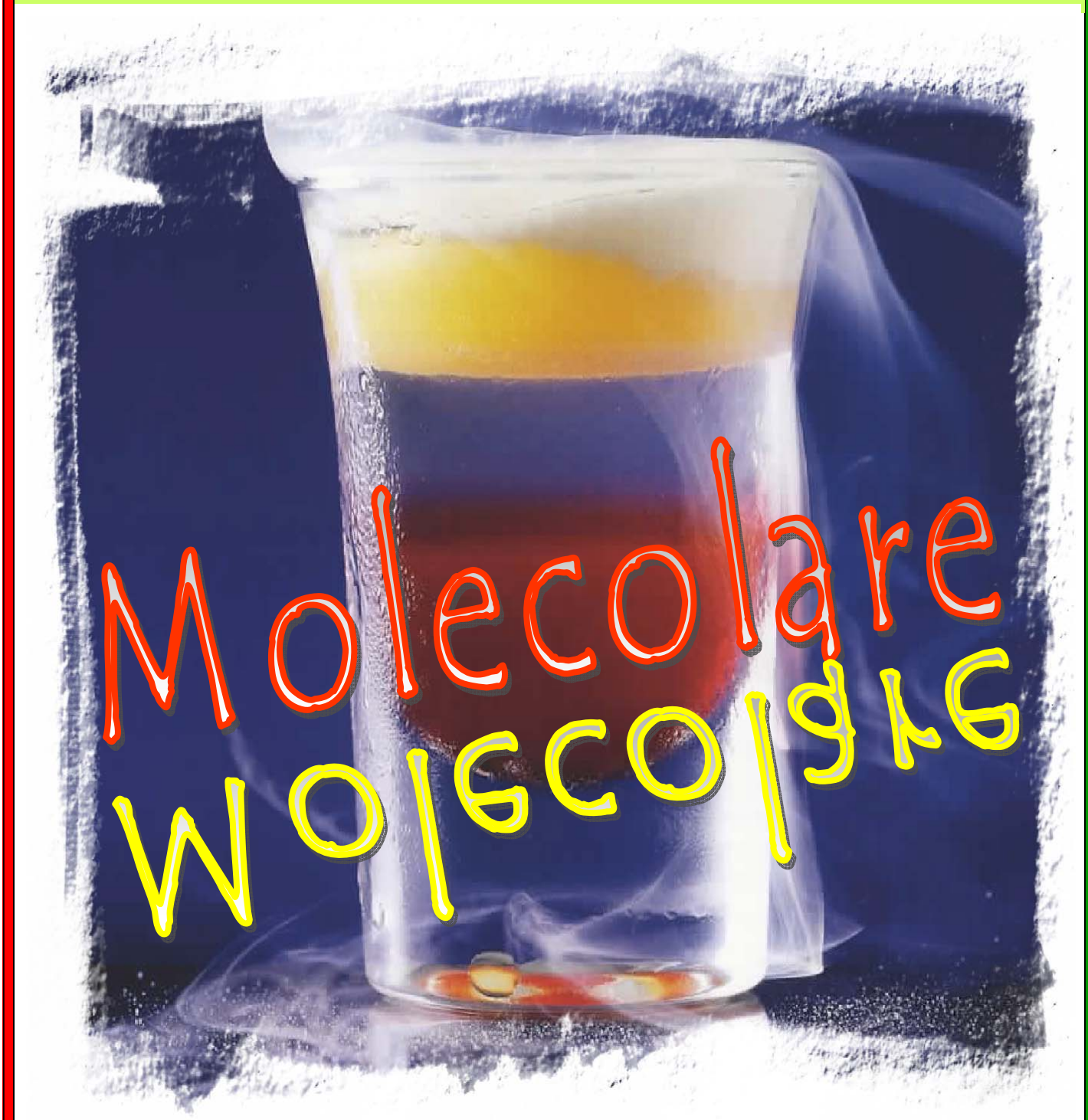
RISTONEWS PERIODICO DI RISTORAZIONE, HOTELLERIE E CULTURA ENOGASTRONOMICA ITALIANA NEL MONDO

RistoNews

La Rivista ufficiale di Ristoworld Italy



GENNAIO 2014
N° 10 - Anno III

Ristoworld Italy, via San Marino 10 Paternò (Ct) www.ristoworld.org

RistoNews

TRIMESTRALE DI CULTURA ENOGASTRONOMICA E TURISTICA ITALIANA NEL MONDO

RIVISTA UFFICIALE DI RISTOWORLD ITALY

Direttore Responsabile
Marcello Proietto di Silvestro
redazione@ristoworld.net
Mobile 333.5021044

Direttore Editoriale
Andrea Finocchiaro

Vicedirettore & Ricerche Speciali
Titti Dell'Erba
event.relation@ristoworld.net
Mobile 327.1811875

Capo Redattore
Serena Surdo

Responsabile Coordinatore Operativo Delegazioni Regionali Italiane
Gregori Nalon

Progetto Grafico e Impaginazione
Ristoworld Italy

Fotografia
Archivio privato, Rete & Internet

Autorizzazione del Tribunale di Catania
N. 02 del 2012

Invia i tuoi articoli, lettere, commenti, recensioni, contributi fotografici a

redazione@ristoworld.net

Associazione Culturale Ricreativa
RISTOWORLD ITALY

Andrea Finocchiaro – Presidente
www.ristoworld.org
info@ristoworld.net
ristoworld@pec.ristoworld.net

*****

Editrice della Pubblicazione
Associazione Culturale Ricreativa
Ristoworld Italy
95047– Paternò (Ct) - Via San Marino 10
Tel: 3421223767

Stampa & Distribuzione
Sul sito e in download www.ristoworld.org

RistoNews Rivista Ufficiale di Ristoworld
Lascia agli autori degli articoli l'intera responsabilità dei loro testi

Ristoworld Italy assicura che i dati personali, in suo possesso, vengono trattati con tutta la riservatezza prevista dalla legge 196/03 e ulteriori modifiche, garantendo che, su richiesta, i dati personali potranno essere cancellati o rettificati

Per la Pubblicità su RistoNews

info@ristoworld.net

Chiuso in redazione 9 Gennaio 2014

In copertina: La cucina molecolare di Rolf Caviezel
Biblioteca Culinaria 2009

Sommario

4

Editoriale del Presidente Ristoword Italy

Andrea Finocchiaro

La Parola all'E-sperto

di

Gregori Nalon

11

20

Fusioni ed effetti

di

Luca Romeo

67

Lo Chef

Alessandro Russo

Responsabile Emergency

5

Riflessioni 2.0

di

Titti Dell'Erba

Piatti & creazioni

di

Simone Pezzulla

19

25

Monica Martino

Vi racconto le mie sperimentazioni in cucina

Record Made in Italy

di

Michele Lepre

69

6. I Contrappunti di Marsh

16. Appunti di Viaggio: Calabria

21. Ricette gustose di Paola Arena

30. Sigep: il gelato in vetrina

49. Serena Surdo: Cucina Etnea

71. Angeli Custodi del Territorio

CAMBIAMENTI POSITIVI

Andrea Finocchiaro

Ristoworld entra nel solidale con Ristoworld Emergency, Nucleo di Protezione Civile inserita nell'organico del Dipartimento Nazionale di Protezione Civile. Ristoworld Emergency sarà guidato dallo Chef Alessandro Russo

Carissimi Amici

il 2014 arriva alla grande per la nostra Associazione.
Nuovi assestamenti dell'organico, l'entrata di prestigiosi partner di rilievo nella nostra Associazione, stanno rendendo possibile un progetto che fino a poco tempo fa sembrava di lunga veduta.
E invece, con grande impegno e dedizione, siamo riusciti ad ottenere risultati strepitosi in tempi molto rapidi.
Ristoworld entra in campo nel 2014 con un brezza di rinnovamento lanciandosi in un impresa molto ardua e ricca di programmi, iniziando dal sito che con quel tocco di maquillage fa capire che l'Associazione cambia spirito di lavorazione, inserendo un interfaccia web molto più semplificata ma ricca di argomenti. E poi ancora la nascita della nostra nuova sessione Risto-News Time una vera e propria interfaccia con tutte le notizie dell' ultimo momento che succedono nel mondo Ristoworld e non solo curata dal nostro direttore Marcello Proietto di Silvestro che continua anche la cura, assieme allo Staff di Redazione, di Ristonews, la rivista ufficiale di Ristoworld Italia.
Andiamo avanti con la valorizzazione del nostro territorio, dove Ristoworld Academy inizia il suo percorso di formazione per coloro che amano la buona cucina il buon vino. E dal 2014 spazio anche all'Arte, con un programma tutto nuovo di conoscenza e valorizzazione dei territori Artistici d'Italia a cura di Alessio Raciti neo nominato responsabile Ristoworld per i Beni Culturali.
Adesso piu che mai Ristoworld entra nel solidale con Ristoworld Emergency, Nucleo di Protezione Civile inserita nell' organico d'emergenza del dipartimento nazionale di Protezione Civile.
Il Nucleo Ristoworld Emergency sarà guidato dallo Chef Alessandro Russo.
Sperando che quest' anno sia un anno pieno di innovazione auguriamo a tutti i nostri associati un 2014 ricco e colmo di cambiamenti positivi.

Il Presidente Ristoworld Italy
Andrea Finocchiaro

PER LA PUBBLICITA' SU RISTONEWS 342.1223767

Seguici su Facebook
ristoworld@groups.facebook.com

Ristoworld Italy

Con gli occhi del cuore

Cari amici, diamo il benvenuto al Nuovo Anno con questa "deliziosa" filastrocca di Gianni Rodari:

Fammi gli auguri
per tutto l'anno:
voglio un gennaio
col sole d'aprile,
un luglio fresco,
un marzo gentile;
voglio un giorno
senza sera,
voglio un mare
senza bufera;
voglio un pane
sempre fresco,
sul cipresso
il fiore del pesco;
che siano amici
il gatto e il cane,
che diano latte
le fontane.
Se voglio troppo,
non darmi niente,
dammi una faccia
allegra solamente.

Sarebbe bello aver un gennaio col sole d'aprile, un pane sempre fresco, il latte dalle fontane…
Purtroppo stiamo vivendo un periodo di transizione, di ansia, di crisi economica profonda.
Italiani sempre più poveri, stipendi immobili e disoccupazione galoppante.
Non brinda all'ottimismo il rapporto sulla Coesione Sociale del 2013 stilato da Istat, Inps e Ministero del Lavoro.
I dati elaborati a fine 2013 come ritratto sociale dell'anno che si è chiuso, contengono cifre in grado di rendere meno colmi di speranza i festeggiamenti per un nuovo inizio nel 2014.
Davvero triste tutto ciò. Però, i momenti di difficoltà non devono portarci alla resa, anzi!
Pensando all'anno appena trascorso, parlando della nostra Associazione e facendo il punto della situazione, tanti sono stati gli eventi organizzati, ideati progetti e strette collaborazioni e partnership con altre Associazioni.
Da Ristosummer Cup a "Italian Style", da Chef per un giorno a Enna, a CSC International Cake Designer e, non per ultimo a quello di "Piccolo Chef", concorso per chef in erba.
Abbiamo visto negli occhi dei tanti bambini e ragazzi, la voglia di partecipare, di sana competizione, di unione, di forza, bellissima esperienza realizzata con la complicità di genitori e insegnanti.
Quindi, la speranza di "una faccia sempre allegra" deve divenire lo slogan di tutti.
Basta prendere esempio dai bambini, sempre allegri, gioiosi e giocosi.
Cerchiamo, altresì di trovare la forza di "risollevarci" da questo momento buio e difficile proprio guardando loro che sono il nostro futuro.
Auguriamoci per l'anno 2014 un anno pieno di speranze, di belle aspettative, di gioia e serenità.
In fondo, noi "grandi" rimaniamo dentro un po' bambini e sognare non costa nulla…

**** vicedirettore Ristonews***

Titti Dell'Erba *

Abbiamo visto negli occhi dei tanti bambini e ragazzi, la voglia di partecipare, di sana competizione, di unione, di forza

*Marcello Proietto di Silvestro **

"Non possiamo andare dietro a 'sti quattro americani e spagnoli innovativi. La merenda va chiamata merenda, basta con gli happy hour"

Troppa chimica

Tra azoto, carbone, e cottura a basse temperature, "c'è troppa chimica in cucina; è diventata una sala operatoria".

Lo ha detto Gianfranco Vissani, chef che vanta le 'Tre forchette' nella guida del Gambero Rosso e personaggio televisivo, in occasione della presentazione del ristorante 'L'Altro Vissani' che ha aperto il 19 dicembre a Cortina presso l'hotel Bellevue Suites & Spa.

Secondo il cuoco umbro, con locali a Baschi, Orvieto, e a Capri, "occorre rivalorizzare la territorialità dei prodotti, il piacere conviviale della cottura allo spiedo e alla griglia, il profumo del pane intinto nel sugo. Dispiace veder prevalere invece la chimica nelle preparazioni gastronomiche. Col risultato che la clientela non riconosce più quello che mangia. E che tutte le pietanze arrivano tiepide perché non hanno nemmeno visto i fuochi.

Non possiamo andare dietro – ha detto Vissani - a 'sti quattro americani e spagnoli innovativi, quando noi abbiamo la pizza che è un brand dell'italianità fantastico. La merenda va chiamata merenda, basta con gli happy hour. Nella cucina italiana va soltanto ripensata la grassezza, ma alleggerire un piatto non significa ospedale. La semplicità in cucina valorizza i sapori". "Si può sempre fare un gran cenone in semplicità – suggerisce lo chef – con una gustosa pasta al tonno, o con le alici seguita da una peperonata in salsa di acciughe". Fin qui la nota dell'Ansa che riprende l'intervento del grande Vissani che, ovviamente, condividiamo appieno.

Abbiamo delegato la cucina alle mode del momento: basta vedere i canali tematici che ci propinano cibo e dolci di continuo. Praticamente un'overdose costante.

* Direttore Responsabile Ristonews

Fisica Chimica Tecnica Cucina?

La cucina molecolare o gastronomia molecolare è un insieme di nuove tecniche di cucina e di ricette, in continua crescita. Le nuove tecniche derivano dall'applicazione alla cucina tradizionale di conoscenze scientifiche anche estranee al mondo del cibo.

E' una disciplina che si è sviluppata alla fine degli anni ottanta presso l'INRA (Institut National de la Recherche Agronomique) presso il Collège de France di Parigi ad opera di Hervè This (fisico e gastronomo) e di Pierre Gilles de Gennes (Premio Nobel per la Fisica nel 1991); studi simili sono stati intrapresi anche da Nicholas Kurti (1908-1998, ricercatore di fisica ad Oxford in Inghilterra) e da Harold McGee (chimico alimentare negli USA).

In Italia lo studioso di maggior spicco è Davide Cassi, del Dipartimento di Fisica dell'Università di Parma. La nascita ufficiale della cucina molecolare è comunque da stabilirsi nel 1990 a seguito del primo Atelier Internazionale di Gastronomia Molecolare tenutosi ad Erice in Sicilia, da allora con cadenza annuale. Nel 2003 il fisico Davide Cassi ed il cuoco Ettore Bocchia hanno redatto il Manifesto della Cucina Molecolare Italiana a difesa delle tradizioni.

Il Manifesto

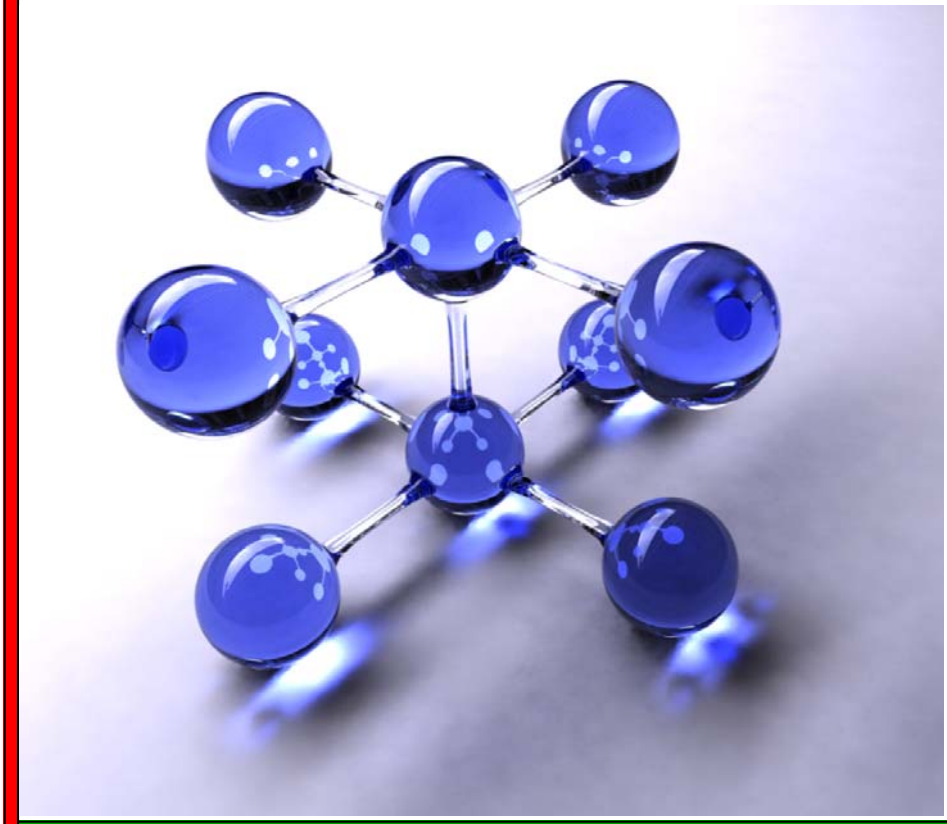
MANIFESTO DELLA CUCINA MOLECOLARE ITALIANA

1. Ogni novità deve ampliare, non distruggere, la tradizione gastronomica italiana.
2. Le nuove tecniche e i nuovi piatti devono valorizzare gli ingredienti naturali e le materie prime di qualità.
3. Sarà una cucina attenta ai valori nutrizionali e al benessere di chi mangia, non solo agli aspetti estetici e organolettici.
4. Realizzerà i suoi scopi creando nuove testure di ingredienti scelti in base ai criteri sopra enunciati. Creerà le nuove testure studiando le proprietà fisiche e chimiche degli ingredienti e progettando, a partire da queste, nuove architetture microscopiche.

La cucina molecolare rappresenta la frontiera più avanzata della ricerca gastronomica. Il suo cardine è la revisione dei classici metodi di cottura per creare nuovi sapori e migliorare i piatti dal punto di vista gastronomico ma anche nutrizionale. La cottura avviene spesso senza fiamma.
La cucina molecolare si basa sull'assunto che le possibilità di abbinamento e di trattamento dei cibi sono molto più numerose di quelle a cui siamo abituati. E utilizza metodi alternativi, basati sullo studio della modificazione delle molecole dei cibi, in grado di generare nuovi sapori.
Si scopre ad esempio che l'alcol ha il potere di coagulare le proteine dell'uovo senza alterarne il sapore e si può così ottenere un uovo solido come se fosse cotto mantenendogli la leggerezza e i sentori del crudo.
Il pesce viene cotto in una miscela di zuccheri fusi invece che nell'olio, e si scopre che il nuovo "liquido di frittura" dimezza i tempi di cottura.
Si può preparare un gelato istantaneo utilizzando l'azoto liquido a -196°C e scoprire la sensazione piacevolissima di un gelato che non raffredda la bocca e permette

di gustare il sapore con la stessa intensità dall'inizio alla fine.
La cagliata d'uovo, una crema semisolida e morbidamente malleabile, è ottenuta cuocendo l'uovo in alcool etilico a 95 gradi.
Oppure il «rombo assoluto», filetto di rombo avvolto in foglie di porro e cotto in una miscela di zuccheri fusi. Dolce?
No, perchè le foglie di porro, poi utilizzate per fare la salsa di accompagnamento, lo preservano dal contatto con lo zucchero.
Nessun grasso, una frittura perfetta che mantiene una consistenza soda delle carni del rombo e il gusto del pesce fresco grazie alla fluidità e alla temperatura costante del liquido di cottura, che non lascia sfuggire alcun liquido nè vapore dalla carne, mantenendo così un sapore eccezionalmente intatto.
Un capolavoro di termodinamica sono invece i «cuori caldi dal volto di ghiaccio», sfere di meringa ripiene di crema calda e avvolte in un cioccolato vetroso, lucido e ghiacciato. E per finire l'utilizzo del vuoto spinto per la preparazione di mousse e meringhe.

