

il Cuoco



Magazine
Ufficiale della
Federazione
Italiana Cuochi

N. 303
Gennaio/Febrero 2012

SPECIALE PASTA la tradizione batte la crisi

HALAL
ristorazione
per musulmani

ECO-CUCINA
la spesa amica
dell'ambiente

ABBATTITORE
uso, modelli e
funzionamento

PECORINO ROMANO D.O.P.

BRVNELLI

BRVNETTI



Ha vinto il prestigioso premio
Superior Taste Award per l'edizione 2011, assegnato dai
grandi Chefs dell'International Taste & Quality Institute



AUT. CONSORZIO PER LA TUTELA
DEL FORMAGGIO PECORINO ROMANO
N. 63/92 - D.P.R. 30/10/1995
MODIF. COND.D.M. 06/06/1995
D.O.P. - REG. CE 1107/96



GARANTITO DAL MINISTERO
DELLE POLITICHE AGRICOLE,
ALIMENTARI E FORESTALI
AI SENSI DELL'ART. 10
DEL REG. (CE) 510/2006



dal 1938

www.brunelli.it



EDITORIALE

di **Paolo Caldana**
Presidente nazionale FIC

 for English text
see page 76

È il lavoro più bello e PIU RISCHIOSO

Alla luce del nuovo anno, tra tante inchieste, sorprende la classifica dei mestieri più a rischio di mortalità, stilata dall'Organizza-

zione Mondiale della Sanità (Oms, divisione di Roma): in Italia, al primo posto si piazzano i cuochi, più esposti di altri a pericoli sul luogo di lavoro, come traumi, incidenti elettrici, chimici e climatici.

Riguardo al problema, la Federcuochi è consapevole che attraverso la salute del cuoco passa quella del cliente e che lo chef è il testimone di uno stile di vita salutare. Nostro punto di forza è la salvaguardia del benessere psico-fisico di chi cucina, soprattutto dei soggetti più sensibili allo stress.

Perciò, tra i propositi per il 2012, la Fic ritiene indispensabile mettere in atto maggiori misure preventive e protettive per tutti noi, come le vaccinazioni, e avvalersi delle innovazioni scientifiche, quali i metodi di cottura soft, che possano ridurre l'entità dei rischi.

La Fic ha in calendario molti interventi, tra cui un "seminario formativo" specifico in aprile, durante la nostra Assemblea, e ha allo studio un progetto sulle "malattie professionali del cuoco". Inoltre, ha intenzione di allacciare sinergie con esperti, per monitorare e migliorare le condizioni di lavoro degli iscritti.



La nostra professione ci espone a pericoli per la salute. Per questo la Fic s'impegna per migliorare sicurezza, formazione ed efficienza dei suoi soci



Dal momento che la sicurezza dello chef è collegata anche e soprattutto alla sua competenza, la Federcuochi non trascura la preparazione della categoria e invita gli associati a tenersi aggiornati e

a partecipare a iniziative che possano servire da stimolo e approfondimento per l'attività.

A questo proposito, il 15 dicembre a Palermo ho firmato, per la Fic, il Protocollo d'Intesa del progetto "Distretti in Cucina" (leggete a pag. 24), condiviso con tre regioni (Veneto, Puglia e Sicilia), sostenuto dal Ministero dello Sviluppo Economico e finanziato da quello dell'Economia e Finanze.

Nel piano strategico, che offre valore a prodotti e produttori delle aree interessate e ne incrementa lo sviluppo e la visibilità, la Federazione assume un ruolo *super partes* e primario per far conoscere e apprezzare gli ingredienti del Paniere Italiano forniti dai tre territori vocati.

I 12 Distretti coinvolti forniscono ottime materie prime per la ristorazione, dall'ortofrutta al pesce, dall'olio al vino, per cui sarà compito di noi chef, in veste di "testimonial delle produzioni territoriali", trasformare al meglio le eccellenze a marchio "Distretti in Cucina" e promuoverle presso il consumatore e la Gdo (Grande distribuzione organizzata).

Con questi intenti, auguro a tutti un buon 2012, in salute, sicurezza e fattività!



In copertina:
il socio F.I.C. Cosimo Naglieri al lavoro.

