIA

 **Foggia-Lucera**
Delegato: Pierluigi Pinto
Vice Delegati: Germano Benincaso ●

Francesco Paolo Nardelli
Segretario-Tesoriere: Pietro De Martinis
Consultori: Giuseppe Agnusdei ● Angelo Palmieri

SICILIA

 **Messina**
Segretario: Salvatore Ragusa

REPUBBLICA DOMINICANA

 **Santo Domingo**
Delegato onorario: Mario Boeri

NON SONO PIÙ TRA NOI

LOMBARDIA

 **Milano**
Alfredo Campanini Bonomi

EMILIA ROMAGNA

 **Bologna dei Bentivoglio**
Giorgio Palmeri

LAZIO

 **Roma Olgiata Sabazia e Valle del Tevere**
Giuseppe Menconi

SICILIA

 **Palermo Mondello**
Alberto Gagliardo De Stefano

SARDEGNA

 **Cagliari Castello**
Josto Musio

GERMANIA

 **Francoforte**
Rainer Gottwald

GRANDUCATO DEL LUSSEMBURGO

 **Lussemburgo**
Valerio Rossi

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



FOCUS

see page 3

NEW CHALLENGES AND NEW OPPORTUNITIES AWAIT US

Increasingly valued by institutions, the Academy is called upon to foster Italian cuisine and food culture worldwide in an incisive manner.

Over the past few days, we have had **extremely fruitful and interesting meetings with representatives and functionaries of governmental and private bodies** including universities, other academies and cultural associations. These were exchanges of opinions and perspectives regarding the current and future situation pertaining to the agrifood world, particularly cuisine. Each meeting differed in content and some even led to the signing of Memoranda of Understanding, while others were **harbingers of further developments in the short and medium term**. Of course, each participant's vision depended on their own role, but there was always unanimous appreciation of the work and organisation of our Academy, which has succeeded in holding firm to its principles over time and has continuously and concretely undertaken its activities in the recent terrible months of the pandemic.

Four primary objectives

Coexisting with the multiple viewpoints mentioned above, **several firm commonalities** clearly and preponderantly emerged; we should summarise and emphasise them here to

make **all Academicians informed and active participants** in our Academy's forthcoming endeavours.

Our **four primary objectives** can be identified thus:

- 1) Foster Italian cuisine worldwide;
- 2) Safeguard the Mediterranean diet's distinctiveness;
- 3) Provide information regarding food choices; and
- 4) Stimulate opportunities for interaction and deeper understanding.

To reach these goals, our Delegations and Legations must take action to **promote our best local products** (PDO, PGI, TGI) by, inter alia, protecting our country's varied local traditions. Particular effort should be dedicated to **organising conferences, seminars, round tables and awareness campaigns**, in schools and elsewhere, and informing consumers about balanced and healthy nutrition and lifestyles.

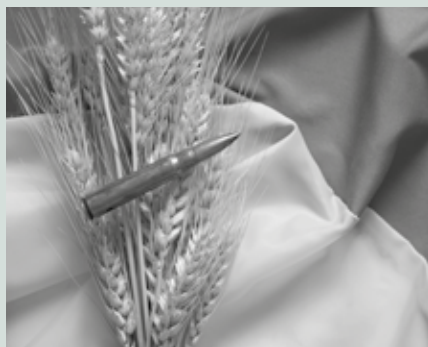
We are called upon to be **more incisive** in communicating

Initiate communication, especially with the young

with Europe and the world about **the principles of Italian food culture**, especially with young people. In other words, our actions and publications, which have garnered much appreciation, should not only foster Academic cohesion but also **credibly and authoritatively inform the outside world**, which is increasingly beleaguered and threatened by counterfeit products and misinformation. New challenges and opportunities await us, therefore. I am certain that we shall not disappoint those who believe in us.

Paolo Petroni





WAR COMES TO DINNER

See page 4

The food world has gone mad and we're all suffering the consequences. The dramatic Ukrainian war has, by now, developed culinary repercussions. The food market crisis even affects gourmet fare: whatever lands on our plate, whether at home or in restaurants, travels along a supply chain which is not always squeaky-clean, carrying the risk of dispensing with 'best practices' defending biodiversity and the ecosystem.