L'approccio scientifico della cucina molecolare apre un intrigante panorama creativo di ricette, abbinamenti e quant'altro.
Un esempio è il Green tea and lime Sour, una pietanza contenente sostanze simili a quelle del dentifricio in grado di lasciare la bocca pulita dopo averlo consumato, oppure ancora bevande che trattengono le caratteristiche aromatiche e i profumi di vari tipi di sigari pregiati utilizzati per l'infusione.
Polemiche sulla cucina molecolare
Il libro, uscito in Francia nel 2009, si intitola «No quiero volver al restaurante!» ed il suo autore è Jörg Zipprick, giornalista enogastronomico e collaboratore di numerose riviste del settore.
Il libro è una pesantissima accusa alla Cucina Molecolare e lo chef Ferran Adrià: secondo l'autore infatti non sarebbero loro gli inventori della cucina molecolare, ma tutti i processi e le tecniche di manipolazione sarebbero frutto di ricerche delle industrie chimiche. A far da mediatore fra cuochi e industrie sarebbe stata la Inicon (Introduction of innovative technologies in modern gastronomy for modernisation of cooking), un Istituto di ricerca dell'Unione Europea pagato con fondi pubblici: parte di questi fondi sarebbero finiti direttamente nelle tasche degli interessati.
L'accusa secondo cui la cucina molecolare non è un'invenzione di Adrià, secondo Zipprick, verrebbe direttamente dal Direttore dell'Inicon che dice: «Intere carriere sono state costruite sull'immagine degli chef scienziati» mentre le loro innovazioni «vengono da industrie chimiche come la TTZ di Bremerhaven (Germania)». Ricordiamo che la Cucina molecolare teorizza un approccio di tipo scientifico alla gastronomia, applicando tecniche e processi che mai si erano visti in cucina e sopratutto facendo un largo uso di gelatine, schiume, additivi ed altre sostanze chimiche. Secondo Zipprick tutti i brevetti della cucina molecolare sarebbero di proprietà di industrie chimiche. I fondi Europei sarebbero serviti quindi alle aziende solo per rendere appetibili e familiari sulle nostre tavole additivi e sostanze chimiche utilizzando cuochi famosi come Ferran Adrià, Heston Blumenthal ed altri come testimonial di una gigantesca operazione di marketing e pubbliche relazioni.



Chi Dove

I grandi maestri della cucina molecolare

FERRAN ADRIA'
Spagnolo, «padre della cucina del terzo millenio»
Non tutti conoscono la sua attività di ricerca all'interno di Alicia, una fondazione che si occupa di scienze e gastronomia, effetti dell'alimentazione sulla salute in condizioni normali e patologiche. Sono numerose le attività scientifiche e divulgative che svolge il centro in collaborazione con un elenco lunghissimo di partner.

HESTON BLUMENTHAL
Inglese, «Re della cucina inglese e futurista»

PIERRE GAGNAIRE'
Francese, «grande innovatore»

I ristoranti della cucina molecolare

DANI GARCIA - Marbella, Spagna
EL BULLI - Rosas, Spagna
EL CELLER DE CAN ROCA - Gerona, Spagna
AURUM - Singapore
KEE CLUB - Hong Kong
FAT DUCK - Berkshire, Inghilterra
DENIS MARTIN - Vevey, Svizzera
JADE ON 36 -shanghai, Cina
SERGIO HERMAN - Sluis, Olanda
ANTEPRIMA SHOW COOKING Chiuduno (Bergamo)
VILLA SERBELLONI- Bellagio (Como)
WD 50 - New YORK, Usa
ALINEA - Chicago, Usa
MOTO - Chicago, Usa

Leziosa.com

La parola all'Esperto

Cos'è e a chi serve la cucina molecolare?

È quell'insieme di tecniche, preparazione, lavorazioni degli alimenti preposta a migliorarne il gusto, l'aspetto e la digeribilità". Questo in sintesi quello che mi sento di definire come termine appropriato.

La domanda che moltissimi mi fanno quando si parla di cucina molecolare, scientifica, è spesso con spirito critico, di distacco, di cose aliene, io sorrido e gli chiedo se sanno cosa succede quando mettono un po di limone nel carpaccio, oppure quando mettono dell'olio nel tuorlo d'uovo e lo montano. Cose che facciamo sempre da mesi, anni, secoli eppure davanti a cucina molecolare cala la notte.

Lo scopo della gastronomia molecolare è quello di dare più informazioni di fisica e di chimica dell'alimento dei suoi processi utili per far comprendere i fenomeni che stanno alla base delle preparazioni culinarie. Chi fa "cucina molecolare " quella strana come spesso si dice spesso è preparatissimo, sa quello che fa, sa i limiti del prodotto, conosce le temperature, il motivo (purtroppo altri fanno veramente dei danni).

Come in tutte le discipline nella vita (che siano di cucina o di un altro lavoro) ci sono sempre dei rischi dati dall'ignoranza, dalla non conoscenza, dalla frenesia di dimostrare di essere i migliori, rischiando di perdere di fiducia con chi vede determinate cose e rischia di rovinare la categoria. La cucina nasconde da sempre trucchi, idee, segreti, dicerie che non sono dimostrabili e questo fa credere in molti casi di essere devoti, artisti, fenomeni, poi basta cambiare un bilanciamento

e pochi sanno reagire e ovviare al problema. La gastronomia molecolare da quando si è fatta posto nella cucina ha dato serietà, precisione, risposte, rassicurazioni, modernizzando la nostra disciplina culinaria che fin da ora era basata su luoghi comuni, consigli dell'amico, della nonna, troppo spesso infondati, uno su tutti: perché si rosolano le carni in padella prima di metterle in forno tipo un arrosto? Semplice la risposta. Per sigillare la carne e bloccare i succhi all'interno.

Giusto? Mi spiace sono solo stupidaggini che molti chef attuali blasonati dicono, anche chef che sono in tv a fare trasmissioni tipo Masterchef, per capirci senza fare nome e cognome.

La risposta è semplice: se fosse vera questa teoria mi spiegate perché un arrosto rosolato prima e messo a cuocere in forno a circa 160/180° entra 1 kg ed esce con un enorme calo peso?

Lo avete detto voi che rosolando si bloccano i succhi e cala meno.

Vedete che cascano dei miti?

Dei fenomeni? Chi studia e conosce un po' di chimica e fisica sa benissimo che a far calare il peso sono i liquidi che in gran parte evaporano perché esposti a temperature alte (vedi basse temperature), questo lo faceva anche mia nonna cucinando per ore e ore la carne, o ragù, spezzatini, ecc, mentre ora si vuol fare tutto veloce.

In parole povere, la gastronomia molecolare ha dato regole, precisione, risposte, certezze trasformando la disciplina "cucina" prettamente empirica, in una vera e propria scienza.

Come sempre non voglio che ogni disciplina, tecnica, sistema sia definito il migliorie, il giusto, ogni pietanza e cultura merita rispetto, ma sapere quello che si fa, perché, percome.

Beh, scusate è fondamentale e il dovere di potervi dare le mie impressioni e certezze deve dare a tutti noi quella voglia di cominciare a capire, informarsi, decidere di essere e non di subire le idee degli altri.

Gregori Nalon

Food Coach & Lean Food Manager

TESSERARSI CON RISTOWORLD

TESSERARSI CON RISTOWORLD E' ASSOLUTAMENTE GRATUITO E VIENE FATTO UNA VOLTA SOLA NELLA VITA.

VAI SUL NOSTRO SITO:

WWW.RISTOWORLD.ORG

E CLICCA SU ASSOCIATI E RIEMPI IL FORM

TI ARRIVERA' IN SEDUTA STANTE LA TUA TESSERA PER EMAIL CHE PROVVEDEREI A STAMPATE E PORTARE SEMPRE CON TE PER RICEVERE SCONTI E COMUNICAZIONE SU TUTTI I NOSTRI EVENTI.

Strepitoso Natale!

Ad aggiudicarsi il primo posto nella gara culinaria dell'Epifania su Raiuno lo chef palermitano Natale Giunta.

Il cuoco era abbinato al biglietto vincente della Lotteria Italia: grazie a lui 5 milioni di euro sono volati a Lecco

Ed è stato proprio lo chef palermitano a vincere la gara culinaria della trasmissione televisiva "La prova del cuoco", condotta da Antonella Clerici su Raiuno, durante la quale, come ogni Epifania, sono stati annunciati i biglietti vincenti della Lotteria.

Giunta nel 2012, quando gestiva la società di catering Ng Service, ha ricevuto numerose richieste di pizzo ma ha deciso, tramite l'associazione antiracket Libero Futuro, di rivolgersi alla polizia e denunciare gli estorsori che adesso sono sotto processo. "Denunciare il racket - afferma Giunta - dovrebbe essere la normalità. Bisogna farlo per spezzare un potere che trova nella paura e nella debolezza la sua legittimità".

Lotteria portata dalla Befana ha elargito doni anche in Sicilia: il sesto posto di quest'anno è andato a un palermitano che si è aggiudicato una vincita di 300 mila euro.

Giuseppina Avola
Repubblica.it

*****

Allo chef Natale Giunta i complimenti di tutta la Redazione Ristonews e dell'Associazione Ristoworld Italy!

Dolcetti al Cocco

di
Titti Dell'Erba

Responsabile Nazionale
PR Ristoworld

www.facebook.com/ttidellerbablog

Ingredienti per 30 dolcetti

250g. di mascarpone
75g. di biscotti secchi
60g. di zucchero semolato
30g di cacao amaro
Scaglie di cocco

Preparazione

Mettere tutti gli ingredienti in una ciotola e amalgamare bene con un cucchiaio di legno.
Formare delle palline e ricoprire di scaglie di cocco.
Sistemarle in dei pirottini di carta.
Ponete in frigo per alcune ore e servite.

In abbinamento

In abbinamento ai dolcetti una tazza di Aralia Ginseng e Coffee Gluten Free.

Torta Anniversario

Torta Anniversario

Ingredienti

5 uova
250g di farina 00
250g di zucchero semolato
200g di olio di semi di girasole
una bustina di lievito per dolci
500g di crema pasticcera
500g di ganache al cioccolato
Bagna al Rum
500ml di panna fresca montata
Confetti colorati

Procedimento

In una terrina mettete le uova intere e lo zucchero e montare per 10 minuti. Aggiungete l'olio e amalgamate bene, aggiungete la farina setacciata e, infine, il lievito.
Versate l'impasto in uno stampo e infornate a 180°C per 30 minuti circa.
Fate raffreddare il Pan di Spagna, tagliatelo a tre strati e bagnate con la bagna al rum.
Spalmate sul primo disco la crema pasticcera, sul secondo la ganache, chiudete con il terzo e decorate con la panna montata e confetti colorati.

Vino in abbinamento

Abbazia d'Amore Spumante brut Muscat

di
Titti Dell'Erba

www.facebook.com/ttidellerbablog

MISTERIOSA PERFEZIONE

I Bronzi di Riace, dopo una lunga opera di restauro sono di nuovo esposti nel Museo Archeologico di Reggio Calabria, poggiati su basi antisismiche che ne garantiscono la massima sicurezza.

Per il ritorno delle due statue è stata inaugurata una nuova sala alla presenza del ministro dei Beni culturali Massimo Bray e del presidente della Regione Calabria Giuseppe Scopelliti.

Il riallestimento completo del Museo sarà pronto entro l'aprile del prossimo anno.

La sala dei Bronzi è stata dotata di un avanzato sistema di controllo e filtrazione dell'aria per assicurare le migliori condizioni di conservazione dei Bronzi.

Le statue, inoltre, sono state esposte su basi antisismiche, realizzate in marmo di Carrara dai ricercatori dell'Enea, che ne garantiscono la massima sicurezza.

Il riallestimento completo del Museo terminerà entro l'aprile del prossimo anno.

Il Museo Archeologico Nazionale di Reggio Calabria è parzialmente aperto.

L'entrata al Museo è a pagamento: 5 Euro il biglietto intero, 3 Euro il biglietto ridotto per i visitatori dai 18 ai 25 anni. I visitatori di età inferiore ai 18 anni e superiore ai 65 anni entrano gratuitamente.

L'orario di apertura va dalle 9:00 alle 19:30 tutti i giorni. L'accesso alla Sala dei Bronzi di Riace è consentito solo a gruppi di venti persone alla volta ed è

Il Museo Nazionale di Reggio Calabria è uno dei musei archeologici più prestigiosi d'Italia
La sede che lo ospita, affacciata sulla centrale Piazza De Nava e a breve distanza dall'imbocco del Lungomare «I. Falcomatà», è un edificio progettato, fra i primi in Italia, ai soli fini dell'esposizione museale.

Soprintendenza per i Beni Archeologici della Calabria

Piazza De Nava, 26 - 89100 Reggio Calabria
Tel. 0965/89.82.72 - Fax 0965/81.30.08

sba-cal@beniculturali.it

soggetto a limitazioni di tempo, secondo il seguente programma.
Sosta di circa 20 minuti nella sala pre-filtro, durante i quali un video intratterrà il pubblico con aggiornamenti sullo stato della ricerca sui Bronzi di Riace; sosta di circa 3 minuti nella sala filtro; visita ai Bronzi di circa 20 minuti; uscita.
Tali regole sono da rispettare tassativamente.
Orari di entrata: dalle ore 9:30 ogni venti minuti, indicativamente ogni ora ai 10, ai 30 e ai 50 minuti.
Al più presto verrà avviato un sistema di prenotazione via e-mail, del quale sarà data su questo sito tempestiva comunicazione.
Le due statue, denominate «A» e « B», sono alte 1,98 e 1,97 m; al momento del rinvenimento pesavano circa 400 Kg ma dopo lo svuotamento del loro interno il peso è diminuito a circa 160. Lo spessore medio del bronzo si aggira sui 8,5 mm per A e 7,5 mm per B. Originariamente erano ancorate alla loro base grazie ad una colatura di piombo fuso fatto fluire, sfruttando il principio dei vasi comunicanti, sia entro i piedi sia nell'incavo predisposto nella base stessa. Una volta solidificato, il piombo ha assunto la forma di tenoni, che i restauratori hanno asportato per penetrare all'interno della statua.
I Bronzi rappresentano due uomini completamente nudi ed armati di scudo -imbracciato con la sinistra-, lancia -tenuta con la destra-, ed elmo, forse smontati al momento dell'imbarco per permettere di adagiare sulla schiena le statue e facilitarne il trasporto.
La lancia era in verticale e probabilmente poggiata a terra nella statua A, inclinata e sospesa in aria nella statua B, dove il solco di appoggio per l'asta interessa non solo l'avambraccio ma anche la spalla. Occorre ricordare che il braccio destro e l'avambraccio sinistro della statua B non sono originali ma frutto di un restauro antico risalente all'età romana.
I Bronzi furono scoperti il 16 agosto 1972 nel tratto di mar Jonio antistante il comune reggino di Riace Marina da Stefano Mariottini, un appassionato subacqueo in vacanza in Calabria, durante un'immersione a circa 200 m dalla costa ed alla profondità di 8 m. Il recupero fu curato dalla Soprintendenza con la collaborazione del Nucleo Sommozzatori dei Carabinieri di Messina.

Uno scavo stratigrafico del 1973 e prospezioni nel 1981 permisero di recuperare pochissimi reperti e di proporre questa ricostruzione del naufragio: la nave, spinta da una tempesta a riva, aveva perso la velatura e gli anelli erano colati a picco con altri elementi pesanti come i Bronzi, presumibilmente non legati ad alcuna struttura; le parti leggere si erano disperse e lo scafo, gettato sulla spiaggia, si era progressivamente disgregato. E' stato anche supposto che non vi sia stato un vero e proprio naufragio ma un alleggerimento del carico, in un momento di pericolo, proprio buttando in mare le statue.
Un primo restauro avvenne negli anni 1975-1980 a Firenze. Fu utilizzato un sofisticato dispositivo ispirato alla strumentazione per la diagnostica medica e la chirurgia.

Ruffo di Calabria

Completamente isolato, il castello Ruffo di Calabria, universalmente noto con il nome di castello di Scilla, è situato su uno sperone di promontorio all'imbocco dello Stretto di Messina, in posizione dominante sia verso la costa che verso la città.
Da fonti storiche risulta che il sito fu utilizzato come postazione strategica già dagli Etruschi (VII secolo a.C), per divenire poi oggetto di opere di fortificazione durante il periodo magnogreco quando, come riferisce Strabone, venne munito di strutture difensive da Anassila, tiranno di Reggio, in seguito ampliate nel periodo romano.
Le prime strutture murarie rintracciate dagli scavi risalgono all'impianto del monastero di San Pancrazio, edificato intorno alla metà del IX secolo dai Padri Basiliani per difendersi dalle incursioni dei Saraceni provenienti dalla Sicilia.
Nel 1060 Scilla fu conquistata da Roberto il Guiscardo, che attestò sulla rocca un presidio militare. Nel XIII secolo il castello fu ulteriormente fortificato da Carlo d'Angiò e nel 1469 fu concesso da Ferrante I a un cavaliere vicino alla corte aragonese, Gutierre De Nava, che fece eseguire nuovi interventi di ampliamento e di restauro.
Nel 1533 il castello fu acquistato da Paolo Ruffo che restaurò anche il palazzo baronale annesso; nel 1578 i Ruffo ottennero il titolo di principe.
Il 5 febbraio 1783 fu danneggiato da un forte sisma e nel 1810 fu restaurato; subì gravi danni anche dal terremoto del 1908.
Dal 1808 il castello è di proprietà demaniale dello Stato
Negli anni 1970-1980 è stato adibito a Ostello della Gioventù e recentemente è stato nuovamente restaurato ed è un importante centro culturale (Centro regionale per il recupero dei centri storici calabresi) e sede di mostre e convegni.

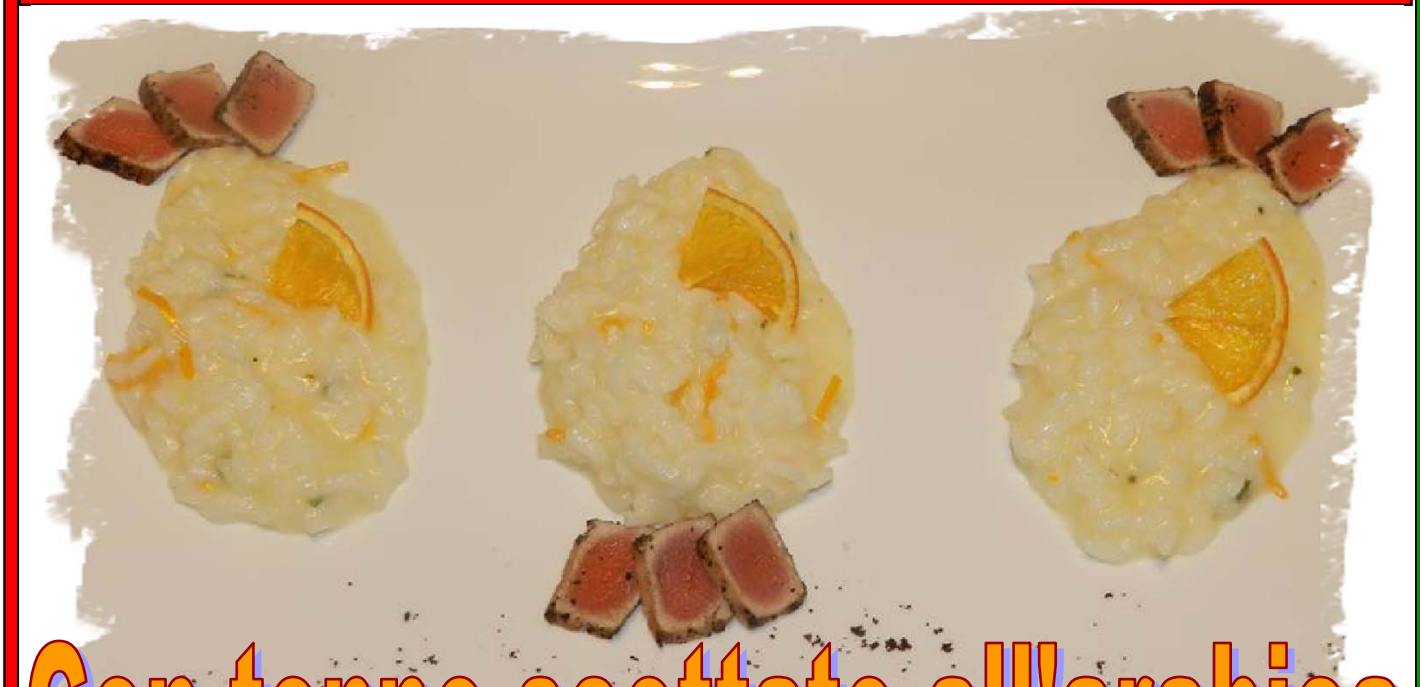
La struttura sorge su un promontorio roccioso che divide le due marine, Maria Grande e Chianolea, e presenta una pianta irregolare con edifici di diverse epoche (tra cui anche il faro), ma che nel suo complesso conserva ancora la configurazione del forte, con cortine, torrioni e feritoie.
Attraverso un ponte si accede alla fabbrica il cui accesso principale è costituito da un portale in pietra con arco a sesto acuto sormontato dallo stemma nobiliare dei Ruffo e da una lapide che ne ricorda il restauro cinquecentesco.
Quindi, attraverso un androne a volta ribassata, si accede ad un cortile, dove uno scalone esterno conduce all'ingresso della residenza baronale.
Poiché il castello era di proprietà di una delle più ricche e importanti casate del regno, è dotato di ampi e bei saloni, un tempo sede di una collezione di quadri voluta da Tiberio Ruffo e di una armeria.