IL CUOCO n. 303
Rivista ufficiale della
Federazione Italiana Cuochi
Anno di fondazione 1960

Direzione - Redazione - Pubblicità
Sede nazionale Fic
Piazzale delle Crociate, 15 - 00162 Roma
Tel. 06.4402178 - 06.44202209
Fax 06.44246203
e-mail: fic@fic.it

Tribunale di Varese aut. n.148 dell'8-12-1960
Iscritto al ROC. N. 18609

Direttore Responsabile
EUGENIO MEDAGLIANI

Comitato di Redazione
SALVATORE BRUNO
GIOVANNI GUADAGNO
PIETRO ROBERTO MONTONE
STEFANO PEPE

Coordinamento redazionale
CHIARA MOJANA

Collaboratori:
Stefano Bonetto, Fabio Buccolini,
Alessandro Circiello, Luigi Cremona,
Michele D'Agostino, Carmelo Fabbriatore,
Sara Farnetti, Luigi Ferraro,
Giacomo Garbisa, Mariano Giaconia,
Sergio G. Grasso, Eugenio Medagliani,
Ottavio Miraglia, Cristina Mosca,
Lorenzo Pace, Sara Papa, Simone Ricci,
Federica Zappone, Antonio Zizzerini

Grafica e stampa
PIGIERRE S.r.l. - Milano

Traduzioni HISPANIA

Spedizione in abbonamento postale 45%
comma 20/B Art. 2 Legge 662/96 Milano

Banca Popolare Commercio & Industria
Viale delle Province, 34/46 - 00162 - Roma
C/C 000000000339 - Filiale 2095
IBAN IT45T0504803207000000000339
SWIFT BLOPIT22

Abbonamento annuo
Italia € 35 - Europa € 45 - Extra Europa € 60

PER PUBBLICITÀ, MARKETING E PROMOZIONE
CON LA FEDERAZIONE ITALIANA CUOCHI
RIVOLGERSI A: FIC PROMOTION SRL (Uninominale)
PIAZZALE DELLE CROCIATE 15, 00162 ROMA
TEL. 06.4402178/06.44202209



Associata all'USPI
Unione Stampa Periodica Italiana

In questo

Editoriale

3 CUCINARE: UN MESTIERE BELLO QUANTO RISCHIOSO

Eventi e concorsi

- 6 FIERE, COMPETIZIONI E INCONTRI PER I SOCI F.I.C.
- 8 CONGRESSO MONDIALE WACS IN COREA DEL SUD
- 10 CUOCO DELL'ANNO 2012, ERBA (CO)
- 12 INTERNAZIONALI D'ITALIA 2012, CARRARA (MS)
- 14 COMPETIZIONE NAZIONALE PER ALLIEVI, PAESTUM (SA)
- 16 CONCORSO REGIONALE PER ALLIEVI, TROPEA (VV)
- 18 IGEHO DI BASILEA 2011: GRANDI ONORI AL TEAM VENETO CHEF
- 20 PREMIO "G. PAOLO CANGI": I PRESEPI ARTISTICI DEGLI CHEF