THE MEDITERRANEAN DIET: A NEVERENDING STORY

See page 6

According to the ranking of the prestigious US News & World Report, in 2022 the Mediterranean Diet has again won the title of world's healthiest food regime, for the fifth consecutive year. The assessment relies on a detailed analysis of 40 diets. The Mediterranean candidate attained the coveted recognition thanks to its cardiovascular benefits and for combating cognitive ageing.

DINO BUZZATI AND THE MAGIC OF THE TABLE

See page 8

Lunigiana Academician Giuseppe Benelli remembers Dino Buzzati, one of the Academy's founders alongside Orio Vergani, in the 50th year after his death. In his literary universe, the food theme plays the double role of "authentic element", connected with a pure life, and "inauthentic element", signalling a consumer lifestyle.

BIODIVERSITY REGAINED

See page 10

The study of several fruit varieties depicted by the Medici court painter Bartolomeo Bimbi usefully extends current scientific knowledge. Increasingly valuing biodiversity, many scholars have initiated projects to document and safeguard it, leading to collections and renewed cultivation of numerous crops. This salvage operation is crucial, because every vanished gene means a loss of memory, experience and food tradition.

CHRISTIANITY AND FAVA BEANS

See page 12

The message from Pope Francis to the FAO in February for World Pulses Day occasioned wonder and considerable interest. He defined pulses as "a noble food with enormous potential to strengthen food security worldwide". Long ago, in the second half of the 3rd century, another Pope, St Eutychian, manifested an interest in legumes, particularly fava beans, as the Christian worldview recognised the importance of such crops for those of humble means.

IN PRAISE OF WINE

See page 14

Between the 17th and 18th centuries, wine was vastly transformed: wine-making techniques unchanged since the Middle Ages were modified in pursuit of uniform taste and quality. Sealing bottles with corks became a sign of excellence and prestige. In the same period, many authors chose wine as a guiding theme of their works.

VIGNOLA AND THE BAROZZI CAKE

See page 16

No cherries, Vignola's signature fruit, in the black cake invented in 1886 by the brilliant baker Eugenio Gollini: gluten-free, dry and wrinkled on the outside, soft and moist on the inside. Later named 'Barozzi cake' in homage to the architect Jacopo Barozzi,

it remains an enchanting mystery of a thousand fragrances, because, despite many imitation attempts, nobody has thus far solved the enigma of its recipe.

SANREMO-STYLE RABBIT

See page 18

In the westernmost portion of Liguria, rabbit is a culinary mainstay and the pride of family cooks and the most competent restaurateurs: in particular, *coniglio alla sanremasca* ('Sanremo-style rabbit'). Its classic version requires high-quality meat and a cooking process involving onion, garlic, aromatic herbs and wine. Many recipes also add black olives, preferably pitted.

THE PURPLE ARTICHOKE OF SANT'ERASMO

See page 20

The island of Sant'Erasmo has long been considered the vegetable garden of Venice. Its highly saline soil, whose texture fosters excellent root development, has historically facilitated abundant and particularly flavoursome crops. Its best-known product, known as the 'Sant'Erasmo purple artichoke', is indeed intensely purple and rather petite. It is gastronomically versatile: sliced raw; sautéed; in soup; over pasta; in omelettes, and in as many other ways as our creativity can devise.

"SO TO THE PLAIN THEY TREAD THE ANCIENT PATH..."

See page 22

On 11 December 2019, the UNESCO World Heritage Committee added transhumance to the Intangible Cultural Heritage list. Its origins are extremely ancient: there is evidence of a true transhumance, regularly undertaken between Abruzzo and Puglia, dating from 2,500 years ago (5th century BC). Transhumance and *tratturi* (drover's trails) have left a gastronomic mark, with such historic dishes as the bread soups *acquasale* and *pancotto* and the mutton stew *pecora al cotturo*.