Bibliografia

R.Carafa, A.Calderazzi (vol.I) – I. Principe (vol II) (a cura di), La Calabria fortificata, Vibo Valentia, 1999
G. Caridi, La Spada, la Seta, la Croce: i Ruffo di Calabria dal XIII al XIX secolo, Società Editrice Internazionale, Torino, 1995
V. Faglia, Tipologia delle torri costiere di avvistamento e segnalazione in Calabria Citra in Calabria Ultra dal XII secolo, Istituto Italiano dei Castelli, Roma, 1984
M. Fiorillo, Il Castello Ruffo di Scilla:da monastero-fortezza a residenza feudale a fortezza militare, Gangemi, Roma, 2004
G. Minasi, Notizie storiche della città di Scilla, Lanciano e Dordia Ed., Napoli, 1889

Informazioni utili su alberghi, ristoranti, servizi:
Comune di Scilla, Ufficio di informazione e di accoglienza turistica, Via Panoramica, tel. 0965754266
Siti consigliati
www.maridelsud.com
www.turismo.provincia.rc.it

www.castit.it



Con tonno scottato all'arabica

Ingredienti per 4 persone

Riso carnaroli 350 g
arancia 1 scalogno 1
vino bianco 1 spruzzata
burro 50 g
parmigiano reggiano 30 g
brodo vegetale 1 litro
olio all'arancia
fette di tonno fresco 2
caffè macinato q.b
olio extravergine d'oliva
erba cipollina tritata 2 3 cucchiai
sale, pepe, bianco

Procedimento

Dividere le due fette di tonno in otto trancetti e metterli a marinare per alcune ore nell'olio al caffè, preparato in precedenza con olio extravergine di oliva e caffè macinato.
Lavare e pelare un'arancia.
Spremerne il succo e metterlo da parte. Tagliare la buccia dell'arancia a listarelle molto sottili (zeste), sbollentarle in poca acqua (circa due dita) e successivamente scolarle. Sbucciare e tritare uno scalogno, farlo appassire con l'olio all'arancio ed aggiungere il riso, tostandolo per qualche minuto.
Sfumare il riso con una spruzzata di vino bianco e aggiungere il succo d'arancia.

di
Simone Pezzulla

Due o tre minuti prima del termine della cottura aggiungere le zeste di arancia sbollentate.
Ultimare la cottura, prestando attenzione a mescolare spesso il riso e ad aggiungere il brodo quando necessario.
Scolare il tonno dalla marinatura e scottarlo in padella.
Spegnere il fuoco e aggiungere al risotto il pepe bianco macinato e l'erba cipollina tritata.
Aggiungere il parmigiano, una noce di burro e olio all'arancia per mantecare il risotto.
Impiattate il risotto e posizionate il tonno a ventaglio dopo averlo scaloppato.

Vino in abbinamento

Ho scelto Sp68 bianco Arianna Occhipinti.
Vino naturale, fresco, veloce e solare.

Carbonaro dell'Alaska in crosta di pepe di Penja e pinoli, con maionese di ceci e briciole croccanti di pecorino romano

di
Luca Romeo

Merluzzo Nero

Ingredienti

Trancio di carbonaro dell'Alaska (merluzzo nero) 180gr.
Pepe di Penja, pinoli ed origano q.b.
Sale e olio extra vergine di oliva q.b.
Ceci 40 gr.
Latte 10ml.
Farina"00"q.b.
Pecorino romano grattato 30 gr.

Procedimento

Procediamo nel preparare la maionese di ceci, facendo cuocere i ceci precedentemente ammollati in acqua privandoli anche della loro pelle; andiamo quindi a mixare nel frullatore ad immersione con il latte, ed un pizzico di sale aggiungendo poco per volta l'olio evo creando una vera e propria emulsione come si fa per la maionese.
Al mortaio pestiamo i grani di pepe, i pinoli e l'origano, creando così il mix di spezie con cui impaneremo la parte superiore del carbonaro.
In padella antiaderente calda andiamo a mettere la farina e il pecorino precedentemente uniti, facendo così una vera e propria cialda croccante che successivamente andremo a sbriciolare.
Per quanto riguarda il nostro merluzzo lo scottiamo sulla piastra e lo finiamo in forno per qualche minuto a 170 gradi, proprio per preservare la sua morbidezza.
Procediamo quindi a comporre il nostro piatto, posizionando al centro di esso il carbonaro d'Alaska scottato con la parte con la crosta rivolta verso l'alto, la maionese di ceci e le briciole di pecorino croccante.

Vini in abbinamento

Fiano di Avellino o Verdicchio dei Castelli di Jesi docg.

Pasticcio mon Amour

di
Paola Arena

http://blog.alice.tv/nonsolodelizie/2014/01/02/pasticcio-lasagne-bicolore/

http://instagram.com/paolaarena61
http://www.youtube.com/user/NonSoloDelizie
https://www.facebook.com/pages/Non-Solo-Delizie/
https://twitter.com/PaolaArena4

Il pasticcio di lasagne è una stratificazione di pasta, fresca o secca, alternata a un sugo alla bolognese, una sorta di ragù con carne tritata, il tutto legato insieme dalla besciamella. Viene cotto e gratinato in forno, sformato e poi servito. La versione tradizionale prevede l'utilizzazione della pasta solo gialla, ma in quella che vi propongo oggi, abbiamo una lasagna bicolore, la classica lasagna gialla accostata a quella verde agli spinaci.

Ingredienti

Per la pasta gialla
500 g. di semola di grano duro
5 uova medie
1/2 cucchiaio di olio di semi

Per la pasta verde
500 g. di semola di grano duro
3 uova medie
300 g. di spinaci in foglia
1/2 cucchiaio di olio di semi

Per il sugo tipo bolognese
1 kg. di tritato di manzo
1 cipolla
2 carote
2 gambi di sedano
2 foglie di alloro frasco
5 chiodi di garofano
semi di finocchio
q.b. di noce moscata grattugiata
1 bicchiere di vino bianco
1/2 bicchiere di latte
1 lt. di passata di pomodoro
q.b. di sale
q.b. di pepe

Per la besciamella
1,5 lt. di latte
100 g. di farina
100 gr. di burro
Sale, pepe
noce moscata in polvere

Per gratinare
abbondante parmigiano grattugiato o grana

Preparazione

Per la pasta bianca mettete nella planetaria tutti gli ingredienti ed impastate fino ad ottenere un composto compatto ed elastico, avvolgetelo nella pellicola alimentare e fatelo riposare per 1 ora.
Per la pasta verde lavate gli spinaci e fateli scottare leggermente passandoli velocemente in una padella antiaderente ben calda, per evitare la bollitura, durante la quale perderebbero nell'acqua di cottura tutte le loro sostanze primarie e importanti; sminuzzateli con un mixer ad immersione fino ad ottenere una sorta di crema.
Metteteli in planetaria insieme alla farina, all'olio e avviate la macchina, aggiungete le uova uno per volta, e valutate la consistenza del composto (considerate che gli spinaci contengono già acqua, quindi risulterà più morbido del precedente), se necessario aggiungete un altro uovo, quindi avvolgete anche questo nella pellicola per alimenti e fatelo riposare.
Trascorso il tempo stendete entrambi i tipi di pasta dello spessore di 2-3 mm. e tagliatela in rettangoli di 10x20 cm. circa; spolverizzatela con la farina quindi fatela asciugare a temperatura ambiente coperta con un canovaccio per almeno mezza giornata.
Per il sugo alla bolognese fate un battuto di carota, cipolla e sedano; fatelo soffriggere in un tegame con l'olio, per un paio di minuti unite due cucchiai di acqua e fate cuocere per 5 minuti quindi aggiungete la carne tritata e fatela rosolare leggermente; bagnate col vino bianco e fate sfumare, quindi unite l'alloro spezzato a metà con le mani, il sale, il pepe, la noce moscata, i semi di finocchio e i chiodi di garofano schiacciati.
Fate andare per qualche minuto e poi unite la passata di pomodoro, diluite col latte e fate cuocere a fuoco lento, per mezz'ora circa.
Per la besciamella in una pentola capiente fate fondere il burro, aggiungete il sale, il pepe, la noce moscata e la farina setacciata; a parte, scaldate il latte, aggiungetelo al composto di burro e farina, poco per volta e fuori dal fuoco, mescolando per evitare la formazione di grumi, quindi, dopo avere incorporato tutto il latte, rimettete sul fuoco mescolando velocemente e fate cuocere il tutto fino ad ottenere una salsa densa; togliete dal fuoco e tenete da parte.
Assemblaggio della lasagna: innanzi tutto date una sbollentata veloce alla pasta e mettetela ad asciugare su un canovaccio; per l'assemblaggio procedete a strati, iniziando dal sugo, alla base della teglia, poi uno strato di pasta gialla, uno di besciamella, un'altro ancora di pasta, ma questa volta verde, uno di sugo e procedete in questo modo fino all'ultimo strato di pasta.

Chiudete con uno strato di pasta, coprite con la besciamella, spolverizzate con abbondante parmigiano grattugiato e cuocete a 200° a forno statico per 15 minuti, poi passate alla funzione ventilata per altri 10 minuti, quindi fate gratinare per 5 minuti, fino ad ottenere una crosta leggermente croccante. Sfornate e servite.

Paola Arena

Aspettando Vinitaly 2014

Interessanti novità in vista dell'appuntamento annuale con il salone espositivo più importante d'Italia e uno dei maggiori in Europa e al mondo. A Verona in aprile di scena il nettare divino

Per l'edizione 2014 di Vinitaly cambia la numerazione di alcuni dei padiglioni. Una riorganizzazione che permette di creare lo spazio - nel padiglione I appositamente allestito - per la nuova iniziativa denominata VinInternational, nel quale concentrare gli espositori esteri e dedicare a loro specifiche iniziative b2b.

Nuovo layout del quartiere fieristico per la 48ª edizione di Vinitaly, in programma dal 6 al 9 aprile 2014 (www.vinitaly.com). Cambia infatti la numerazione di alcuni padiglioni, dopo le ristrutturazioni e gli ampliamenti realizzati da Veronafiere negli ultimi anni: in particolare, il pad. 7B diventa 8, mentre i padiglioni 8, 9, 10 e 11 diventano rispettivamente 9, 10, 11 e 12. Una scelta che permette di organizzare meglio anche la presenza degli espositori esteri, riuniti nella nuova area denominata VinInternational, nel padiglione I (I come international) allestito tra il padiglione 11 e Sol&Agrifood. L'organizzazione di questo nuovo spazio espositivo prevede, oltre agli allestimenti degli espositori, un'area tasting dove realizzare degustazioni dedicate ai buyer e luoghi per gli incontri di affari.

Tra i paesi esteri presenti sono già confermate le presenze di Francia, Australia , Regno Unito, Russia e Slovenia.

Per alcune regioni il numero di padiglione rimane invariato: Emilia-Romagna (pad. 1), Sicilia (2), Trentino (3), Veneto (estesa, vista la posizione di principale produttore di vino in Italia nei padiglioni 4, 5 e in parte dell'ex 7b ora 8), Alto Adige e Friuli Venezia Giulia (6), Marche (7). Da qui in poi cambia la numerazione con Basilicata, Calabria, Molise, Sardegna e Umbria ad occupare il padiglione 8, la Toscana nei padiglioni 9 e D, il Piemonte nel 10.

Il padiglione 11 ospita la Puglia e la nuova area Vinitalybio, mentre nel 12 rimangono Vivit, e le cantine di Abruzzo, Valle d'Aosta e Liguria.

Come tradizione, la Lombardia occupa il secondo piano del Palaexpo, il Lazio il padiglione A, la Campania il B. Confermati il padiglione C per Sol&Agrifood e il padiglione F per Enolitech. Oltre a questi spazi espositivi, Vinitaly offre le tensostrutture delle Cittadelle della Gastronomia e le sale per le degustazioni. Nel suo complesso il quartiere di Veronafiere ha una superficie lorda di 309.000 metri quadrati, dei quali 152.000 coperti.

Nel 2013 la superficie coperta netta venduta di Vinitaly Sol&Agrifood ed Enolitech ha quasi raggiunto i 100.000 metri quadrati.

Servizio Stampa Veronafiere
Tel.: + 39.045.829.82.42 – 82.85
E-mail: pressoffice@veronafiere.it

www.vinitaly.com

Le 10 mostre d'arte da non perdere nel 2014

L'anno che è appena iniziato si preannuncia imperdibile dal punto di vista artistico.

Tanti i capolavori dell'arte internazionale che raggiungeranno l'Italia per mostre itineranti che entreranno nei musei del Belpaese, percorrendolo da nord a sud. Ad aprire le danze, come ricorda il calendario stilato e pubblicato dalla rivista online darlingtodo.com, sarà "La Ragazza con l'orecchino di perla" di Johannes Vermeer, che sarà esposta a Bologna, Palazzo Fava, dall'8 febbraio assieme ad un corposo numero di opere della golden age olandese.

Ma non solo.

A febbraio due grandi artisti, uno a Roma l'altro a Venezia, promettono spettacolo.

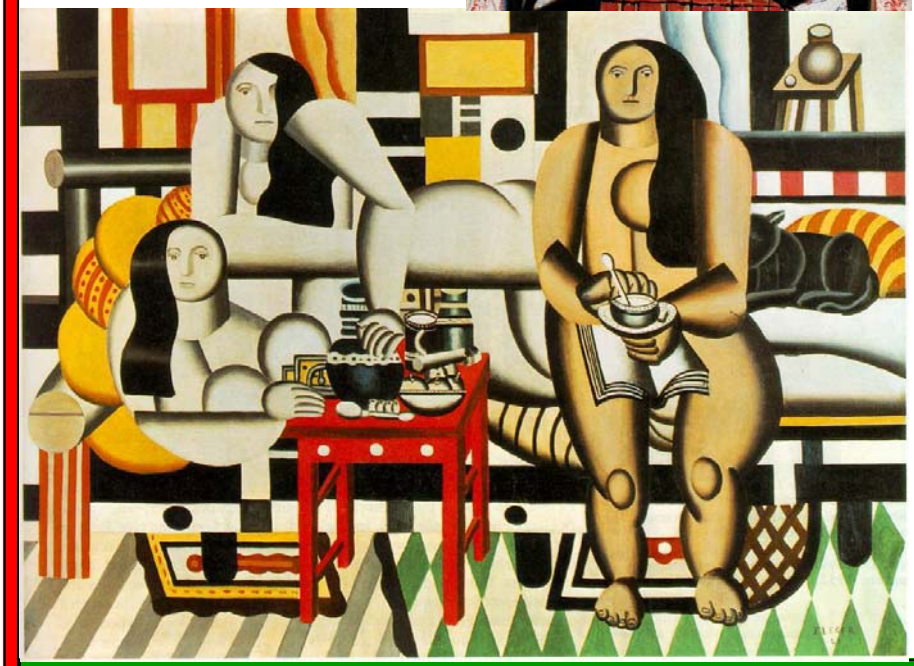
Alla Gallerie Borghese, il giorno 4 apre al pubblico "Giacometti. La Scultura".

Saranno esposte una quarantina di opere di Alberto Giacometti, ovvero del massimo rappresentate della scultura del '900 e l'unico scultore le cui opere sul mercato competono a suon di molti zeri con le pitture dei grandi del secolo.

La Laguna invece, presso il Museo Correr ospiterò prima una mostra su Fernand Leger e la visione di città contemporanea presente nelle opere del pittore cubista.

Poi al Museo Fortuny dall'8 marzo l'esposizione Dora Maar, Nonostante Picasso; una mostra delle immagini della fotografa passata alla storia soprattutto per essere stata l'amante e la musa del genio di Malaga.

E poi ancora Frida Kahlo, a Roma presso le Scuderie del Quirinale dal 20 marzo 2014 al 13 luglio 2014 e Matisse, al Palazzo dei Diamanti a Ferrara dal 22 febbraio al 15 giugno 2014: la figura, la forza della linea, l'emozione del colore del genio.



www.huffingtonpost.it

Pesce gatto

Prima di presentare la ricetta spendiamo due parole sul pesce gatto.

Ameiurus melas, nome scientifico del pesce gatto nero (*nostrano* per distinguerlo da un suo simile, l'*Ictalurus punctatus* o pesce gatto puntato), è una specie dell'ordine dei Siluriformi (classe degli Attinopterigi) che proviene da una vasta zona degli Stati Uniti comprendente i Grandi Laghi fino al Messico.

La sua presenza nelle acque interne italiane ed europee viene riscontrata a partire dagli inizi del '900.

Il pesce gatto comune è caratterizzato dalla presenza di otto barbigli tattili dove sono presenti migliaia di organi di senso e papille gustative, di un grosso aculeo velenoso sulla pinna dorsale ed un altro sul primo raggio delle pinne pettorali.

Lo troviamo di preferenza in acque calde o temperate, ovvero fiumi a corso lento, laghi e stagni, e di solito nuota in zone di basso fondale melmoso, concentrando la sua attività di procacciatore di cibo nelle ore buie con l'ausilio dei suoi caratteristici barbigli tattili (a causa della sua leggera fotofobia).

È inoltre in grado di sopportare lunghi periodi di ipossia (specie d'estate) e zone teoricamente poco adatte alla sopravvivenza di un pesce come le acque fortemente inquinate.

Un tempo era facilissimo riscontrarne una presenza massiccia in tutto il bacino del Fiume Po, ma in seguito ad un'epidemia virale avvenuta circa vent'anni fa il numero (sia in zone naturali che in quelle di allevamento) si è decisamente ridotto anche se in questi anni il pesce gatto comune sta tornando ad essere una specie frequente, almeno in Emilia Romagna, soprattutto dove sono più a riparo dai predatori.

di
Monica Martino

Viene considerato un "pesce spazzino", in quanto la sua dieta prevede, nei primi mesi di vita, plancton e piccoli invertebrati d'acqua dolce ed in seguito sia piccoli pesci vivi o morti, molluschi, anellidi, uova di pesce e avannotti, elementi vegetali e detriti organici.
Questa sua alta voracità è un elemento di competizione che ha danneggiato nel tempo la presenza di specie autoctone come la tinca specie nel loro periodo riproduttivo, oltre al fatto di non avere praticamente nemici naturali (a parte gli uccelli ittiofagi).
Comunque sia il pesce gatto ha anche il pregio di contenere la presenza di specie invasive e dannose, come ad esempio il crostaceo decapode *Procambarus clarkii* di cui si nutre e per questo è molto diffuso nei laghetti di pesca sportiva.
È intorno agli anni '70 che si inizia a praticare l'allevamento del pesce gatto nostrano, partendo da novellame prelevato dagli habitat frequentati e tutto è partito dalla zona della bassa modenese; col tempo questo tipo di allevamento si è esteso anche in altre zone dell'Emilia Romagna, della Lombardia e del Veneto, regioni che comprendono l'area padana in cui questo tipo di pesce è venduto anche per il fatto che è inserito nelle ricette di cucina tradizionale locale.
Le sue carni sono molto apprezzate in quanto molto simili a quelle dell'anguilla, scarseggiano in spine e al palato molto saporite senza il retrogusto di fango che spesso è riscontrabile in altre tipologie di pesce d'acqua dolce.

Ingredienti

1-2 pesci gatto (taglia piccola) già eviscerato per commensale;
patate;

pomodorini ciliegino freschi;
brodo vegetale arricchito con alga nori;
farina di riso q.b.;
olio evo ligure q.b.;
mix di aglio e prezzemolo essiccati q.b.;
vino bianco aromatizzato alle erbe q.b.