Notizie

24 DISTRETTI IN CUCINA: LA F.I.C. PROMUOVE IL "PANIERE ITALIANO"

Saperi & Sapori

28 PADELLA, SAUTEUSE E TEGAME

Buono a sapersi

30 RISTORAZIONE HALAL, PER I MUSULMANI

Cucina sostenibile

32 LA SPESA A ZERO CHILOMETRI

Il prodotto

34 PASTA DI GRANO DURO, UNA RICETTA MILLENARIA

Salute nel piatto

36 PASTASCIUTTA: I CONSIGLI DELLA NUTRIZIONISTA

Cucina & Critica

38 SPAGHETTI E PENNE NELLA CARTA DEL RISTORANTE

Professione cuoco

42 LUIGI FERRARO: LA CUCINA CALABRESE PROPOSTA A MOSCA

Arte del pane

48 BAGUETTE AL CACAO E UVETTA: PERFETTA CON LA CARNE

Ricette in tv

50 IL RAGÙ DI EDUARDO DE FILIPPO

Nazionale Italiana Cuochi

54 VERSO LA FINALE DEL GLOBAL CHEF IN COREA

Ateneo della Cucina Italiana

58 PASTA SECCA: LA QUALITÀ E LA TRADIZIONE

Strumenti e tecniche

64 GLI ABBATTITORI DI TEMPERATURA

In libreria

68 English text

Giochi di cucina

82

numero

GENNAIO/FEBBRAIO 2012



FEDERAZIONE ITALIANA CUOCHI
ENTE CON RICONOSCIMENTO GIURIDICO
N.171 DEL 31.10.2001



UNICO RAPPRESENTANTE
PER L'ITALIA NELLA WACS
SOCIETÀ MONDIALE DEI CUOCHI

La F.I.C. comprende

20 UNIONI REGIONALI
124 ASSOCIAZIONI PROVINCIALI
30 DELEGAZIONI ESTERE
20.000 E OLTRE ISCRITTI

LA RIVISTA IL CUOCO VIENE SPEDITA A 22.000 ABBONATI

ORGANIGRAMMA 2011/2014

Presidente CALDANA PAOLO
Presidente Onorario SCALISE GAETANO

Vice presidente vicario CASALE GIUSEPPE
Vice presidente area Nord STELLINI VITTORIO
Vice presidente area Centro BARBIERI IVANNA
Vice presidente area Sud GIANCASPRO GIACOMO

Segretario generale BRUNO SALVATORE
Tesoriere FABBRICATORE CARMELO

GIUNTA ESECUTIVA

Caldana Paolo – Casale Giuseppe – Giancaspro Giacomo – Barbieri Ivanna
Stellini Vittorio – Montone Pietro Roberto – Privitera Domenico
Pozzulo Rocco – Saba Elia – Drago Gianluca – Bresciani Carlo.
Con funzione consultiva: Fabbricatore Carmelo – Bruno Salvatore

Incarico speciale
Project manager: Valletta Marco

COMPARTIMENTI FIC

Ordine dei Maestri di Cucina ed Executive Chef: Nardelli Giorgio
Ateneo della Cucina Italiana: D'Agostino Michele
N.I.C. e Junior Team: Tacchella Fabio
Lady Chef: Bugari Gabriella
Coordinamento Giovani: Circiello Alessandro, Drago Gianluca

DIPARTIMENTI FIC

Dipartimento Istituzionale: Casale Giuseppe
Dipartimento Tecnico-Professionale: Giancaspro Giacomo
Dipartimento Comunicazione e P.R.: Montone Pietro
Dipartimento Manifestazioni ed Eventi: Pozzulo Rocco
Dipartimento "Mondo del Lavoro": Stellini Vittorio
Dipartimento "Relazione con le Ass.ni di Categoria": Bresciani Carlo
Dipartimento Estero: Bassi Fernando

CONSIGLIO NAZIONALE

Faccio Fabrizio – Stellini Vittorio – Bedale Angelo – Bresciani Carlo
Castelli Ferruccio – Cranchi Carlo – Bassi Fernando – Manzatto Graziano
Baldan Claudio – Stoffella Bruno – Pontoni Germano – Guidotti Maurizio
Barbieri Ivanna – Rapaioli Mariano – Drago Gianluca – Morelli Antonio – Bigi Alviero
Pazzaglia Alessandro – Di Felice Andrea – Sallustio Vittorio – Circiello Alessandro
Zappulla Carlo – Graziosi Marco – Montone Pietro Roberto – Borrelli Pasquale
D'Urso Ludovico – Pagano Antonio – D'Agostino Michele – Giancaspro Giacomo
Turturo Salvatore – Pozzulo Rocco Cristiano – Casale Giuseppe – Zizzerini Antonio
Macri Antonio – Pasqualino Cosimo – Corapi Francesco – Fabbricatore Carmelo
Montemaggiore Giovanni Lorenzo – Gambuzza Salvatore – Privitera Domenico
Saba Elia – Veclani Cleto – Passaseo Antonio – Russo Nino – Stippe Andrelo Bruno.
Con funzione consultiva: Bruno Salvatore

MEMBRI ONORARI (Senatori a vita)

Cicolini Bruno – Prevedel Bertilla – Rossi Egidio – Antifora Pasquale
Cascino Salvatore – Di Cristo Benito – Caprio Nono – Morvillo Antonino

COLLEGIO SINDACI REVISORI

Effettivi: Seidita Rosario – Pillon Mirka – Bartoli Alvaro
Supplenti: Bacherini Leo – Gaeta Guido

COLLEGIO ARBITRALE

Effettivi: Lopopolo Francesco – Patimo Francesco – Maniscalco Angelo
Marziali Donatella – De Prisco Pasquale.
Supplenti: Bonelli Gerardo – Berti Alessandro

FIC PROMOTION srl (Uninominale)

Presidente: Stefano Marinucci
Amministratori: Paolo Caldana – Marianantonietta Miracolo – Fabio Tacchella



70 La Fic in Italia e nel mondo

NOTIZIE DALLE ASSOCIAZIONI,
UNIONI E DELEGAZIONI F.I.C.