REMEMBRANCE OF TASTES PAST: FRASCÀTULA FROM ENNA

See page 24

Similar to *polenta*, the evocatively named *frascàtula* has almost entirely vanished from the Enna district, perhaps because it is associated with 'lean times'. Its commonest recipe uses durum wheat flour cooked in the water used for boiling *smiuzzatura* (Sicilian broccoli) or other vegetables. Cubes of pan-fried lard, *pancetta* or sausage are optional to add flavour.

SA COCCOI PRENA

See page 26

Sa coccoi prena is among the characteristic Sardinian dishes typical of the archaic, sylvan cuisine of the Ogliastra area, particularly Jerzu and the towns of the Pardu valley. In former times, this distinctive stuffed flatbread provided sustenance to shepherds during their long work days. Golden and crunchy on the outside, it contains a soft, pale filling: a shell of durum wheat flour and yeast surrounding a fragrant mixture of potatoes, extra-virgin olive oil, sheep's cheese or *casu 'e fitta* (sheep's or goat's cheese preserved in brine), garlic and mint.

SEA URCHINS

See page 28

We have evidence that this unique fruit of the sea was appreciated at least as far back as ancient Greece. The animal's delicious edible portion, with an intense, distinctive sea flavour between sweet and salty but more delicate than that of oysters,



lends itself well to several ingenious and intriguing 'starred' recipes, besides a simple dish especially popular in Puglia, Sicily and Sardinia: the prized sea urchin spaghetti.

EXTRA-VIRGIN OLIVE OIL: A GOOD FAT

See page 30

Extra-virgin olive oil is highly digestible, facilitates gastric and liver function and keeps the intestine regular. Its exceptional resistance to heat makes it uniquely capable of warding off oxidation and reducing cell degeneration. It is the only oil able to attenuate the effects of hot condiments, and also 'cleanses' the blood.

BROTHS AND STOCKS

See page 32

Cooking with a pot or over an open flame has long represented the difference between the feminine and masculine culinary spheres. Broth, assigned to the female domain, traditionally pertains to subsistence cooking, particularly in peasant homes. In the 19th century, it was ennobled: starting a meal with a cup of consommé was a sign of elegance. Today, after being periodically in vogue, home-made broth has fallen from fashion, replaced by ready-made stock in cubes or tetrapak containers.

HERBAL TEAS: AN EXCELLENT HABIT

See page 34

Tisanes represent a break in the frantic pace of our days, a personal moment, a habit of self-care in the spirit of relaxation and harmony with nature. The choice of herbs in a tisane, and their quality, dependent on crops with a traceable and monitored supply chain, is fundamental for deriving the maximum possible benefit from the beverage.

FOOD SAFETY, ONCE AGAIN

See page 36

This past 8 March, the EFSA (European Food Safety Authority) published an interesting

study on HPP (High-Pressure Processing) for processing food without heat. The EFSA pointed out that HPP involves no greater microbiological risk than traditional heat-based processing. This technology is therefore a valid and useful method of increasing many products' shelf life, especially for improving food safety for cooked meats, fresh, soft and semi-soft cheeses and smoked fish.

COOKING SMELLS IN SHARED BUILDINGS

See page 37

Persistent cooking fumes and food smells in shared hallways and stairs increasingly lead to court: an article of Italy's Penal Code, indeed, posits "olfactive nuisances". The unpleasant food smell rankings are topped by 'ethnic' food spices, distantly followed by deep-frying and grilling smells. The Association of Building Administrators invites parties in such disputes to "find an amicable solution and strive to be tolerant".

16 MAY: THE FEAST OF ST UBALD

See page 38

A bishop, born in Gubbio in 1084, St Ubald is the patron saint of Gubbio. His *Festa dei Ceri* (literally 'candle festival') is one of the world's most beloved and engaging folkloristic celebrations. The banquets that solemnise it are secondary but still very significant, because of their locations, high attendance and historic and social value, both for their organisers and those preparing the food. The recipes used have been passed from generation to generation, from *coratella di agnello* (lamb offal stew) to *friccò* (strongly flavoured chicken or mixed meat stew) to *baccalà* (dried salted cod).

*Translator: Antonia Fraser Fujinaga
Summarized: Federica Guerciotti*