Procedimento

Lavare, sbucciare e tagliare a pezzi le patate; tagliare a metà i pomodorini.
lavare con cura il pesce sotto acqua corrente.
Riempire la cavità ventrale con il mix di aglio e prezzemolo.
Impanare il pesce nella farina di riso.
Riscaldare poco olio in una padella antiaderente capiente e rosolare per pochi minuti il pesce.Aggiungere le patate e i pomodorini e continuare la rosolatura, sfumare col vino bianco aromatizzato e aggiungere il brodo vegetale con l'alga e cuocere a fuoco dolce finché le patate non risultino cotte ma non completamente sfaldate.Servire tiepido accompagnando con un calice di Riesling Italico Oltrepò Pavese.

Fonti

G. Evangelista-M. Martino "Duemila anni di navigazione padana", ed. Liberodiscrivere, Genova 2010
R. Nistri "Pesce gatto" su Animali e Animali (documento online)
Wikipedia "Ameiurus melas"
Wikipedia "Ictalurus punctatus"
www.fipsas.re.it/Sezione.jsp?idSezione=159
ww.animalinelmondo.com/animali/pesci/872/pesce-gatto.html

di
Monica Martino

SUSHI diverso

Piatto tradizionale del Giappone, il sushi può essere definito semplicemente come "riso aromatizzato all'aceto, farcito o ricoperto con pesce, molluschi, crostacei, verdure e uova crudi, cotti o marinati".

Già nel V sec. a.C. nell'Asia sudorientale era d'uso accompagnare il pesce in salamoia con del riso ma non è chiaro quando effettivamente sia stato inventato il sushi mentre invece si sa che i due caratteri che compongono la parola sushi 鮨, i quali corrispondono a "pesce conservato" e "pesce fermentato nel riso e sale" compaiono in Giappone intorno all'VIII secolo d.C.

Il primo tipo di sushi preparato, composto da filetti di carpe e riso disposti a strati e fermentato per 12 mesi, veniva considerato come un "contributo fiscale"! Distinguiamo diversi tipologie di sushi in base a forma e ingredienti, di cui le più importanti sono:

makizushi (pesce arrotolato);
oshizushi (sushi pressato);
nigirizushi (sushi modellato a mano);
inarizushi (sushi ripieno);
chirashizushi (sushi sparpagliato).

vamente abbiamo una prevalenza di carboidrati in quanto il riso è onnipresente nei vari tipi di sushi. Seguono le proteine ad alto valore biologico presenti in pesce, uova e pollo e i lipidi, specialmente quelli insaturi per il contenuto in acidi grassi essenziali (omega 3 e omega 6). Le vitamine sono presenti (ad esclusione della vitamina C) come pure i minerali anche se molto limitati in contenuto di calcio e ferro.
Manca comunque la fibra alimentare solubile, importante per l'assorbimento dei grassi e la regolarità intestinale anche se il sushi non è un alimenti particolarmente calorico.
Le uniche raccomandazioni da fare in caso di un pasto a base di sushi è di integrare le carenze nutrizionali descritte con l'assunzione di frutta e ortaggi e soprattutto molta attenzione col pesce crudo, che deve essere freschissimo e comunque prima del consumo deve aver subito il processo di abbattimento della temperatura per evitare il problema del parassita Anikasis.
Personalmente preferisco sushi di tipo vegetariano o con ingredienti consentiti (consultando diversi manuali) che comunque non siano carne e pesce crudi. Mancandomi i fogli di alga nori, mi sono ingegnata con una variante curiosa ma… ben riuscita, sostituendoli con foglie di bietola!!!

Ingredienti

per il riso
250 g di riso giapponese per sushi (riso a chicco piccolo e molto amidaceo, non sostituibile con riso originario)
350 mL di acqua
300 mL di aceto di riso giapponese
1 cucchiaio raso di zucchero
1 cucchiaino di sale
per il rivestimento:
foglie di bietola (le più ampie possibili)
alga nori essiccata in polvere
acqua
per il ripieno:
listarelle di peperoni gialli scottati
filetti di bambu
filetti di acciuga marinati (tipologia pesce)
prosciutto cotto in listarelle (tipologia carne)
salsa wasabi
per la lavorazione:
ciotola con acqua e aceto

Procedimento

Lavare il riso sotto acqua corrente finché questa non risulterà limpida.
Cuocere il riso nell'acqua fino a bollore e poi proseguire per 5 minuti a fuoco dolce lasciando sobbollire.
Togliere dal fuoco e lasciar riposare a coperchio chiuso per 15 minuti. In una pentolina sciogliere lo zucchero e il sale nell'aceto di riso a fuoco basso per pochi minuti, togliere dal fuoco e lasciare raffreddare.
Trasferire il riso in una ciotola capiente, versare l'aceto di riso preparato in precedenza, mescolare bene con delicatezza e lasciare raffreddare.
Nel frattempo lavare le foglie di bietola private del gambo e sbollentarle in acqua bollente con 1 cucchiaino abbondante di alga nori in polvere, scolarle e lasciar asciugare su un vassoio ben distanziate l'una dall'altra e ben distese. Su un piano distendere una foglia di bietola, intingersile mani con acqua e aceto e prendere un mucchietto di riso da sistemare sulla foglia sulla parte estrema.
Adagiare sopra il ripieno preferito in modo preciso (stessa lunghezza del mucchietto di riso), condire con piccole gocce di salsa wasabi o abbondare se piace il piccante, coprire con altro poco riso e procedere con l'arrotolamento delicatamente in modo che il riso o il ripieno non fuoriescano (sarebbe utile la stuoietta da sushi ma non avendola ho proceduto a mano, viene lo stesso) ma deve risultare un rotolino ben sodo.
Continuare con lo stesso procedimento fino ad esaurimento di foglie e/o riso.
Lasciar riposare almeno 1 ora in modo che la foglia si asciughi all'esterno e non dia problemi per il taglio.
Riprendere i rotolini di sushi e con un coltello ben affilato (non lama segettata) tagliare in più parti. Servire su piatto da portata e buon sushi diverso a tutti!

Fonti

K. Barber-H. Takemura "Sushi, sapori e ricette", ed. Mondadori, 2003
D. Yoshi "Sushi e sashimi", ed. Gribaudo, Milano 2013
G. Guardo "Le ricette di Maghetta Streghetta", ed. Mondadori, Milano 2013

Zenzero e Lime

Ingredienti (per 4 persone)

Riso Carnaroli g 320, Scampetti 10, Zenzero g 8, Lime 1, Vaniglia 2 stecche, Burro salato g 80, Vino rosato 20 cl, Scalogno 1, Brodo vegetale l 2, Olio extravergine d'oliva g 40, Sale rosa dell'Himalaya q.b.

Preparazione

Ammorbidite il burro a temperatura ambiente, grattate la buccia del lime. Amalgamate con una frusta e mettete in frigorifero per una decina di minuti. Soffriggere in una casseruola lo scalogno finemente tritato e lasciatelo rosolare con 20 g di olio extravergine di oliva. Aggiungete il riso e fatelo tostare. Bagnatelo con il vino rosato, fatelo sfumare, aggiungete i baccelli di vaniglia aperti a metà e bagnate con il brodo vegetale. Pulite gli scampi, tagliate le code a pezzi lasciando ne 4 intere per la decorazione finale e fatele rosolare in una casseruola con il restante olio extravergine d'oliva. Aggiustate di sale. A cottura quasi ultimata aggiungete i pezzi di scampetti dentro il risotto. Mantecate con il burro al lime e con lo zenzero tritato. Impiattate il risotto e decorate con la coda di scampetto intera, una fetta di lime e la stecca di vaniglia.

Vino in abbinamento

Regaleali Tasca d'Almerita Chardonnay 100% vino bianco siciliano.

di
Simone Pezzulla

Un mondo di Gelato

Sarà la Coppa del Mondo della Gelateria ad attirare su Sigep l´attenzione del settore gelato artigianale di tutto il mondo. E´ infatti la competizione più attesa, si disputa fra squadre di 11 Paesi, come i ´colossi´ tradizionali Francia e Italia, ma anche con nazioni che negli ultimi anni stanno facendo passi da gigante nel produrre gelato artigianale di altissima qualità. La squadra italiana è già da tempo in allenamento a Cast Alimenti, a Brescia, sotto la guida del team manager Beppo Tonon e col sostegno del Club Italia, un comitato di professionisti appositamente istituito per il supporto al team tricolore.

Alla competizione sono iscritte anche Argentina, Australia, Brasile, Canada, Francia, Marocco, Messico, Polonia, Spagna e Stati Uniti. Si sfideranno per vincere la sesta edizione di una competizione che via streaming sarà seguita sul web nei cinque continenti. Dall´elenco delle nazioni manca la Germania che, a causa di un lutto gravissimo, ha deciso di non partecipare. Alla compagine tedesca è giunta la solidarietà e la vicinanza di tutto il mondo della gelateria.

Ciascuna squadra sarà composta da un gelatiere, uno chef, uno scultore di ghiaccio, un pasticciere e un team manager che rappresenterà la squadra nella giuria tecnica. Per ciascun Paese sono stati selezionati i migliori rappresentanti di categoria attraverso gare nazionali avvenute nel corso del 2013.

L´Italia dovrà difendere il titolo conquistato lo scorso anno. Vi faranno parte Stefano Biasini, gelatiere de l´Aquila, Mauro Sbalzer, scultore di ghiaccio da Brescia, Marco Martinelli, cuoco di Brescia e Massimo Carnio, cioccolatiere di Valdobbiadene.

In squadra per la Polonia due giovani: il gelatiere Mariusz Buritta la pasticciera Aleksandra Sowa, coadiuvati da un grande professionista Polacco Chef pasticcere Pawel Malecki con Maciel Pieta e Michal Doroszkiewicz.

La selezione della squadra polacca è avvenuta dal 19 al 21 febbraio 2013, nel corso della quinta edizione del ´Targi Cukiernicze i Lodziarski Expo Sweet 2013´, la fiera riservata al gelato e alla pasticceria a Varsavia.

L´Argentina è la squadra vincitrice del Campionato Latinoamericano del gelato artigianale organizzato da Publitec e AFADHYA (Associazione latinoamericana dei produttori di gelato artigianale e affini), nel corso di FITHEP – Expoalimentaria Mercosur – avvenuta a giugno 2013 a Buenos Aires. In squadra Ariel Segesser, Erica Rodriguez e Maximiliano Maccarrone, con Eduardo Zacaria capitano. Dal Sud America giungeranno in Italia anche il Messico, squadra seconda classificata, formata da Oscar Ortega, Mirko Bucci, Dávid Miranda Torres, Christian Martinez Sosa, e Gustavo Barbabosa Balanzario, e il Brasile con Frederico Samora, Marcello Magaldi, Francesco Lima, Philippe Soffietti e Sandro Jorge Mota Da Silva.

Riformulata anche della Spagna, capitanata dal maestro Angelo Corvitto con i campioni di gelato in Spagna Mario Masiá e Jaume

Turró, e i pasticcieri e chef Jordi Mora e Baltasar Massot.

Ultimo appuntamento con le selezioni nel mondo il 31 ottobre in Francia dove sono stati scelti i componenti del team tra scultori di ghiaccio, chef, gelatieri e pasticceri più rinomati della Francia. In squadra: Christophe Bouret, Benoît Lagache, Jean-Christophe Vitte, Yazid Ichemrahen e il capitano Elie Cazaussus. Per il Canada scenderanno in campo Toshi Tsugu Hara, James Coleridge, Hans Pirhofer, Candice Low e Takashi Ito. Per l´Australia Kenneth Train, Martino Piccolo, Nathan Griffiths, Scott Astley e Michael Dowset.

Per gli USA John Hui, Claude Lambertz, Dirk Koeppenkastrop, Geoffrey Blount e Travis Dale.

La Coppa del Mondo della Gelateria, organizzata da Rimini Fiera in collaborazione con l´Associazione GelatoeCultura e Co.gel-Fipe, promette un grande spettacolo sul campo gara della sesta edizione.

Una nuova prova, già sperimentata al Sigep Gelato d´Oro, si aggiunge al programma di gara.

I gelatieri dovranno preparare 6 tipi di mignon di gelato al cioccolato ben calibrati da presentare poi nel buffet finale per il quale gli scultori di ghiaccio e i pasticcieri dovranno rispettivamente scolpire e decorare una scultura in ghiaccio e un pezzo artistico che faranno da supporto agli elaborati nel buffet finale.

I gelatieri dovranno preparare inoltre coppe di gelato con gusti assortiti e decorazioni attinenti al tema scelto da ciascuna squadra, una torta gelato, con massimo tre gusti e dovranno cimentarsi in una prova di abilità, la mistery box, per la preparazione di un gelato da presentare su un cono tradizionale con ingredienti segreti selezionati dall´organizzazione e resi noti al concorrente solo al momento dell´inizio della gara.

Gli chef, poi, affronteranno una prova di Entrée con tre piccoli assaggi caldi in abbinamento al gelato gastronomico.

Queste le aziende che sostengono la Coppa del Mondo della Gelateria. Platinum Sponsor: Com.Pr.Ital, Valrhona, Electrolux. Golden Sponsor: Acomag (Carpigiani, Coldelite, Frigogelo, Innova, Telme)

Silver Sponsor: Épiu´, Isa, Medac, Ostificio Prealpino Technical Sponsor: Domogel, Irinox, Silikomart, Sara Creazioni.

Supporter Sponsor: Paperlynen Pal Caps, Sa.Car Forni, Selmi, EurovoMedia Partner: Punto.It, Pasticceria Internazionale.

www.sigep.it

Cavalli Restaurant & Lounge

E' stato inaugurato pochi giorni fa – in concomitanza con l'Art Basel Miami Beach 2013 – il primo ristorante d'oltreoceano dello stilista Roberto Cavalli.

Il "Cavalli Restaurant & Lounge" infatti si trova nella famosissima Ocean Drive, nell'area di SoBe, a Miami.

La location è un'esclusiva villa in stile Art Déco di 550mq sviluppata su due livelli, progettata dall'architetto italiano Italo Rota, Gli arredi invece – dai cuscini alla carta da parati - sono interamente firmati Roberto Cavalli Home, ovviamente è la stampa animalier a farla da padrone, stile inconfondibile dello stilista toscano.

Al piano terra è presente il ristorante, dal menù interamente italiano, con un occhio di riguardo per la cucina toscana, in particolar modo per l'etichetta di vino rosso "Tenuta degli Dei" di proprietà dello stilista.

Al primo piano si accede alla sala Lounge Bar, un mix tra lusso e modernità, in cui sarà possibile assistere ad eventi fashion e party esclusivi, sorseggiando dei cocktail a base di Roberto Cavalli Vodka!

elitemag.it

Il vino degli dei nasce nella Valle dei templi, in quei vigneti impiantati nel 1973 sotto il tempio di Giunone. Si chiama Diodoros, prodotto dai Viticultori associati di Canicattì (Cva), è un blend di nero d'avola (90%), nerello mascalese e nerello cappuccio. Le seimila bottiglie della vendemmia 2012, la prima, saranno in commercio da marzo 2014 e saranno presenti al prossimo Vinitaly. Ad Agrigento, il vino è stato presentato da Giovanni Greco, presidente di Cva, Tonino Guzzo, enologo, e dal direttore generale del parco Valle dei templi, Giuseppe Parello.

"Diodoros - ha spiegato Greco - prende vita in un giacimento viticolo di grande interesse, frutto di una selezione naturale che i vignaioli della valle hanno operato nel corso degli anni interpretando al meglio gli aspetti pedoclimatici. Siamo nel cuore delle terre del nero d'Avola, dove i suoli di origine alluvionale profondi e sabbiosi sono molto fertili per la coltivazione di varietà autoctone siciliane. Questa prima versione del vino è frutto della vendemmia 2012 che per le varietà a bacca rossa verrà ricordata per l'integrità del frutto giunto a maturazione".

Il vino è stato affinato prima in vasca (due mesi) e poi in barili di rovere (dieci mesi). L'ulteriore processo di maturazione avverrà in bottiglia per sei mesi, prima della commercializzazione.

La veste della prima annata avrà come simbolo una colonna dorica stilizzata, scelta dai visitatori del parco e dagli eno-appassionati che hanno partecipato al concorso.

Il Diavolicchio

Il peperoncino è una pianta (e frutto) appartenente al genere Capsicum (lo stesso dei peperoni dolci) della famiglia delle Solanacee. Secondo alcuni, il nome latino "Capsicum" deriva da "capsa", che significa scatola, e deve il nome alla particolare forma del frutto che ricorda proprio una scatola con dentro i semi.
Altri invece lo fanno derivare dal greco kapto che significa mordere, con evidente riferimento al piccante che "morde" la lingua quando si mangia.

Storia

Il peperoncino piccante era usato come alimento fin da tempi antichissimi.
Dalla testimonianza di reperti archeologici sappiamo che già nel 5.500 a.C. era conosciuto in Messico, presente in quelle zone come pianta coltivata, ed era la sola spezia usata dagli indiani del Cile e del Messico. In Europa il peperoncino è arrivato con Cristoforo Colombo che l'ha portato dalle Americhe col suo secondo viaggio, nel 1493.
Introdotto quindi in Europa dagli Spagnoli, ebbe un immediato successo, ma i guadagni che la Spagna si aspettava dal commercio di tale frutto (come quello di altre spezie orientali) furono deludenti, poiché il peperoncino si acclimatò benissimo nel vecchio continente, diffondendosi in tutte le regioni meridionali, in Africa ed in Asia, e venne così adottato come spezia anche da quella parte della popolazione che non poteva permettersi l'acquisto di cannella, noce moscata ecc.
Il frutto venne così chiamato a causa della somiglianza nel gusto (sebbene non nell'aspetto), con il pepe. Il nome con il quale era chiamato in tutto il nuovo mondo era "chili" e così è rimasto.

Specie

Le specie più comuni di peperoncino sono:
Capsicum annuum, che include molte delle varietà comuni, incluso il peperoncino comune in Italia, il peperoncino di Cayenna, e il messicano jalapeño
Capsicum frutescens, che include tra gli altri il tabasco
Capsicum chinense, che include l'habanero, da nel Guinness dei primati come il peperoncino più piccante del mondo
Capsicum pubescens, che include il sudamericano rocoto
Capsicum baccatum, che include il cosiddetto cappello del vescovo

Sebbene siano poche le specie di peperoncino comunemente usate in Italia, ci sono molti tipi di piante coltivate e molti metodi per preparare i peperoncini. Green e red bell ad esempio sono della stessa pianta, ma i verdi sono immaturi.

La pianta

Il capsicum annuum è un arboscello perenne che, in condizioni di clima favorevole, viene coltivato come annuale.
Le piante si presentano sotto forma di cespuglio alti da 40 a 80 cm (a seconda della specie) con foglie di colore verde chiaro. I fiori sono bianchi a forma di stella a 5-6 petali con stami giallo tenue.
Il peperoncino può essere coltivato anche in un balcone, e viene seminato verso febbraio, mentre i frutti si possono raccogliere in estate e in autunno.
Andrebbero usati subito dopo la raccolta affinché non perdano le loro proprietà, ma si possono conservare anche sott'olio o in polvere (dopo averli fatti seccare al sole).

Piccantezza

La sostanza principale artefice della piccantezza è l'alcaloide capsaicina (8-metil-N-vanillil-6-nonenamide o C18H27NO3), insieme ad altre 4 sostanze correlate, chiamate collettivamente capsaicinoidi.
Ogni capsacinoide ha un effetto diverso nella bocca, e una variazione nelle proporzioni di queste sostanze determina le diverse sensazioni prodotte dalle diverse varietà, oltre al loro contenuto. La capsaicina provoca dolore e infiammazioni se consumata in eccesso, e può addirittura bruciare la pelle, se a contatto con alte concentrazioni (i peperoncini habanero, ad esmpio, sono raccolti con i guanti). Rappresenta anche l'ingrediente principale nello spray al pepe, usato come "arma non letale".
La piccantezza dei peperoncini è misurata empiricamente tramite la scala di Scoville, in gradi da 0 a 10, e quantitativamente in unità di Scoville, basate in p.p.m peso/peso di capsaicina e diidrocapsaicina. Il peperone dolce ha ad esempio zero unità Scoville, i jalapeños sono a circa 3,000–6,000 Scoville, mentre gli habanero arrivano a 300,000 unità Scoville.
Il record per il più alto numero di unità Scoville in un peperoncino è stato assegnato dal Guinness dei primati all' habanero Red savina, che misura 577.000 unità. Tuttavia dall'India è arrivata la notizia di un peperoncino, chiamato Naga jolokia che dovrebbe arrivare a 855.000 unità Scoville, sebbene manchi una verifica indipendente. La capsaicina pura misura circa 16 milioni di unità.
Uno dei modi migliori per alleviare la sensazione di bruciore è bere latte, mangiare yogurt o ogni prodotto caseario. Infatti una sostanza presente nei prodotti caseari conosciuta come caseina agisce da detergente e rimuove la capsaicina dai recettori nervosi.
La capsaicina si scioglie molto bene anche nei grassi e nell'alcool, quindi anche prodotti grassi o bevande alcoliche aiutano a rimuovere la sensazione dolorosa. Per le alte concentrazioni, come nell'habanero Red Savina o estratti vari, il modo più efficace è usare del ghiaccio come anestetico.