Abruzzo
Caltanissetta
Gallura
Montecatini
Pescara
Roma
Romagna
Savona
Sicilia
Trapani
Vulture



PARTECIPA ANCHE TU AI CONCORSI E ALLE INIZIATIVE DELLA FEDERAZIONE ITALIANA CUOCHI

Il 2012 si apre con tanti nuovi appuntamenti d'interesse professionale. La Fic sarà presenta alle principali fiere del fuoricasa, organizzando eventi e competizioni di grande rilievo. Da TECNOBAR&FOOD di Padova a RISTOREXPO di Erba (CO), da SAPORE di Rimini a TIRRENO CT di Carrara: non mancate!

Si segnalano i prossimi appuntamenti fieristici ai quali la Federazione Italiana cuochi parteciperà con interessanti iniziative.



PADOVA - TECNO&FOOD 2012

Salone biennale professionale per Bar, Alberghi e Ristoranti, Padova Fiera, 5-8 febbraio 2012. Terzo Campionato italiano di Finger food "Chef in punta di dita". La Fic insieme a Padova Fiera, Zafferano e Sirman si farà parte attiva nell'organizzazione del concorso e sarà presente inoltre con un proprio stand dimostrativo.



ERBA (CO) - RISTOREXPO 2012

Salone dedicato ai professionisti della ristorazione, LarioFiere, Erba (CO), 19-22 febbraio 2012. Come consuetudine, la Fic e l'Unione Cuochi Lombardia organizzano il concorso di cucina calda nazionale "Cuoco dell'anno 2012". Il tema di questa ottava edizione è il "Piatto unico a base di carne". Possono partecipare i cuochi professionisti maggiorenni.

IL CALENDARIO DEGLI EVENTI, FIERE, COMPETIZIONI

febbraio 2012

| 1 | 2 | 3 | 4 | **5 | 6 | 7 | 8** | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |

Tecno&Food, Padova
www.chefinpuntadidita.it

marzo 2012

| 1 | 2 | 3 | **4 | 5 | 6 | 7 | 8** | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |

Tirreno CT, Carrara
www.tirrenoct.it

RIMINI - SAPORE 2012

Gusti, riti e tendenze 24 ore fuori casa, Rimini Fiera, **25-28 febbraio 2012**. Si rinnova la tradizionale partecipazione della Federcuochi al salone con uno stand dimostrativo e la presenza dei Compartimenti: Ateneo della Cucina Italiana, Lady Chef, Maestri di Cucina e Nazionale Italiana Cuochi con l'organizzazione di numerose iniziative.

CONVENZIONE SPECIALE

OTTAVA EDIZIONE **2012**
dal 5 al 7 febbraio
IDENTITÀ MILANO
GOLOSE The International Chef Congress

IDENTITÀ GOLOSE: SCONTO PER I SOCI F.I.C.

La Fic ha stipulato una convenzione con Identità Golose (www.identitagolose.it), il congresso internazionale di cucina d'autore che si svolgerà a Milano dal **5 al 7 febbraio 2012**. Ai soci F.I.C. è applicata una riduzione sul biglietto d'ingresso (tutti i pacchetti, dalla mezza giornata a più giorni) nella misura del 50 per cento per i Junior fino al 21° anno di età e nella misura del 30 per cento per tutti gli altri. Per usufruire dello sconto, occorre essere in regola con la quota associativa 2012 e presentarsi alla cassa del Congresso con la propria tessera associativa e un documento d'identità.



CARRARA - TIRRENO CT 2012

Fiera di Carrara, **4-8 marzo 2012**. Per il dodicesimo anno, la fiera ospiterà gli "Internazionali d'Italia", campionati di cucina riconosciuti Wacs e promossi dalla Federazione Italiana Cuochi. Uno straordinario momento di confronto per tutta l'alta cucina del Belpaese. Una kermesse che in quattro giorni vedrà riuniti i migliori chef, le squadre e i concorrenti singoli, ma anche i giovani emergenti (alla ribalta con la 3° edizione del "Grand Junior Cooking Contest"), pronti a stupire con elaborati nelle categorie del Caldo, Freddo e Artistico, di cucina e pasticceria.