Il peperoncino in cucina

Il frutto viene mangiato cotto o crudo per la sua capacità di bruciare il palato, concentrata nella parte superiore della capsula, dove ci sono ghiandole che producono la capsaicina, la quale poi scivola lungo la capsula. Al contrario di quanto si crede comunemente, non sono i semi, ma la membrana interna che contiene la maggior parte di capsaicina: quindi è quasi inutile togliere i semi per ridurre la piccantezza del frutto.
In Italia il peperoncino è ampiamente usato e alcune regioni ne hanno fatto la base dei propri piatti regionali, come la Calabria, con la famosa "'nduja", la Basilicata e in generale tutto il Sud peninsulare.
All'estero il peperoncino è usato molto in Messico (nelle salse, nel chili con carne) ed in India. Le cucine indiana, indonesiana, cinese sono associate all'uso del peperoncino, sebbene la pianta sia arrivata in Asia solo dopo l'arrivo degli europei. Una volta macinato il peperoncino modifica l'intensità del gusto: il grado di piccantezza però varia non solo in base alla varietà di peperoncino scelta, ma anche in base al grado di maturazione: infatti più è maturo e più è forte. Inoltre la siccità accentua il sapore piccante.
Alcune varietà di peperoncino sono indicate per il consumo immediato, perché i frutti non si mantengono a lungo.
Altre, come l'Habanero, possono essere invece essiccate e macinate. In questo modo aumenta la concentrazione di capsaicina e dunque la piccantezza.
Inoltre, varie specie di peperoncini hanno aroma e sapore intenso, che si perde con l'essicazione. Sempre l'habanero, da fresco ha un intenso odore di albicocca e un sapore fruttato simile al cedro, che si attenuano alquanto con l'essicazione.

Proprietà

Il peperoncino è un condimento molto popolare, nonostante il dolore e l'irritazione che provoca. La capsaicina ha un effetto antibatterico, cosicché cibi cotti col peperoncino possono essere conservati relativamente a lungo. I peperoncini sono ricchi in vitamina C e si ritiene abbiano molti benefici effetti sulla salute umana, purché usati con moderazione.

Il peperoncino ha un forte potere antiossidante, e questo gli è valso la fama di antitumorale. Il peperoncino si è anche dimostrato utile come nella cura di malattie da raffreddamento come raffreddore, sinusite e bronchite e nel favorire la digestione. Queste virtù sono dovute principalmente alla capsaicina, in grado di aumentare la secrezione di muco e di succhi gastrici.

Il peperoncino può essere usato anche come antidolorifico in artriti e neuropatie. La sensazione di dolore prodotta dalla capsaicina infatti stimola il cervello a produrre endorfine, un oppioide naturale in grado di agire da analgesico e produrre una sensazione di benessere. Altri effetti benefici del peperoncino, come il suo potere afrodisiaco, non sono stati confermati da ricerche scientifiche, sebbene la medicina Ayurvedica lo usi per il trattamento di ulcere peptiche.

Gli uccelli, al contrario dei mammiferi, non sono sensibili alla capsaicina, poiché questa sostanza agisce su uno specifico recettore nervoso che gli uccelli non possiedono. A ragione di ciò i peperoncini costituiscono il cibo preferito di molti volatili; essi costituiscono infatti una fonte di vitamina C.

In cambio gli uccelli spargono i semi della pianta durante il pasto o attraverso le feci, poichè questi semi riescono a oltrepassare l'apparato digerente inalterati.

Si pensa che questo tipo di relazione abbia promosso l'evoluzione dell'attività protettrice della capsaicina.

Concentrazione nei frutti

Il peperoncino italiano ha circa 5.000 SU (Scoville unit), quelli calabresi intorno a 15.000, il peperoncino di Cayenna 50.000 SU, l'Habanero arancione circa 400.000 e il Red Savina Habanero, ritenuto il più piccante peperoncino al mondo, ha fatto misurare un record sul Guinness dei primati di 577.000 SU, praticamente il 3% in peso di capsaicina.

Fonti indiane dichiarano che un loro istituto ha misurato un "Naga Jolokia", una specie diffusa in India, a 855.000 SU, tuttavia il metodo di misurazione è contestato dagli istituti americani. Ad ogni modo, trattandosi di prodotti naturali, la variabilità del contenuto in capsaicina dei frutti delle piante del genere Capsicum è alta, anche all'interno della stessa specie. infatti differenti misurazioni danno differenti risultati.

Bellezza e cura

Potrà sembrare strano questo accostamento perché il peperoncino è una spezia troppo forte per pensare di poterla usare a scopi estetici, eppure la tradizione popolare ci tramanda ricette in cui è l'ingrediente principale.

Capelli

Col peperoncino i capelli riacquistano forza e vigore e per questo diventano più belli e splendenti.

Gli abituali consumatori di peperoncino non hanno problemi di calvizie. Come cura preventiva in caso di predisposizione ereditaria e per fermare in ogni caso la caduta dei capelli, niente di meglio che divenire abituali consumatori di peperoncino, rafforzando così anche la struttura dei capelli.

Cellulite

Argilla mescolata a peperoncino per ottenere fanghi iperattivi con cui fare impacchi sulle zone interessate. Massaggiando pazientemente con questo preparato gli in estetismi della cellulite spariranno.

Torcicollo

Fare spennellature sulla parte dolorante con un infuso all'8% (8 parti di peperoncino in 100 di acqua) di peperoncino, lasciate riposare per 25 minuti. È una buona cura anche nei casi di lombaggine.

Eros

Il peperoncino è molto ricco di vitamina E, la cosiddetta vitamina della fecondità e della potenza sessuale. Esso è infatti in grado di stimolare tutte le funzioni vitali del nostro organismo.

Il peperoncino, grazie ai suoi principi attivi, al suo sapore, al suo colore e insomma alle sue mille qualità, è senz'altro una delle piante più adatte a stimolare in noi il desiderio sessuale e a metterci in grado di soddisfarlo".

http://www.portalecalabria.com/site/enogastronomia/peperoncino/peperoncino.asp

Polo Regionale dell'Agricoltura

Finanziamento Agricolo Agevolato, da € 5.000,00 fino a € 30.000,00 tasso inferiore all'1% in 24 mesi con 4 mesi di preammortamento.
(SENZA GARANZIE immobiliari o altre garanzie), per l'acquisto di:

CARBURANTI, LUBRIFICANTI, UTENZE ACQUA IRRIGUA e ENERGIA ELETTRICA, MATERIALE per IMPIANTI IRRIGUI (anche MANICHETTE) FERTILIZZANTI MINERALI e ORGANICI,FITOFARMACI ERBICIDI, PRESIDI per LA LOTTA GUIDATA ed INTEGRATA, PRESIDI per la LOTTA BIO, INSETTI UTILI, RETI ANTINSETTO, SEMENTI, PIANTINE, MATERIALE PLASTICO COPERTURA o PACCIAMATURA,
ALIMENTI per il BESTIAME (MANGIMI, FORAGGI extraziendali, ecc.)
MATERIALI e PRODOTTI per la FECONDAZIONE ARTIFICIALE
CAGLIO, SALE, e altri MATERIALI per la CASEIFICAZIONE AZIENDALE
FARMACI (naturali o di sintesi) altro MATERIALE di CONSUMO

SCONTO per gli AGRICOLTORI sul Fatturato Annuo, sugli Acquisti di : **GASOLIO, LUBRIFICANTI, CONCIMI, ANTIPARASSITARI, MEZZI TECNICI per L'AGRICOLTURA**

AGEVOLAZIONI PER L'INSERIMENTO DI GIOVANI IN AGRICOLTURA
Beneficiari i giovani agricoltori, anche organizzati in forma societaria

ASSICURAZIONI e FIDEIUSSIONE
ASSICURAZIONI AGEVOLATE per L'AGRICOLTURA

CONSULENZA AGRARIA GRATUITA
CAF - PATRONATO - CAA FINANZIAMENTI E LEASING
CORSI di FORMAZIONE alle IMPRESE GRATUITI

Affiliati e Agenzie Accreditati all'erogazione del gasolio agricolo, nazionale, lubrificanti, concimi, antiparassitari e mezzi tecnici per l'agricoltura:

Benfatto, SS. 192 C/da Mazza (Ct) - Agrofiducia, SS. 192 C/da Sferro Condorelli, via XXI Aprile 1 Ramacca (Ct) - Cascato, via Vittorio Emanuele 138 Palagonia (Ct) - Cascato, P.zza C. Alberto 1 Scordia (Ct) - Agroforniture, via Cantù sn Mazzarrone (Ct) - La Rosa, via Gramsci 44, Milazzo (Me) - Catania, via Aldo Moro 23/b, Patti (Me) Tre.Ti, via Zia Lisa 153 - Catania

POLO REGIONALE DELL'AGRICOLTURA
Via Zia Lisa 153, 95100 Catania
fax +39 1782262484 - info@poloregionaledellagricoltura.it

Partner

Cibus 2014

Si presenta carica di novità Cibus 2014 che, alla 17/ma edizione a Parma dal 5 all'8 maggio 2014, apre al mondo del vino e della spumantistica in particolare con "Cibus Bollicine", e dialoga ancora di più con la città in una sorta di fuori salone nelle strade di Parma, "CibusLand".

Cibus 2014 ha scelto per una prima presentazione il palcoscenico internazionale di Anuga, la grande fiera dell'alimentazione da poco conclusasi a Colonia. Un'area Cibus, vicina all'italian lounge che ha ospitato mille aziende italiane, ha permesso di portare i contenuti della nuova edizione di Cibus agli operatori di tutto il mondo convenuti in Germania.

L'iniziativa è servita anche a sottolineare la collaborazione strategica tra Cibus e Anuga finalizzata alla presenza dell'alimentare made in Italy nei mercati esteri. Cibus ha anche guidato, in partnership con Koelnmesse Italia, una delegazione di venti aziende alimentari italiane (espositrici ad Anuga o a Cibus) in visita al punto vendita Rewe Rahmati di Colonia con il supporto di un responsabile dell'insegna, per analizzare la disposizione del prodotto italiano ed approfondire i trend attuali e prospettici di consumo.

La visita è stata completata con una presentazione dell'associazione tedesca dei Grocery Retailers (Bvlh) al gruppo di aziende italiane, in una delle sale conferenze di Anuga.

L'importanza delle problematiche del retail ha portato gli organizzatori di Cibus, Fiere di Parma e Federalimentare (l'associazione confindustriale dell'alimentare), a dare ad esse ampio spazio a Cibus 2014, che si terrà a Parma dal 5 all'8 maggio 2014 e che si conferma appuntamento e vetrina internazionale. Particolarmente rilevante in questa direzione il workshop sulla leva promozionale nel mondo della distribuzione, organizzato dall'Università di Parma e dalla Nielsen.

"Questa 17/ma edizione di Cibus sarà molto speciale – sottolinea Elda Ghiretti, Cibus Brand Manager, Fiere di Parma – perché capitalizzerà lo straordinario lavoro svolto durante i Cibus Market Check in Europa e nel Mondo: tutti i distributori e i retailers chiave dei principali mercati saranno presenti per consolidare e sviluppare le relazioni di business con il made in italy alimentare e gli espositori - dopo questi 12 mesi di business matching on site – saranno particolarmente numerosi e preparati per utilizzare al meglio la nostra piattaforma fieristica e di marketing".

Forte dei numeri dell'edizione precedente (2300 espositori, 63mila visitatori professionali,120mila mq espositivi), Cibus 2014 sarà suddiviso per categorie merceologiche nelle seguenti aree: - Chilled, Dairy, Deli, Cold, Meat - Frozen - Grocery e Confectionary - International, Typical and Regional - Beverages - Pianeta Nutrizione & Integrazione.

Numerosi gli eventi e le iniziative speciali: si va da Alma Caseus, il concorso dedicato alle aziende del caseario organizzato dalla Scuola di Cucina ALMA a MicroMalto, lo spazio dei birrifici artigianali; da CibusBio con sui si darà rilievo alla produzione biologica italiana al progetto Free From per valorizzare i prodotti senza glutine, senza lievito e senza lattosio; da Cibus Frozen che presenta il mercato dei surgelati e dei ready meal fino al workshop sullo Store Brand in collaborazione con l'Università di Parma per analizzare il branding distributivo.

"Cibus Bollicine", realizzato da Fiere di Parma in collaborazione con LM di Luca Maroni, è uno spazio espositivo realizzato nel Padiglione 7 – Palacassa che presenta la grande varietà degli spumanti italiani, con aree tematiche dedicate ad abbinamenti col cibo ed i dolci, dimostrazioni, degustazioni e workshop.

"CibusLand" è un'iniziativa che si terrà nelle strade di Parma per mettere in relazione le aziende espositrici, i protagonisti food and beverage del territorio, i cittadini ed i visitatori di Parma.

Nel Parco Ducale verranno aperti gli stand delle aziende alimentari interessate ad un marketing engagement con i consumatori e quindi una location ideale per happy hour e street food.

Non lontani dal Parco saranno dislocati il vino di Sense of Wine e la birra artigianale di MicroMalto.

CibusLand sarà collegata alla fiera e si terrà in due week end a cavallo della fiera. Cibus ospiterà anche la 4/a edizione di Pianeta Nutrizione & Integrazione, forum sulla sana nutrizione che coniuga seminari scientifici interdisciplinari con una sezione espositiva.

Onorificenza a Gualtiero Marchesi

Proposta del Consorzio Franciacorta e Slow Food al Capo dello Stato per un riconoscimento civile al merito

Il Consorzio Franciacorta e la Condotta Slow Food Oglio Franciacorta Lago d'Iseo proporranno al Presidente della Repubblica Giorgio Napolitano di conferire a Gualtiero Marchesi un'onorificenza civile al merito "per il suo ruolo di ambasciatore della migliore italianità nel mondo e per aver promosso ingredienti e territori in maniera esemplare, a vantaggio del sistema produttivo, sociale ed economico dell'Italia intera".

Ha preso via su web la raccolta firme, per adesione indirizzo on line (http://bit.ly/GualtieroMarchesi), come annunciano in una nota i promotori dell'iniziativa. Gualtiero Marchesi, sottolineano, "per primo nel mondo, ha dato dignità e onore internazionali al mestiere di Cuoco".

Inoltre "con la sua passione, la sua professionalità e l'innata creatività, Gualtiero Marchesi è riuscito a fare della Franciacorta una vera e propria meta della bellezza e del buon gusto per quanti amano la cultura dell'eccellenza enogastronomica. Per questo gli siamo grati".

(ansa)

Onorificenza civile al merito ad uno chef, certo non ad uno qualsiasi, ma a Gualtiero Marchesi, il "padre" della cucina italiana moderna

GINSENG & COFFEE DRINK™

aralia®

VIVI IN SALUTE

e gustati il piacere del caffè

Aralia è l'unico senza glutine

Testato e raccomandato da

Alimentipedia

GLUTEN FREE SENZA GLUTINE

aralia

GINSENG & COFFEE DRINK™

Informazioni generali

Per quanto riguarda gli aspetti sanitari, confermiamo di essere in possesso di:

- certificati di analisi effettuate all'origine dal Ministero della Sanità Malese/Organismi riconosciuti;
- nulla osta sanitario emesso dalla competente autorità marittima del porto di sbarco e sdoganamento in Italia;
- certificati di analisi eseguite successivamente in Italia da laboratori iscritti presso l'istituto Accredia (ex Sinal);
- il prodotto reca altresì:
  - il marchio denominato "Halal",certificazione obbligatoria per il consumo da parte di cittadini di fede islamica (4 milioni di "nuovi consumatori" solamente in Italia – oltre 20 milioni in Europa – 1,5 miliardi nel mondo);
  - il marchio "GMP", il quale indica che il prodotto è fabbricato sotto la giurisdizione Good Manufacturing Practices, struttura in essere dal 2001 verificata e approvata dal MOH (Ministero della Salute Malesia), attuata per la sicurezza degli alimenti e per l'igiene che soddisfa i requisiti di sistema di codici elementari per il riconoscimento internazionale.

Inoltre ribadiamo la massima importanza circa i seguenti valori:

- acidi grassi trans dichiarato in etichetta, inferiore allo 0,05%; importantissimo ai fini degli aspetti salutistici legati al rischio di malattie cardiovascolari – colesterolo LDL cosiddetto "cattivo" (vedi allegato 4);
- caffè solubile 12% per la Versione Original – caffè solubile 20% per la Versione Royal Bitter Taste;
- estratto di ginseng 1% netto;
- senza glutine (Reg. Comunitario nr. 41/2009); già presente sul Prontuario Associazione Italiana Celiachia edizione 2012, 2013 e confermato per edizione 2014.
- senza lattosio.

Aralia Srl è a disposizione per ulteriori dettagli e approfondimenti.

Grazie per l'attenzione

per Aralia® Srl Unipersonale
C. Giordano

Documento redatto mediante sistema informatico e pertanto non reca alcuna firma.

Le indicazioni riportate nella presente scheda,pur essendo accurate e redatte al meglio delle nostre attuali conoscenze,rivestono solo carattere informativo e ci sollevano da qualsiasi responsabilità in merito all'utilizzo del prodotto in oggetto. Le informazioni sopra citate non esonerano in ogni caso il ricevente dall'obbligo di identificare il prodotto e controllarne l'idoneità all'impiego.
Questa scheda è stata preparata e deve essere usata unicamente per questo prodotto. Se il prodotto viene usato come componente di un altro prodotto,questa scheda informativa non è necessariamente valida.

©Aralia® Srl - Tutti i diritti riservati All right reserved

Aralia® Srl Unipersonale
Via Bandoli, 31 - 48012 Villanova di Bagnacavallo (RA)
Tel. +39 0545 289001 - fax +39 0545 47767 - info@araliasrl.it - www.araliasrl.it
P.IVA e C.F. 02338520394 - R.E.A. C.C.I.A.A. Ravenna n. 199979

aralia®

GINSENG & COFFEE DRINK

Aralia Srl nasce grazie all'impegno e alla voglia di un team,
con una profonda esperienza nei settori della ristorazione e food & beverage,
che si è prefissato come obiettivo la massima soddisfazione
di consumatori esigenti e consapevoli.

La selezione che operiamo nella scelta di materie prime, prodotti lavorati e produttori,
che ci convincono per le loro qualità, costituisce la solida base per l'insediamento
in un mercato estremamente vasto e concorrenziale.

La nostra forza è la conoscenza, la serietà e la professionalità
che ci hanno accompagnato negli anni e che ci consentono di presentarci
come una realtà nuova - ma non inesperta - giovane e dinamica.

aralia®

Ginseng & Coffee Drink

aralia® Ginseng & Coffee Drink è una bevanda istantanea che unisce,
oltre alla gradevolezza di un sapore e di un aroma coinvolgenti,
le proprietà caratteristiche del Ginseng e del Caffè.

Il Panax Ginseng è conosciuto da millenni come rimedio universale.
Il termine Panax, dal greco - pan (tutto) - akeia (cura) da origine anche alla parola italiana panacea, cioè rimedio a tutti i mali.
Il nome Ginseng deriva dalla parola cinese "rensheng" che significa uomo
ed è stata scelta, molto probabilmente, per la peculiare forma della radice,
che infatti, viene chiamata "radice a forma di uomo".
Il Ginseng è privo di effetti collaterali e totalmente atossico.

L'origine della parola Caffè è molto incerta.
Alcuni sostengono che derivi dall'arabo "qahwa" che identificava una bevanda eccitante ricavata dal succo di alcuni semi,
altri che provenga dalla regione dell'Etiopia "Caffa" in cui la pianta era diffusa spontaneamente.
Le proprietà digestive del caffè sono ormai note e riconosciute,
inoltre sono altrettanto importanti le sue doti di "stimolatore" e il suo scarso apporto calorico.

aralia® Ginseng & Coffee Drink
è la bevanda per chi si vuole bene,
per chi è alla ricerca della naturalità
e della genuinità senza rinunciare al piacere.
Per chi vuole ritrovare la carica
e l'energia per affrontare la giornata
in pieno benessere.