In prossimità degli eventi saranno pubblicate informazioni dettagliate sul sito: www.fic.it

Ristorexpo, Erba (Co)
www.ristorexpo.net

| 15 | 16 | 17 | **18** | **19** | **20** | **21** | **22** | 23 | 24 | **25** | **26** | **27** | **28** | 29 |

Sapore, Rimini
www.saporerimini.it

| 15 | 16 | **17** | **18** | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | **24** | **25** | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |



IN COREA PER IL 35° CONGRESSO MONDIALE WACS

Fervono i preparativi per quello si preannuncia come l'evento dell'anno per le associazioni dei cuochi a livello internazionale.

“Questo prestigioso evento biennale rivolto ai cuochi e ai professionisti della ristorazione di tutto il mondo avrà come tema portante “How to feed the Planet in the Future”, che riflette il ruolo crescente e le responsabilità delle associazioni dei cuochi nella comunità mondiale”, spiega Yum Hong-Chul, presidente del comitato organizzativo del Congresso.

“Per cinque giorni, molti famosi relatori e professionisti della cucina metteranno in evidenza i modi in cui i cuochi possono contribuire a rendere il mondo più vivibile”, conclude Yum.

In programma ci sono anche molte competizioni di cucina, dimostrazioni e corsi, oltre ad eventi culturali e musicali che faranno del Congresso un grande festival sia per i professionisti della cucina sia per il grande pubblico.

I cuochi di 93 Paesi si danno appuntamento dall'1 al 5 maggio a Daejeon in Corea del sud. Qui si confronteranno sul tema: “Come nutrire il Pianeta nel futuro”

“Il Congresso si svolgerà nella vivace città coreana di Daejeon e tutti i cuochi della Federazione Italiana Cuochi sono invitati a partecipare”, commenta il presidente Wacs Gissur Gudmundsson (nella foto). Infatti, il Congresso è aperto ai membri della Wacs, ai cuochi professionisti e allievi, alle aziende della ristorazione e alle istituzioni attive nella formazione culinaria. La lingua ufficiale del Congresso sarà l'inglese. Le iscrizioni al Congresso sono aperte da settembre. Il programma dettagliato, le quote e le modalità di partecipazione

sono pubblicate sul sito: www.wacs2012.org

World Association of Chef's Society (WACS)

Fondata nel 1028 alla Sorbona di Parigi, la Wacs è un network mondiale che collega le associazioni di cuochi di 93 Paesi e che rappresenta oltre 10 milioni di cuochi professionisti in tutto il mondo. Il Congresso mondiale è un tratto distintivo della Wacs, che nei suoi 84 anni di storia ha organizzato in oltre 20 città nel mondo. La 35° edizione porterà i leader delle associazioni cuochi nazionali, delle industrie culinarie e cuochi professionisti a definire insieme le loro responsabilità e ruolo crescenti all'interno della comunità mondiale e del pianeta.

Per informazioni: www.worldchefs.org



Tesseramento 2012



Entra a far parte della grande famiglia dei cuochi italiani

Iscrivendoti riceverai:

- L'abbonamento annuale alla rivista "IL CUOCO" (sei numeri)
- La tessera formato Card della FIC (rinnovabile) con codice personale e password (se invece sei già socio riceverai il bollino 2012 per il rinnovo da applicare alla tessera)
- La possibilità di scaricare attraverso login il DVD didattico e di avere accesso alle aree riservate del Nuovo Sito FIC
- Adesivo FIC.