Aralia Srl®

Via Bandoli, 31 - 48012 Villanova di Bagnacavallo (RA)
Telefono: +39 0545.289001 - Fax: +39 0545.47767
info@araliasrl.it - www.araliasrl.it

Il nemico del cuore

Il colesterolo è per tutti un nemico del cuore. Ma per chi soffre di malattie renali croniche (il 10% della popolazione mondiale, circa 3 milioni in Italia), diventa un vero e proprio killer.

Per questo cardiologi, nefrologi e medici di medicina generale si sono uniti per mettersi al servizio dei pazienti con un approccio da 'larghe intese' che consenta di fornire loro assistenza integrata.

Nonostante il significativo incremento di complicanze cardiovascolari, e il fatto che lo studio Sharp su circa 9mila casi abbia dimostrato che il calo del colesterolo comporti grandi benefici, gli esperti, in una conferenza stampa a margine del congresso della Società italiana di cardiologia (Sic), spiegano che ancora troppo spesso questi pazienti non vengono sottoposti al trattamento per ridurre il colesterolo.

Durante l'incontro è stato anche presentato un nuovo opuscolo messo a punto dagli specialisti per 'insegnare' ai clinici il nuovo approccio, perché la diagnosi precoce, grazie al dialogo continuo tra cardiologo e nefrologo, permetterebbe di identificare presto il grado di malattia renale e di istituire terapie adeguate, compreso il trattamento per ridurre il colesterolo, prima di arrivare agli stadi terminali di malattia, riducendo così i rischi di complicanze cardiovascolari.

Le malattie renali croniche "sono in costante aumento anche in Italia - ha spiegato Roberto Pontremoli associato di nefrologia all'Università di Genova e Irccs San Martino - per l'aumento della vita media, dei fattori di rischio (diabete, ipertensione, arteriosclerosi, obesità) e sostanzialmente per la mancanza di un trattamento adeguato".

I nefrologi, ha aggiunto Claudio Rapezzi, direttore dell'unità operativa di cardiologia del policlinico Sant'Orsola di Bologna, "vedono una quota limitata di pazienti con malattia renale cronica perché sono più spesso seguiti da internisti e cardiologi" che "devono avere la sensibilità per considerare la malattia renale cronica come fattore di rischio indipendente".

(ansa)

Esami semplici e poco costosi

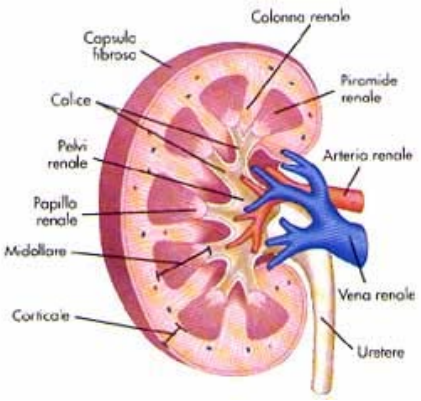
Le disfunzioni renali croniche sono sottostimate perché "quasi sempre" non danno sintomi fino a quando non diventano molto gravi (solo l'1% della popolazione in Italia è in dialisi o in attesa di trapianto, mentre i malati si stimano in circa 3 milioni).

Per diagnosticarle in tempo e poter intervenire presto per rallentare la patologia e consentire una migliore qualità di vita dei pazienti servirebbe "un programma nazionale di screening, come si fa per altre patologie".

Lo spiega Roberto Pontremoli, associato di nefrologia all'Università di Genova e Irccs San Martino, sottolineando che per "intercettare precocemente la malattia bastano "esami semplici e poco costosi" che consentirebbero di cominciare "presto terapie adeguate" in particolare per prevenire le complicanze cardiovascolari.

"Due marcatori certi delle disfunzioni renali - chiarisce l'esperto alla presentazione di un opuscolo sul trattamento della patologia a margine del congresso nazionale della Società italiana di cardiologia (Sic) - sono la stima del filtrato glomerulare, cioè la valutazione di quanto i reni filtrano, che si ottiene attraverso un esame del sangue" e "la valutazione dell'albumina, attraverso un esame delle urine".

Test "poco costosi, facili da interpretare ed eseguiti in tutti i laboratori", cui andrebbero sottoposti, già dal medico di medicina generale, almeno tutti "i diabetici, gli ipertesi, gli obesi e le persone con fattori di rischio cardiovascolare".



Anche perché nei nefropatici questi rischi aumentano e "oggi, grazie anche ai risultati dello studio Sharp sappiamo che riducendo il colesterolo in questi pazienti si riduce il rischio di infarti e ictus".

In particolare lo studio, concentrato sulla terapia associata di ezetimibe (che riduce l'assorbimento intestinale del colesterolo) e simvastatina "ci ha permesso di capire che anche pazienti con valori apparentemente normali di colesterolo (in media 108) meritano di essere trattati se nefropatici", tanto che anche l'Aifa ha "recepito con rapidità questa novità terapeutica" consentendo la rimborsabilità delle terapie associate per ridurre il colesterolo anche per i pazienti renali.

Una terapia, spiega Alberico Catapano, ordinario di Farmacologia dell'università di Milano e presidente della European Atherosclerosys Society (Eas) che "risparmiando dosi elevate di statine" dà "maggiori benefici e più sicurezza ai pazienti".

(ansa)

Colesterolo sconosciuto

Alimenti	Contenuto in colesterolo (mg/100 g)
Pane comune	0
Pane integrale	0
Pasta di semola (bollita e condita al ragù)	30
Riso	0
Frutta, verdura e ortaggi	0
Latte intero	11
Latte parzialmente scremato	7
Latte scremato	2
Yogurt intero	11
Yogurt parzialmente scremato	8
Yogurt intero alla frutta	7
Caciotta, vaccina	71
Crescenza	53
Edam	79
Fontina	82
Formaggio cremoso spalmabile	90
Gorgonzola	70
Grana	109
Mozzarella, di vacca	46
Parmigiano	91
Pecorino romano	90
Provolone	73
Ricotta, pecora	42
Ricotta, vacca	57
Uovo di gallina, intero	371
Uovo di gallina, albume	0
Uovo di gallina, tuorlo	1337
Agnello, cotto al forno	110
Bovino adulto	52-72
Cavallo	61
Coniglio, intero – cotto	73
Maiale, bistecca saltata in padella	89
Pollo, cotto al forno (senza pelle)	109
Pollo, petto saltato in padella	75
Struzzo, cotto al forno	72
Tacchino, cotto al forno (senza pelle)	80
Tacchino, fesa saltata in padella	62
Vitello, filetto saltato in padella	99

Le indicazioni contenute in questa pubblicazione non devono essere valutate in sostituzione di cura professionale medica. È necessario, pertanto, consultare il medico prima di intraprendere qualsiasi cambiamento dello stile di vita.

Fra i termini nutrizionali, la parola "colesterolo" è senza dubbio una delle più note. Intorno a questo termine c'è però parecchia confusione: lo si ritiene impropriamente un grasso e non è sempre chiara la differenza fra quantità di colesterolo contenuta negli alimenti e colesterolo serico, ovvero concentrazione di colesterolo nel sangue, misurata con test clinici. Innanzitutto il colesterolo non è un grasso, ma uno "sterolo". Nè si tratta di un composto tossico: esso è infatti un componente naturale dei tessuti animali ed anche del nostro organismo ove svolge un ruolo essenziale a livello metabolico. Ad esempio, esso è il precursore di un composto poi trasformato in vitamina D, quando la nostra pelle viene esposta alla luce del sole.

Le nostre ghiandole sessuali e surrenali impiegano il colesterolo per costruire alcuni ormoni. Il fegato converte il colesterolo in sali biliari, sostanze indispensabili per una corretta funzione digestiva.

Il colesterolo è componente di molti alimenti, sempre di origine animale, e si accompagna ai grassi.

Ma anche se noi non consumassimo alimenti di origine animale, il nostro organismo continuerebbe a produrre colesterolo in certe quantità, essendo questa sostanza indispensabile al metabolismo.

Il colesterolo viene introdotto nell'organismo attraverso gli alimenti, ma è anche prodotto dal fegato e dalla corteccia surrenale. Il nostro corpo produce 2 grammi di colesterolo al giorno.

In condizioni normali ciò sembra essere alla base di un meccanismo di autoregolamentazione per cui il nostro organismo tende a produrre meno colesterolo e ad eliminarne di più se la dieta ne è troppo ricca.

In questo l'eredità è un fattore molto importante: ci sono persone, che per motivi genetici, hanno un cattivo meccanismo di autoregolamentazione, e di conseguenza la produzione del colesterolo avviene in loro in modo caotico, senza tenere conto cioè dell'apporto alimentare. Il colesterolo circola nel sangue trasportato da due tipi di lipoproteine, cosi chiamate in quanto sono proteine che legano i grassi, dette LDL, che è la sigla in Inglese di Low Density Lipoproteine, e DHL, o High Density Lipoproteins, lipoproteine ad alta densità.

Pur trasportando entrambi colesterolo, questi due tipi di lipoproteine hanno ruoli antagonisti (contrarie); le prime promuovono i processi degenerativi a carico delle pareti interne delle arterie, le seconde hanno invece azione protettiva nei loro confronti. L' LDL - colesterolo si deposita nei vasi sanguini ed è la principale causa di aterosclerosi (è conosciuto come colesterolo cattivo), mentre l'HDL - colesterolo (detto invece colesterolo buono) gira vorticosamente nel sangue e con questo movimento svolge la funzione di pulizia delle arterie.

Il colesterolo non va visto come un nemico, anzi, esso è indispensabile per la formazione di certi ormoni e proteine.

L'aumento, poi, di una sua frazione, l'HDL, è addirittura un fattore preventivo nei confronti della malattia aterosclerotica. Il contenuto di colesterolo totale, espresso in milligrammi per decilitro, non dovrebbe mai superare il valore di 180 ml/dl nelle persone sotto i 30 anni ed i 200 ml/dl nelle persone sopra questa età.

Questi sono ritenuti i valori limite, e non ha senso stimare il contenuto di colesterolo accettabile dall'organismo semplicemente in base ad una media calcolata su una determinata popolazione, come fanno certi analisti che ci assicurano di un livello accettabile fino 250 ml/dl.

Quello che comunque ha maggiore importanza è il rapporto tra HDL e LDL, che deve essere a favore della lipoproteina HDL. Per esempio se un alto tasso di colesterolo totale è dovuto solo o in maggior parte all'HDL, ciò può essere addirittura positivo.

Anche per il colesterolo (LDL) i primi accumuli nelle arterie incominciano dalla fanciullezza e pertanto è indispensabile che la prevenzione di questa malattia sia attuata quanto più precocemente possibile, soprattutto con l'obiettivo di aumentare il colesterolo HDL rispetto ai valori di quello LDL. L'accumulo del colesterolo nel sangue non dà disturbi evidenti, e infatti per identificarlo occorre un esame di laboratorio; quindi è buona regola sottoporsi ad esami clinici di controllo ogni sei mesi o ogni anno.

www.valori-alimenti.com

Figlia del Vulcano

La città di Catania e la sua poliedrica cucina rappresenta la porta ideale nel Mediterraneo per quanti vogliono accostarsi alla storia dei popoli che si affacciano al Mare Nostrum. Senza dimenticare Arabi e Normanni

di

Serena Surdo

La cucina catanese nasce dalla naturale combinazione dei prodotti agricoli con quelli marinari, nel tempo impreziositasi degli influssi di tanti popoli e culture diverse che si sono avvicendate nella nostra terra.
È una cucina ricca, fatta di ingredienti semplici ed economici, ma valorizzati dalla fantasia e dalla varietà dei profumi e dei colori.
Catania è una città profondamente legata al suo mare, non solo per motivi geografici, ma anche per l'abbondanza di pesce presente nelle sue acque.
È naturale quindi che il pesce tipico della costa sia diventato la base di molte ricette tradizionali. Con il pesce, infatti, si creano buonissimi primi piatti e fritture e ovviamente ottimi arrosti sulla carbonella o marinature con olio extra vergine di oliva e limone.
Sul versante della carne, il piatto più comune è il "falsomagro", ma è pratica molto diffusa anche quella di consumare salsicce di maiale arrostite sulla carbonella e servite con contorno di verdura tipica.
Nei quartieri popolari è invece molto esteso il consumo di carne equina cotta alla brace e magari mangiata calda come ripieno di un panino.
L'agricoltura catanese deve la sua prosperità soprattutto alla fertilità del suo suolo impreziosito dalla presenza del vulcano e dalle frequenti eruzioni.

Alla base delle attività si collocano due colture fondamentali: l'agrumicoltura e la viticoltura.
La coltura degli agrumi comprende: arance, limoni e mandarini, insieme a mandaranci, bergamotti, cedri e pompelmi di grande pregio, i fichi d'India.
Tra la frutta secca spiccano per qualità le mandorle, le nocciole ed il pistacchio che sono alla base di molti prodotti dolciari caratteristici di questa terra.
Molti dei prodotti agricoli di Catania e provincia sono ben noti in tutt'Italia e all'estero, come le arance rosse, i fichi d'India di San Cono e di Militello, i limoni verdelli di Aci Catena, le fragole di Maletto, i pistacchi di Bronte e tante altre produzioni agricole.

La tradizionale coltivazione della vite consente la produzione di ottimi viniad elevata gradazione alcoolica, sia rossi che bianchi, ma anche liquori e rosoli che vengono sempre più apprezzati in tutto il mondo.
Un'altra tipicità locale è la tavola calda, veloce da consumare, è uno spuntino ricco e molto gustoso, ma soprattutto espressione della cucina casalinga più antica. Gli arancini di riso più famosi sono quelli conditi con il ragù, ma ottimi sono pure quelli con i funghi o al pistacchio.
Un altro prodotto tipico catanese sono le "crispelle", una sorta di frittelle ripiene di ricotta o acciughe che, insieme alla "scacciata" rappresentano una delle più celebri preparazioni della cucina popolare catanese.
In campo dolciario, Catania vanta una tradizione e una varietà che non trova eguali in nessun altro luogo.
Alla varietà si aggiunge una qualità che non teme concorrenza alcuna. I dolci catanesi si distinguono per l'originalità delle preparazioni, per gli ingredienti utilizzati e per i loro accostamenti, ma anche per la forma insolita e fantasiosa.
Tra i dolci tipici più famosi troviamo le paste di mandorla, i dolcetti di marzapane, i cannoli di ricotta, le olivette di Sant'Agata (ricetta antichissima legata alla storia della santa patrona della città), dolcetti a forma di olive preparati con pasta di mandorla, colorati di verde e ricoperti di zucchero.
In tutte le gelaterie di Catania è possibile trovare i due prodotti estivi per eccellenza: il gelato e la granita. La diffusione del gelato partì proprio dalla Sicilia, dove al perfezionamento della tecnica araba si unì la fantasia e la ricchezza della terra e fu pro-

prio il siciliano Francesco Procopio de' Coltelli, di Acitrezza, che nel 1686 aprì a Parigi un locale che chiamò "Café de Procope", iniziando così la diffusione del gelato nel mondo.
La granita differisce dal gelato per la tecnica di preparazione.
Non si tratta di graniglia di ghiaccio condita con aromi, ma di un composto granuloso e cremolato.
Alle classiche granite di limone, caffè, mandorla e cioccolato si sono aggiunte granite di fragole, more, gelsi, pesca e lamponi.
Con la bella stagione la granita al mattino sostituisce la colazione, accompagnata da morbide e calde brioche. La cucina catanese offre una così vasta e prelibata gamma di scelta che sarà impossibile restare delusi dopo avere assaporato le specialità locali.

Serena Surdo

Associazione Turistica Pro Loco Sinagra

Calendario 2014

Pro Loco Sinagra

Unpli Sicilia

Dipartimento di Biologia Ambientale e Biodiversità Univesità di Palermo

Regione Sicilia

Provincia di Messina

Museo Naturalistico Francesco Minà Palumbo

Comune di Sinagra

Salto nel Tempo

di
Enza Mola
Presidente
ProLoco Sinagra

E' stata presentata nella gremita aula consiliare del Comune di Sinagra, l'edizione 2014 del Calendario della ProLoco, l'associazione no profit che da anni lavora nel territorio occupandosi della rivalutazione del patrimonio architettonico, storico, paesaggistico e culturale.
Giunta ormai alla nona edizione, per il 2014 il filo conduttore della pubblicazione sarà il salto generazionale dei luoghi e della comunità, salto inteso non solo dal punto di vista fisico ed estetico ma anche commerciale e sociale. Ed ecco spiegato il perché dell'attentissima ricerca fotografica e storica curata dallo staff della ProLoco, che è riuscito a recuperare, grazie anche all'aiuto di alcuni residenti, prezioso materiale didascalico.
Tra gli interventi, nei vari mesi, quello di Annamaria Amitrano (antropologa, Università di Palermo), Santo Bonaventura (poeta e scrittore), Michele Fasolo (archeologo), Rosario Schicchi (botanico, Università di Palermo), Carmelo Carmeni (campione del mondo di forgiatura 2013), Adriano Stefanelli (il "calzolaio" dei Papi e Presidenti), Marco Rossi (hotel revenue manager).
Ad impreziosire ulteriormente la pubblicazione, l'intervento dei massimi esponenti di Ristoworld Italy, l'associazione di professionisti che lavorano nell'ambito della ristorazione e dell'ospitalità.
Tra le firme del calendario, quella di Titti Dell'Erba, responsabile grande eventi e vicedirettore di Ristonews, Sergio Furco ingegnere ideatore di Flash in Cucina, Gregori Nalon, chef pluridecorato già membro della Nazionale Italiana Cuochi e responsabile nazionale delegazioni Ristoworld Italy.
Tra le firme locali, quella di Giuseppe Cultrona, Calogero Corica, Carmelo Giglia, Carmelo La Cava, Maria Giglia, Giuseppe Paratore, Salvatorte Orifici, Annamaria Faranda, Rosina Starvaggi, Rosuccia Raffaele: il coordinamento editoriale è, come ormai consuetudine, di Marcello Proietto di Silvestro.

Anche quest'anno la grafica è di Antonio Nardo, mentre le foto sono state curate da Melo Bongiorno, Claudio Gullotti, Carmelo Salleo Magno (il fotografo memoria storica della cittadina che ha firmato anche un mese), lo Studio fotografico Vincenzo Agostino. Contributi importanti anche quelli di Emanuela Mola, vicepresidente della ProLoco, Lea Tripiciano e Gaetano Ioppolo.

"**Ringrazio tutti gli amici di Sinagra per il contributo che hanno dato al calendario** – commenta il presidente Enza Mola - **e tutti gli Amici "esterni" che, come ogni anno, si sono prestati gratuitamente per questa iniziativa entrata ormai nella consuetudine delle attività della nostra associazione. Ringrazio inoltre tutti gli sponsor e coloro che a vario titolo, hanno contribuito alla pubblicazione, con il reperimento delle foto antiche e moderne, dei testi e delle testimonianze. Spero che questo nostro atto di amore per Sinagra e per l'intera comunità possa**

contribuire a trasferire alle nuove generazioni valori intramontabili quali la difesa delle tradizioni e il recupero della memoria storica".

Ai lavori di presentazione e al dibattito che è poi scaturito, presentato e moderato da Marcello Proietto, che si è soffermato anche sulla importanza di fare "rete" sul territorio spronando l'amministrazione comunale a non isolarsi e a lavorare sinergicamente con le altre realtà territoriali, ha catalizzato le attenzioni l'intervento della professoressa Amitrano che, oltre a suggerire il tema del calendario, ha fornito anche ulteriori chiavi di lettura per un lavoro immediatamente apprezzato dalla comunità locale. Il calendario, distribuito gratuitamente sul territorio, sarà anche spedito alle massime autorità nazionali religiose e civili e alla folta comunità degli emigrati sinagresi nel mondo.

Dott.ssa Enza Mola
Presidente ProLoco Sinagra

Solidarietà

Si è svolto a ridosso del Natale scorso il 1° Pranzo della Solidarietà, a favore degli ospiti della casa di riposo di Randazzo, paesino alle pendici dell'Etna, organizzato da Pro Randakes in partnership con l'Istituto Alberghiero Medi e numerosi sponsor privati. Quando è nata l'idea, la finalità era far passare una giornata diversa agli ospiti della casa visto il Natale alle porte, pensiamo di esserci riusciti, visti i tante grazie ricevuti; ma la cosa che più ci ha fatto sentire bene è stato quando a fine pranzo ritrovandoci a parlare, percepivamo una bellissima sensazione che non avevamo preventivato, "tanta gioia nei nostri cuori". Grazie Nonnini!

«In tutte le maniere vi ho dimostrato che lavorando così si devono soccorrere i deboli, ricordandoci delle parole del Signore Gesù, che disse: Vi è più gioia nel dare che nel ricevere!» (Atti degli Apostoli 20:35)

Si ringrazia per la collaborazione e la professionalità l'istituto di istruzione secondaria superiore " E. Medi " di Randazzo sez. alberghiero.

Si ringraziano le aziende che hanno contribuito a titolo gratuito alla realizzazione del pranzo con i propri prodotti: Etna Frutta, La Cava caseificio, Pastificio Artigianale Ciraulo, La Bottega del Pane di Batturi, Cottanera Vini. Si ringrazia per il supporto audio Pa.Ce Animazione & Spettacolo. Il consiglio direttivo della Casa di Risposo, presieduto dal prof. Giuseppe Crimi, ha ringraziato l'associazione, presieduta da Vincenzo Ciraulo, per la giornata.

Associazione Pro Randakes

RISTOWORLD
LA RISTORAZIONE ITALIANA NEL MONDO.

Mani in Pasta

di

Serena Surdo

Lo scorso dicembre, ha rappresentato un mese di intense attività sul sociale per l'Associazione culturale "Ristoworld Italy" che ha dato vita ad un fantastico progetto sociale, chiamato "Natale è Librino", organizzando due intere giornate presso l'Istituto Comprensivo "Pestalozzi" e la Scuola Materna "Brancati" di Catania. Durante gli incontri si è svolto il programma ideato dal presidente dell'associazione Andrea Finocchiaro: "Natale è Librino", che ha racchiuso al suo interno una sorta di doppio progetto: il primo è stato chiamato "Mani in Pasta" e ha visto come protagonisti i bambini delle scuole, alle prese con le loro capacità manuali e soprattutto creative.

Ognuno di loro infatti si è cimentato con allegria nella preparazione della pasta, mescolando gli ingredienti insieme ai compagnetti e sotto l'occhio attento dello Chef Alessandro Russo (insegnante presso l'Istituto di Formazione Professionale "Archè" di Catania) e degli alunni che lo hanno accompagnato.

Il secondo progetto è stato invece pensato per essere in tema con le festività di fine anno, cioè "Disegniamo il Natale a Librino".

Basandosi su tale titolo, i bambini hanno dato libero sfogo alla loro fantasia e hanno creato con le proprie mani varie decorazioni di cartone e altri materiali, che

sono poi servite ad addobbare gli alberi di Natale presenti in Città compreso quello di Piazza dell'Università, forse il più bello in questa edizione del Natale, nonché il più famoso e visitato.

L'intero percorso è stato reso possibile anche grazie alla collaborazione del presidente del Polo Regionale dell'Agricoltura Salvatore Boninelli, il preside Giunta dell'Istituto Comprensivo Brancati, il preside Molino dell'Istituto Comprensivo Pestalozzi, l'on. Sammartino, Antonino Salanitro, Maurizio La Magna, Gianfranco Nicotra, Luis Laudonia e Francesco Cirnigliaro, che hanno permesso all'associazione "Ristoworld Italy" di distinguersi ancora una volta in positivo nel campo del sociale.

Serena Surdo

Rabarbaro Diabolik Eva

Un legame all'insegna del noir, quello tra Rabarbaro Zucca (Illva Saronno) e Diabolik: l'aperitivo nero per eccellenza celebra infatti il personaggio nato dalla penna delle sorelle Giussani, e quello della sua affascinante compagna Eva Kant, con due imperdibili bottiglie cult collection.

Lo storico brand, già protagonista del noir italiano grazie all'ormai celebre Premio Zucca Spirito Noir, ha voluto accostarsi al fumetto edito da Astorina per l'evidente impronta noir che accosta Rabarbaro Zucca ai personaggi del fumetto, accomunati peraltro dalla medesima città natia, Milano.

Sulla scia del 50esimo anniversario dalla nascita di Diabolik, e in concomitanza del cinquantenario di Eva Kant, le bottiglie vestono gli inconfondibili colori nero e rosso, con i visi degli inafferrabili ladri. Formulati per l'occasione anche i nuovissimi cocktail Diaboliko Zucca con prosecco, vanil e succo d'arancia, Zucckant con Vodka Artic Fragola e Tonica, e Zucca E-Type con cedrata e Bulldog Gin.

See more at: http://www.mixerplanet.com/rabarbaro-zucca-celebra-diabolik-e-eva-kant/#sthash.jzHTd13T.dpuf

www.mixerplanet.com

Dimmi cosa bevi Ti dirò chi sei

Vodka, whisky, vino. Ogni persona, in fatto di bere, ha i suoi gusti. Ma in pochi sanno che il bicchiere preferito è anche in grado di suggerire l'inclinazione politica del bevitore.

È questo il succo di un nuovo studio condotto negli Stati Uniti da GfK-MRI, con il coinvolgimento di circa 50mila persone.

I dati rivelano che i bevitori di whisky, di bourbon e di altri liquori di colore scuro, appartengono soprattutto alla schiera dei repubblicani; al contrario, i consumatori di alcolici dalle tinte chiare, come il gin, il cognac, o la vodka, sono assimilabili ai democratici.

Anche spumante e champagne - con cui tipicamente si saluta l'arrivo del nuovo anno - risponderebbero meglio alle esigenze di questo schieramento politico.

Differenze anche per ciò che riguarda la scelta del vino. I repubblicani optano per il Robert Mondavi, della Napa Valley, simbolo universale del vino e del cibo degli statunitensi; i democratici, per prelibatezze come il Chateu Ste, vino rosso della Columbia Valley.

Un altro dato interessante indica che gli elettori democratici consumano più varietà di alcolici, ma solo i repubblicani prediligono quelli «più forti»; mentre chi non si fa troppi scrupoli a disertare le urne, a un classico bicchiere di vino preferisce qualcosa di più «spinto», come una tequila o un amaro.

Ci sono anche prodotti bipartisan, come alcuni tipi di rum o bevande alcoliche a base di cocco. Ma la storia non va di pari passo con i risultati della ricerca.

Harry Truman, 33esimo presidente degli Usa, per esempio, beveva bourbon con grande spigliatezza, benché fosse democratico.

Idem il discorso per figure come il presidente americano George W Bush che beveva soprattutto vodka e Martini, tipicamente riconducibili all'elettorato oggi presieduto da Barack Obama. D'altra parte non ci sono dubbi relativamente alle preferenze alcoliche di qualunque figura di spicco della politica russa, debitrici in tutto e per tutto del più famoso distillato di patate.

Pare, dunque, che non ci sia una precisa corrispondenza fra la ricerca americana e la realtà, tuttavia uno studio analogo condotto in Inghilterra, rivela che le bevande alcoliche preferite possono verosimilmente essere messe in relazione a tipologie caratteriali specifiche.

Si è infatti visto che gli amanti del buon vino rispecchiano nella maggior parte dei casi persone mature e affidabili; mentre la birra o il rum sono adatti a individui molto più estroversi, ma anche più incoerenti. Vino bianco e vodka riflettono figure dotate di grande intraprendenza e autorevolezza; tequila e gin uomini e donne tranquilli e in pace con se stessi. Difficile, insomma, arrivare a una conclusione definitiva, ma suona interessante ricordare una massima di Charles Baudelaire, secondo il quale «chi beve solo acqua ha un segreto da nascondere»: alla stessa stregua è lecito supporre che chi si dà al vino e agli alcolici, abbia segreti che non teme di svelare proprio grazie a ciò che sceglie di bere.

Gianluca Rossi
www.ilgiornale.it

Cibo Immaginario

Il Cibo immaginario. 1950-1970 Pubblicità e immagini dell'Italia a tavola, è una mostra ideata e curata da Marco Panella, prodotta da Artix in collaborazione con Coca-Cola Italia, Gruppo Cremonini e Montana, racconta venti anni di vita e costume italiani attraverso iconografia, stili e linguaggi della pubblicità del cibo e dei riti del mangiare.

Oltre 300 immagini, rendono fruibile per la prima volta al grande pubblico un percorso ragionato che recupera un giacimento culturale che ha segnato la modernità italiana; immagini da osservare una ad una, cogliendone l'evoluzione dei paradigmi di comunicazione e, soprattutto, la portata evocativa ed emozionale; una storia visiva suggestiva, nella quale rintracciare i segni del cambiamento di un'Italia che corre veloce dalla Ricostruzione fino all'Austerity e che, nel cibo e nei modi del mangiare, trova un media fortissimo e misura il suo affrancamento sociale. "Il punto di osservazione scelto per il racconto de Il Cibo Immaginario",dichiara Marco Panella "è quello della memoria e del linguaggio estetico delle pubblicità del cibo che hanno sorriso agli italiani dalle pagine dei rotocalchi, testate con milioni di copie vendute a settimana e che offrivano ai lettori una straordinaria sintesi tra informazione e lettura popolare d'evasione. Da quelle pagine, le pubblicità del cibo precorrevano i tempi, ne esaltavano le tendenze, alimentavano un sistema di ambizione e di rincorsa sociale e, viste oggi, a distanza di decenni, ci restituiscono intatta l'immagine di una nazione che aveva fiducia in se stessa e che, pur con tutti i suoi tratti d'ingenuità, era in cammino verso la modernità".

Il linguaggio espositivo de Il Cibo Immaginario è quello dei materiali cartacei sopravvissuti e recuperati dalla dispersione, cercati e trovati nelle case e nelle cantine, nei mercatini del piccolo modernariato e sui siti di aste telematiche, materiale povero e al tempo stesso ricco di vita vissuta: riviste, dalle quali sono state tratte le inserzioni pubblicitarie, e poi depliant, cataloghi premio, agende per la casa, calendari, locandine, cartoline illustrate, fotografie, figurine, fumetti e, a completamento della memoria cartacea, una selezione di piccole latte pubblicitarie, oggetti ed utensili promozionali di quando la parola gadget non era ancora entrata nell'uso quotidiano.

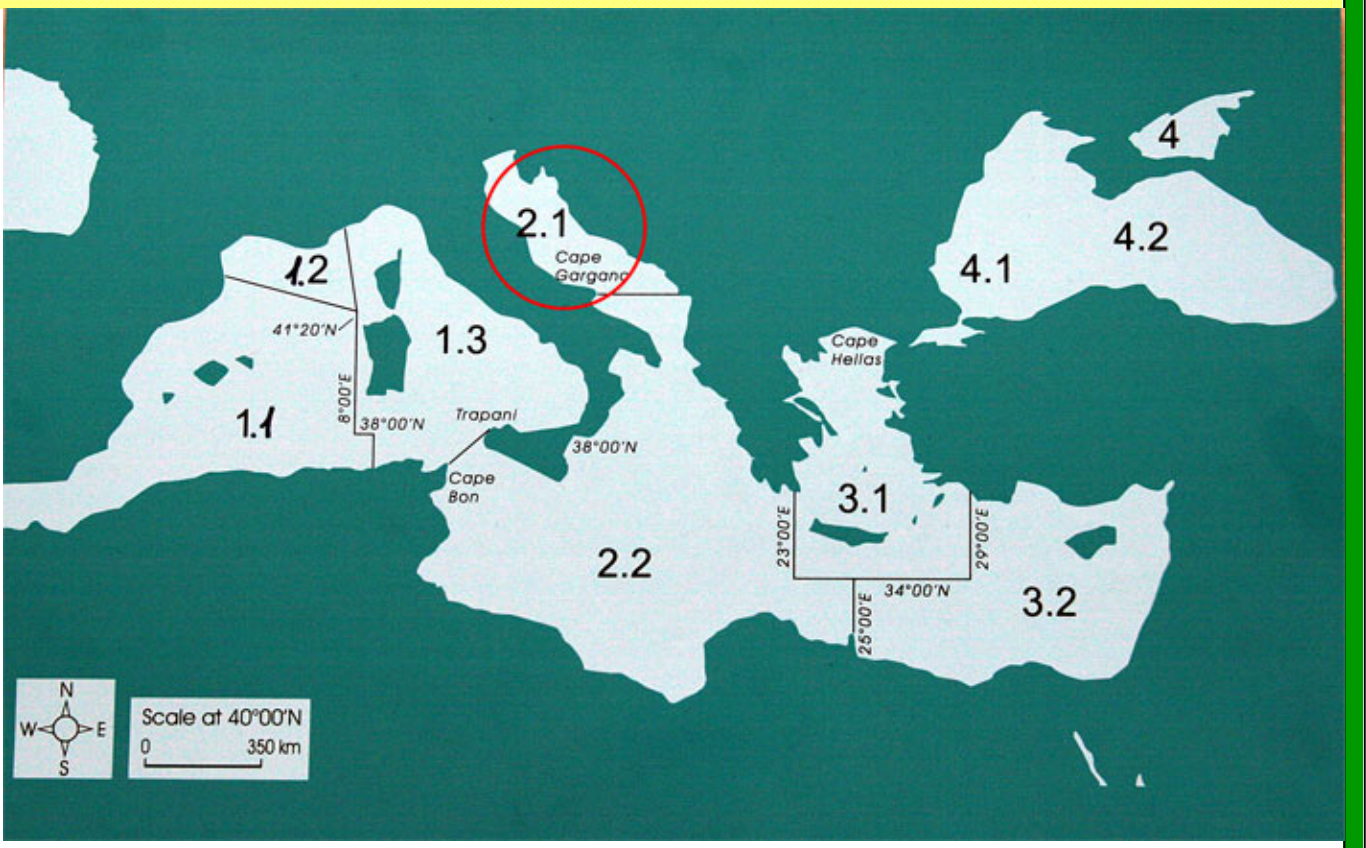
L'impianto culturale della mostra ha raccolto le immagini in dodici grandi temi: dall'Italia che cambia il suo paesaggio domestico con nuove forme, oggetti e colori a quella dei baby boomer, dall'Italia del tempo libero al Paese degli intenditori, dalla nazione che sogna con i concorsi a premio a quella che scopre il risparmio e le offerte speciali, dall'Italia che seduce a quella in famiglia. In ultimo, a fine percorso, 28 fotografie restituiscono l'immagine dal vivo di com'era l'Italia alla quale le pubblicità parlavano e che, anche attraverso di esse, sognava il suo futuro. "Dal punto di vista pubblicitario, venti anni significano una produzione iconografica sterminata e l'evoluzione di stili completamente diversi.

La scelta finale delle immagini è stata faticosa e spesso cambiata sino all'ultimo minuto utile, facendo prevalere a volte la logica ed altre la passione" continua Marco Panella "e il tempo passato a cercarle ed a sceglierle è stato un tempo scandito dall'incontro con la creatività degli illustratori, dei grafici, dei pubblicitari che hanno saputo inventare linguaggi e suscitare emozioni.

Grandi firme alcuni, meno noti altri e sconosciuti altri ancora, tutti, però, veri artisti dell'imma ginario ai quali va indistintamente il tributo di questo lavoro, che ha la pretesa di raccontare un po' d'Italia e l'ambizione di far sorridere".

www.agronotzie.com

Provenienza del pesce Occhio alle zone Fao



Chi va in pescheria avrà spesso notato un cartellino o una scritta a mano accanto ad una partita di pesce, con la dicitura "provenienza zona FAO xxx", con un numero al posto delle x.

Cosa significa quell'etichetta? Vuole indicare la zona in cui il pesce è stato pescato.

La FAO, Food and agricoltoure organization è un ente dell'ONU che si occupa del settore alimentare ed agricolo.

La FAO, cui partecipano quasi tutti paesi del mondo, ha sede a Roma ed ha suddiviso la Terra in tante zone di pesca, ognuna identificata da un numero.

Le macro zone marine di pesca del mondo sono indicate nella figura sopra.

La zona 37 identifica il Mar Mediterraneo ed il Mar Nero.

A sua volta, la zona 37 è suddivisa in altre piccole subzone: per esempio.

Il mar Tirreno è la zona 37.1.3, l'Adriatico la zona 37.2.1, lo Jonio è zona 37.2.2, come è possibile verificare con la cartina di figura sopra.

Anche le zone fluviali e lacustri sono identificate da una zona, a livello continentale:

01 – Africa, 02 – Nord America, 03 – Sud America, 04 – Asia, 05 – Europa, 06 – Oceania, 07 – acque interne ex Unione Sovietica e 08- Antartide.

Una curiosità: sapete qual è il mercato ittico più grande del mondo?

Quello di Tokyo.

In Italia, invece, quello di Milano…

Ma le etichette che troviamo in pescheria sono veritiere?

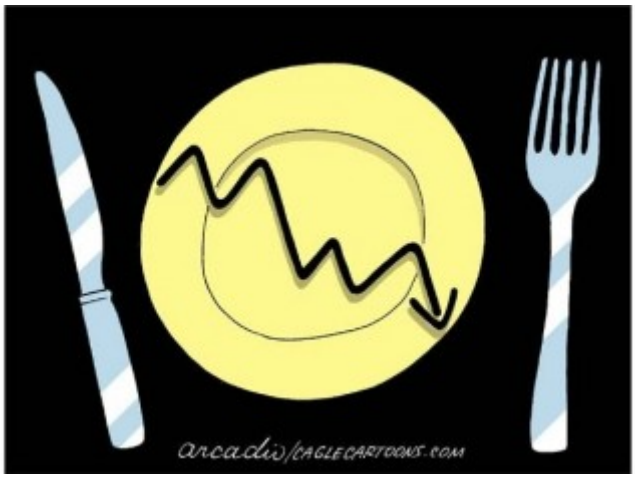
Questo è un altro discorso...

Siciliafan.it

BASTA SPRECHI

Allarme Fao: troppo cibo in discarica

Secondo Secondo il Rapporto Food Wastage Footprint: Impacts on Natural Resources (L'impronta ecologica degli sprechi alimentari: l'impatto sulle risorse naturali) della FAO, sono 1,3 miliardi le tonnellate di cibo vengono che sprecate ogni anno. Cibo per produrre il quale vengono utilizzati 250 Km3 di acqua e 1,4 miliardi di ettari di terreno, e per il quale vengono immessi all'anno nell'atmosfera 3, 3 miliardi di tonnellate di gas serra.



Durante la Giornata mondiale dell'alimentazione, che commemora proprio l'anniversario della fondazione della FAO nel 1945, a questi dati s'è affiancato quello ancor più allarmante che vede 842 milioni di persone che ancora oggi sono cronicamente sottoalimentate.

Tra i risultati emersi durante la giornata, appare particolarmente interessante quello che evidenzia com e circa il 54 per cento dello spreco di cibo avvenga durante la fase di produzione, lavorazione post-raccolto e stoccaggio, mentre il 46 per cento occorra nelle fasi di lavorazione, distribuzione e consumo.

Si é posto l'accento sul fatto che per ridurre gli sprechi alimentari, migliorare le tecnologie all'inizio della catena alimentare, ad esempio fornendo ai contadini mezzo migliori per immagazzinare il raccolto, ha la stessa importanza che lavorare sul comportamento del consumatore alla parte opposta della catena.

Il Direttore Generale della FAO, José Graziano da Silva – comunica l'agenzia Onu – ha esortato i governi a riconoscere che lo spreco di cibo è un problema critico, ricordando come esso sia anche parte integrante della Sfida Fame Zero del Segretario Generale delle Nazioni Unite.

Il cibo che oggi va perso o sprecato potrebbe sfamare due miliardi di persone senza gravare ulteriormente sull'ambiente; e ciò da la dimensione della grandezza della sfida e dell'occasione che il mondo si ritrova oggi davanti.

Partendo da questi presupposti il ministro dell'Ambiente ha scelto di costituire un nuovo pool contro lo spreco alimentare il cui coordinamento è stata affidato al fondatore e presidente di Last Minute Market, Andrea Segré.

Come ricorda l'Ansa, Last Minute Market, lo spin off dell'Università di Bologna per il recupero degli sprechi alimentari, rileva che nel 2012 il 2,47% della produzione agricola è rimasta in campo, l'equivalente di 1-2.466.034 quintali di prodotto agricolo.

Sempre nel 2012 nell'industria agroalimentare italiana, lo spreco medio ammonta al 2,6% della produzione finale totale, che porta ad uno spreco complessivo di 2.036.430 tonnellate di prodotti alimentari.

Ogni anno lo spreco domestico costa agli italiani 8,7 miliardi di euro.

Uno spreco che, ha spiegato Orlando, sfamerebbe milioni di persone e che invece crea un grosso problema anche nella raccolta rifiuti.

Da qui la nascita del pool coordinato dal professor Segrè.

Anche l'Italia, dunque, proverà a fare la sua parte, seguendo la rotta tracciata dalle indicazioni Fao.

See more at: http://www.greenreport.it/news/cibo-dal-ministero-dellambiente-nasce-il-team-anti-spreco/#sthash.rtSJkREy.dpuf

www.greenreport.it

Questo è un locale
NO SLOT
C'E' CHI DICE NO !
Ristoworld Italy
SOSTIENILO
CAMPAGNA CONTRO LA DIPENDENZA DA GIOCO D'AZZARDO

4 Chef per la Caritas

In un periodo di gravi difficoltà e incertezze per la popolazione, si rinnova l'appuntamento con la tradizionale cena di beneficienza, svoltasi a Roma a dicembre presso la casa famiglia Villa Glori.

Ideato da Renato De Silva, presidente della Onlus Associazione Amici della Caritas, il consueto appuntamento è dedicato alla promozione delle attività solidali della Caritas Roma e della campagna "La porta è sempre aperta", intenta a sensibilizzare i cittadini circa la responsabilità e l'impegno nel tenere la porta sempre aperta al prossimo in difficoltà, per comprenderne veramente i bisogni e aiutarlo nel migliore dei modi.

Ad oggi, nel 25° anniversario della sua fondazione, la casa famiglia Villa Glori è la struttura che meglio rappresenta la vittoria della solidarietà sulla discriminazione, un luogo dove i cittadini del quartiere sono diventati parte attiva del volontariato, nonostante le ritrosie iniziali.

Dal giorno della sua nascita nel 1988, Villa Glori è stata, infatti, il simbolo della lotta al pregiudizio e all'emarginazione, offrendo, nel residenziale quartiere Parioli, uno spazio di accoglienza, comprensione e sostegno attivo per i meno fortunati.

Fondamentale alla realizzazione di "4 Chef per la Caritas", il contribuito e la supervisione del giornalista e critico Luigi Cremona e della casa editrice Witaly, che hanno reso possibile l'intervento di grandi marchi e nomi dell'enogastronomia italiana. Infatti, tutti coloro che hanno partecipato alla cena hanno potuto, come di consueto, gustare la cucina d'autore di 4 grandi chef che, gratuitamente, hanno messo a disposizione il proprio tempo e la loro creatività.

I protagonisti di questa edizione: Heinz Beck, Alessandro Circiello e i giovani cuochi della Federazione Italiana Cuochi, i fratelli Serva, Enrico Derflingher e Marco Martini.

Universalmente riconosciuto come uno dei più noti esponenti della gastronomia mondiale, Heinz Beck è un grande interprete della cucina moderna e della migliore tradizione culinaria italiana, alla guida del ristorante "La Pergola" e detentore delle ambitissime tre stelle Michelin fin dal 2005.

Alessandro Circiello, strenuo sostenitore delle virtù di una cucina salutista e portavoce del motto "il cuoco come promotore di salute", guida i giovani e talentuosi chef della Federazione Italiana Cuochi. Maurizio e Sandro Serva, 2 stelle Michelin, si alternano abilmente tra sala e cucina de La Trota, riuscendo a far convivere eleganza, tecnica, leggerezza e godibilità in ogni patto.

Chef della famiglia reale inglese e alla Casa Bianca, Enrico Derflingher, presidente dell'associazione Euro Toques Italia, è a capo del ristorante Armani a Tokyo: grazie anche alle magnifiche esperienze alla Terrazza dell'Eden di Roma, dove ha ottenuto la prestigiosa stella Michelin, e al Palace Hotel di St. Moritz, Derflingher è oggi tra i più grandi chef italiani al mondo.

Marco Martini, classe 1985, ex braccio destro di Antonello Colonna, è stato recentemente riconosciuto come Miglior Chef Emergente d'Italia 2013 in grado di dare vita a piatti memorabili, senza eccessi che disturbino il gusto, la vista o l'olfatto.

Da fine 2012 ha intrapreso una nuova avventura in cucina presso la Stazione di Posta, all'ex mattatoio di Roma, un luogo inusuale per una cucina gourmet.

Uno speciale ringraziamento va al Compartimento Giovani FIC, al Dipartimento Emergenze FIC , a Eurotoques e a tutti i partner e sponsor che hanno contribuito con il loro sostegno alla realizzazione dello speciale appuntamento, il tutto è stato cucinato con le Pentole Agnelli.

Si è conclusa la serata con il dessert abbinato al vino da meditazione Sollucchero.

Roberto Rosati
www.fic.it

Ristoworld Italy

Alessandro Russo Responsabile Nazionale Nucleo Protezione Civile

Ristoworld, entra nel solidale con Ristoworld Emergency, Nucleo di Protezione Civile inserita nell'organico del Dipartimento Nazionale di Protezione Civile.
Ristoworld Emergency sarà guidato dallo Chef Alessandro Russo, serio e stimato professionista siciliano.
A quest'ultimo gli auguri e i complimenti da parte di tutta la Redazione Ristonews!

Ristoworld Italy
COORDINATORE
Nucleo Emergency

facecook
prendici gusto

Che cos'è oggi Facecook.it ?

Oggi Facecook.it contiene una ampia serie di pagine con approfondimenti. Puoi trovare l'indice degli argomenti in home page ma già nei prossimi giorni saranno attivate anche le pagine interne.
Però Facecook è molto di più: è un portale che potrà ospitare informazioni legate al mondo della cucina e della ristorazione professionale.
Ad esempio notizie, ricette, guide per i locali e molo altro.
Oggi queste sezioni sono solo dei contenitori vuoti ma un domani, grazie anche al tuo aiuto, saranno sempre più ricche.
Oggi puoi già iscriverti al portale per provare le funzionalità di base e nei prossimi giorni attiveremo anche per te la possibilità di creare nuovi contenuti, potrai infatti pubblicare e condividere le tue ricette e potrai anche gestire un tuo blog personale.
Oggi puoi iscriverti e cominciare a creare una rete di contatti con chi, come te, vorrà provare questa nuova piattaforma.

Che cosa sarà domani Facecook.it ?

Cosa sarà domani Facecook.it dipenderà da te e da chi come te vorrà aiutarci a dare forma ad un punto di incontro virtuale per tutti gli operatori del settore, i professionisti della cucina e della ristorazione e tutti coloro che si occupano di enogastronomia.

Finger food? Di cosa stiamo parlando?

Ormai è di moda, si usa spesso, tutti fanno finger food, chi di pesce, chi di carne, chi di verdure, chi dolci, insomma non ci sono confini.
Ma siamo sicuri che tutto quello che vediamo in giro siano finger food? se non sbaglio il significato vuol dire "cibo da mangiare con le dita" più o meno, allora qualcosa non torna.
Infatti non basta mettere dentro un bicchierino, una tazzina, su un piattino qualcosa per dire è un finger, anzi.
Penso a quando ero piccino che giravo per Venezia dove si mangiavano "i cichetti", che ora verrebbero chiamati finger food, erano degli stuzzichini semplici piccoli, che in soli due bocconi si finivano e guarda caso si tenevano in mano.
Allora tutto questo clamore mi sembra veramente un seguire la moda e non sapere cosa si fa. Altra precisazione per intenderci, la Cassata Siciliana è l'esempio di cake design, di vecchia data, meno pacchiana, ma il concetto c'è, quindi oltre ai finger food vogliamo inventare un'altra moda?
A voi un commento…

www.facecook.it/blog/476/finger-food-cosa-stiamo-parlando-2784.html

Scritto da Gregori Nalon
Lean Food Manager,
Food Coach,
Chef consulente di cucina

Made in Italy sulle tavole è record !

L'export di prodotti agroalimentari italiani ha raggiunto, nel 2013, un valore record: 33 miliardi di euro; +5% nell'Ue, +6% negli Usa e +8% nei mercati asiatici. Il vino è il prodotto più esportato (5,1 miliardi)

Record storico per il valore delle esportazioni di prodotti agroalimentari italiani che nel 2013 ha raggiunto il massimo di sempre, arrivando a quota 33 miliardi di euro. È quanto emerge da una analisi della Coldiretti sulla base dei dati Istat relativi al commercio estero.

La maggior parte delle esportazioni interessa i paesi dell'Unione europea per un valore stimato di 22,5 miliardi (+5%), ma il made in Italy cresce anche negli Stati Uniti con 2,9 miliardi (+6%), nei mercati asiatici (+8%, 2,8 miliardi) e su quelli africani dove si è avuto un incremento del 12%, arrivando a quota 1,1 miliardi.

Il miglior risultato è però quello che viene dall'Oceania, con un +13%, anche se l'importo è contenuto. A livello generale, l'aumento dell'export rispetto allo scorso anno è stato del 6%.

Tra i principali settori del made in Italy, il prodotto più esportato si conferma il vino, con 5,1 miliardi (+8%) davanti all'ortofrutta fresca (4,5 miliardi di euro), che cresce del 6%, mentre l'olio che fa segnare un +10% che porta il valore complessivo a 1,3 miliardi.

di
Michele Lepre *

Aumenta pure la pasta che rappresenta una voce importante del made in Italy sulle tavole straniere con 2,2 miliardi (+4%). Analizzando le performance dei prodotti nei singoli stati si scoprono aspetti sorprendenti a partire del successo del vino tricolore in casa degli altri principali produttori, con gli acquisti che crescono in Francia (+11%), Stati Uniti (+8%), Australia (+21%) e nel Cile (+66%). Lo spumante tricolore si afferma in Cina (+101%) ma anche in Gran Bretagna (+50%) e in Russia (+31%), ma va forte anche la birra che conquista i paesi nordici, dalla Germania (+66%), alla Svezia (+19%), fino all'Olanda (+9%). Oltre al vino, i francesi gradiscono anche il formaggio italiano, le cui vendite sono cresciute del 2%, ma i latticini nostrani vanno forte anche in Cina, dove aumentano del 25%. Nel gigante asiatico, che alcuni vorrebbero come inventore degli spaghetti, trionfa anche la pasta che registra un +18%. Sorprendente anche la crescita di salumi e salsicce (+9%) in Germania, patria del wurstel, così come quella della grappa (+8%) nel Regno Unito, terra del whisky.

Roberto Moncalvo «Il record fatto registrare dall'export è il frutto del lavoro di un tessuto produttivo ricco, capillare, che coinvolge milioni di uomini e che rende l'Italia competitiva anche all'interno dei processi di mondializzazione dell'economia e delle idee - ha dichiarato il presidente della Coldiretti, Roberto Moncalvo (nella foto), nel sottolineare che - ora occorre che questo patrimonio sia difeso, portando sul mercato il valore aggiunto della trasparenza e dando completa attuazione alle leggi nazionale e comunitaria che prevedono l'obbligo di indicare in etichetta l'origine degli alimenti».

L'andamento sui mercati internazionali potrebbe, infatti, ulteriormente migliorare da una più efficace tutela nei confronti della "agropirateria" internazionale che utilizza impropriamente parole, colori, località, immagini, denominazioni e ricette che si richiamano all'Italia per prodotti taroccati che non hanno nulla a che fare con la realtà nazionale.

All'estero il falso made in Italy a tavola fattura 60 miliardi di euro e sono falsi due prodotti alimentari di tipo italiano su tre.

***Chef e Giornalista**

A Cagliari apre Bolpetta

Il locale dedicato al gusto delle polpette

A Cagliari un locale dedicato solo al gusto delle polpette: in tutte le salse, per tutti i gusti.
Di carne, croccanti, di pesce, oppure al sugo, coi piselli, con le verdure.
Questa volta non si tratta di un'iniziativa sarda sullo stile Mc Puddu's, ma di un locale che ha portato a Cagliari una decina di posti di lavoro e un servizio originale per i clienti.
Il progetto Bolpetta nasce intorno a una tavola imbandita, intorno all'elogio delle polpette, patrimonio gastronomico internazionale, che nasce in terra d'Emilia e dall'Emilia parte per esplorare il mondo.
Col gusto però dei vini sardi, su tutti il Vermentino. Bolpetta è il primo locale aperto a Cagliari nel 2014, nelle scalette di Santa Chiara.

See more at: http://www.castedduonline.it

Custodi dell'Identità Territoriale

Un percorso di programmazione integrata che, partendo dal paniere dei prodotti tipici, esalta l'affermazione della qualità. Il valore intrinseco della DeCo Denominazione Comunale

di
dott. **Nino Sutera**
Direttore Università Rurale Saper&Sapor LURSS

L'obiettivo, riuscire a realizzare una rete dei Città De.Co. per valorizzare quei prodotti di nicchia che inducono gli appassionati viaggiatori ad andare ad acquistare e degustare i prodotti nelle loro zone di produzione, secondo la filosofia consolidata.

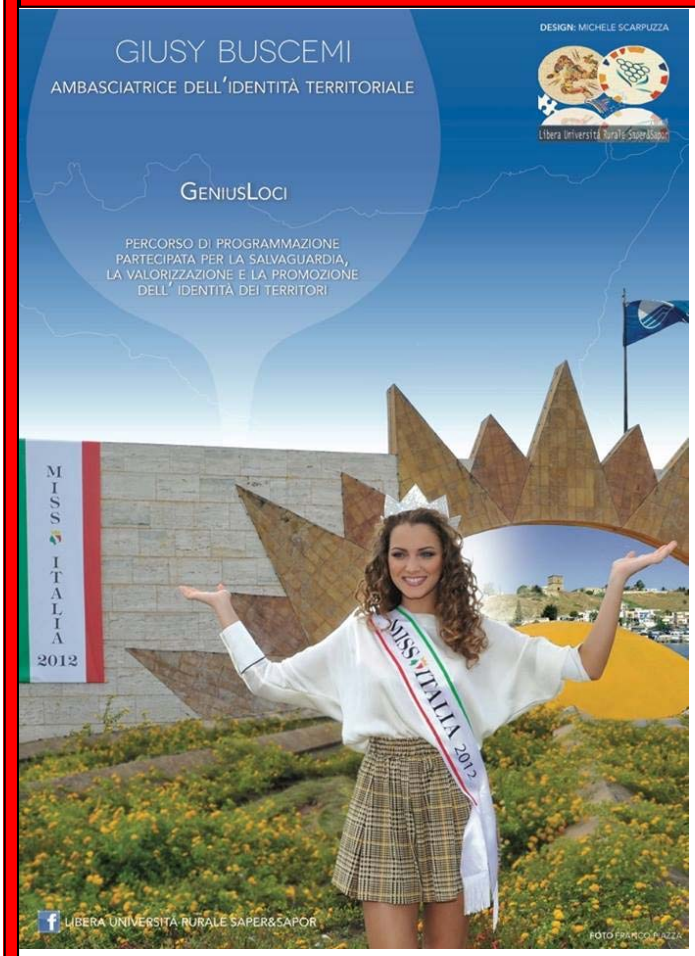
«Chiedere alla terra di darci l'acqua e il pane, l'olio d'oliva e il vino, quant'altro è necessario per una vita serena, è l'unica via per riprendere a vivere» afferma Luigi Veronelli, uno dei più importanti giornalisti di enogastronomia.

Veronelli,ha aperto una strada, inventato un genere, vissuto e tracciato la via per l'affermazione della qualità. Ha lottato contro i poteri forti a difesa dei piccoli produttori.

Quando abbiamo iniziato a lavorare al percorso di programmazione partecipata GeniusLoci De.Co. tutto potevamo immaginare che in così poco tempo sarebbe stato capace di avere tanta attenzione e qualche piccolo riconoscimento,

Italian Style 2013: Titti Dell'Erba, Sergio Furco (Flash in Cucina), Nino Sutera e il direttore Ristonews, Marsh Proietto di Silvestro

afferma Nino Sutera Direttore della Lurss.Onlus.
Ancora meno, potevamo ipotizzare di parlare di GeniusLoci, nella "tana del lupo" o meglio in un Laboratorio Territoriale.
In fondo GeniusLoci è un termine più affine a chi si occupa di progettazione di città, quartieri, luoghi. Ci sono luoghi in cui il genius loci è associato ad un monumento, ad un personaggio.
Tuttavia le persone "respirano" il genius loci di un luogo, di un ambiente quando ne hanno piena coscienza. Ognuno di noi è attaccato ad un luogo d'infanzia, ad un ricordo, ad un affetto, a un dolce, ad un piatto.
Ecco per noi il percorso significa anche recuperare l'identità di un luogo, attraverso le prelibatezze.
Il percorso di programmazione partecipata GeniusLoci De.Co. costituisce un antesignano per aver anticipato i tempi per una disciplina univoca, anche in Sicilia.
Il valore di una De.Co. (denominazione Comunale) è quello di fissare, in un dato momento storico, ciò che identifica quel Comune. A memoria futura, oppure come occasione del presente per cogliere un'opportunità di marketing territoriale. Il Percorso di programmazione partecipata GeniusLoci De.Co. prevede un modello di De.Co a burocrazia zero e chiaramente a costo zero, per le aziende, per le istituzioni e per i cittadini, dove gli elementi essenziali di relazionalità sono Territorio-Tradizioni- Tracciabilità-Trasparenza- Tipicità-(intesa come specificità) che rappresentano la vera componente innovativa, afferma il Direttore della Lurss.Onlus.
La LURSS - Libera Università Rurale Saper&Sapor Onlus - rappresenta l'evoluzione su scenario europeo di "un Villaggio di idee" e del "laboratorio di neoruralità" iniziative innovative scaturite dalle attività di animazione territoriale, la cui mission e vision sta plasmando il necessario dialogo fra la conoscenza dell'imparato" e "la conoscenza delle esperienze", tra teoria e prassi, tra riflessione e azione.
L'obiettivo è accompagnare la valorizzazione dei simboli della nostra terra, il profumo del nostro



candidati ideali a divenire "Custodi dell'identità territoriale": un gruppo di cittadini volontari che supporteranno l'attuazione e la promozione dell'iniziativa.
Tantissimi i riconoscimenti attribuiti nel corso dell'anno.
Il format GeniusLoci De.Co. ideato dalla Libera Università Rurale Saper&Sapor Onlus è stato inserito tra gli esempi virtuosi del -Forum Italiano dei Movimenti per la Terra e il Paesaggio- "Salviamo il paesaggio, difendiamo i territori" presentato in uno dei 16 Session Postere del Forum Pa 2013 di Roma.
Non meno importante, il Gal Isc Madonie ha adottato il percorso il primo in Italia, che coinvolge un'area vasta di 33 Comuni.
Poi tante iniziativa divulgative sparse per la Sicilia, traguardate a Expo 2015.
A Menfi (Agrigento), quindi, l'ultima tappa dell'anno, preceduta dalla costituzione della Feder-De.Co. di Montecchio Maggiore a Vicenza e dal riconoscimento del Premio Veronelli 2013 al Comune di Agira per le cassatelle, uno dei comuni che ha adottato il percorso GeniusLoci.

dott. Nino Sutera
Direttore Università Rurale
Saper&Sapor LURSS

In questo percorso, chef, gastronauti, giornalisti,storici, sommelier, associazioni, pro-loco, intenditori e appassionati, sono partners privilegiati,

De.Co.Sicilia & GeniusLoci

La Denominazione Comunale (De.Co.) rappresenta un opportunità per salvaguardare l'identità di un territorio legato a una produzione specifica, con pochi e semplici parametri, il luogo di "nascita" e di "crescita" di un prodotto, che ha un forte ed efficace valore identitario per una Comunità.
Il percorso di programmazione partecipata *GeniusLoci* elaborato dalla Libera Università Rurale Saper&SaporOnlus, inserito tra gli esempi virtuosi del – Forum Italiano dei Movimenti per la terra e il paesaggio

lurss.onlus@gmail.com

tanto spesso, anche all'improvviso, ci stupiscono ed emozionano. Le persone "respirano" il genius loci di un luogo, di un ambiente quando ne hanno piena coscienza. Ognuno di noi è attaccato ad un luogo d'infanzia, ad un ricordo, ad un affetto, a un dolce, ad un piatto. Ecco l'obiettivo non secondario è recuperare l'identità di un luogo, attraverso le prelibatezze identitarie della territorio.
Il format è composto da 10-12 steps tra i quali "Ambasciatore dell'identità territoriale" e "Custodi dell'identità territoriale" i quali sono

Denominazione Comunale
De.Co. Sicilia

I COLORI DEL GUSTO

VIAGGIO NELL'IMMAGINARIO DELLA QUOTIDIANETÀ.

Libera Università Rurale Saper&Sapor Onlus

Libera Università Rurale Saper&Sapor