In più avrai i seguenti vantaggi:

- La possibilità di partecipare a tutte le iniziative della propria Associazione Provinciale e Regionale nonché a tutte le Manifestazioni Nazionali della FIC.
- L'aggiornamento e la possibilità di partecipare a tutti i concorsi o competizioni organizzati dalla F.I.C. (es. Internazionali d'Italia, Premio Taittinger, Finger Food "Chef in Punta di Dita", Artistica, Premio Erba "Cuoco dell'Anno" ecc.) e dalla WACS.
- Priorità di iscrizione a tutti i corsi di formazione FIC organizzati sul territorio dalle rispettive Associazioni o dai Compartimenti Nazionali, nonché la possibilità di scaricare i corsi che saranno pubblicati nelle aree riservate del sito web FIC.
- Ingressi agevolati e/o gratuiti in alcune delle maggiori fiere di settore nelle quali l'Associazione è presente (es. "Sia Guest", "Sigep", "Sapore" di Rimini, "Host" di Milano, "Pa.Bo.Gel" di Roma, "Tirreno CT" di Massa ecc.)
- Sconto su libri o prodotti multimediali presentati nella Rivista "IL CUOCO".
- La possibilità di accedere attraverso la tessera associativa a particolari agevolazioni o convenzioni sull'acquisto di prodotti di aziende partner, promosse nel sito FIC.
- La possibilità di acquistare i Gadget FIC a prezzi agevolati.

ISCRIVERSI È FACILE

rivolgiti alla tua Associazione Provinciale e Territoriale in Italia

All'estero: iscriviti presso le delegazioni Fic nel mondo o rivolgiti alla sede Nazionale. L'elenco di ogni Associazione o Delegazione è sul sito www.fic.it

Per ogni altra informazione:

FEDERAZIONE ITALIANA CUOCHI - Piazza delle crociate, 15/16 - 00162 ROMA
Tel. +39.06.4402178/ 06.44202209 - Fax 06.44246203 - E-mail: fic@fic.it e info@fic.it



IL CUOCO DELL'ANNO 2012

IN GARA SUL TEMA DEL "PIATTO UNICO A BASE DI CARNE"

Sono aperte le iscrizioni all'8° concorso nazionale di cucina calda individuale, che si terrà dal 19 al 22 febbraio a Erba (CO), nell'ambito del salone professionale Ristorexpo



La manifestazione è aperta ai cuochi professionisti maggiorenni operanti in Italia e all'estero iscritti alle rispettive associazioni di categoria. La manifestazione prevede una categoria unica. Il concorso di cucina CALDA è rivolto a concorrenti singoli. **Tema del Concorso è: Piatto unico a base di carne.** Si richiede di elaborare un piatto unico a base di carne, completo ed equilibrato con tutti i nutrienti, per complessive kcal 600/800 a porzione compreso di salse e guarnizioni varie e food cost inferiore a 5 euro a porzione. È vietato l'utilizzo di carne di pesce.

Importantissima la redazione della scheda tecnica per 4 persone compilando l'apposito modulo disponibile sul sito www.cuochilombardiafic.it, completa di grammature precise degli ingredienti, calcolo dei nutrienti e del food cost, lista completa e dettagliata delle attrezzature da utilizzare (ad es. casseruola di alluminio ø 25 cm, trinciante medio, chinois, n°2 bastardelle ecc.). Verrà preso particolarmente in considerazione

il rapporto qualità/prezzo del piatto. Il mancato rispetto di questi criteri impedirà l'accesso alla competizione.

I PREMI

1° classificato: Padella d'oro offerta da Saps - Agnelli

1° classificato di ogni giornata: 700 euro offerti da Ristorexpo

RISTOREXPO 2012

Dal 19 al 22 febbraio 2012 prenderà forma a Lariofiere - Erba (Co) una nuova edizione di Ristorexpo, salone dedicato ai professionisti della ristorazione. Un evento "BtoB" dove protagonisti sono gli operatori: oltre 200 aziende che presentano le novità e le tendenze per il fuori casa e 20.000 professionisti del settore Ho.Re.Ca in visita ogni anno. Una delle più qualificate "occasioni di formazione" per professionisti ma anche per i più giovani, con un programma eventi che prevede tra l'altro stage di cucina, workshop e seminari di approfondimento.

L'ISCRIZIONE

La quota di partecipazione è di € 50,00 e deve essere versata, con bonifico bancario, entro il 31 gennaio 2012 alle seguenti coordinate: iban IT40B061755094000000048880, Banca CARIGE, filiale di Bellagio (CO). CAUSALE "Nome e Cognome del concorrente e dicitura iscrizione al concorso Cuoco dell'anno 2012". La quota di partecipazione comprende: area di parcheggio all'interno della fiera per un mezzo; ingresso in fiera; diploma di partecipazione. Chi necessita di pernottamento può contattare l'organizzazione per l'hotel a prezzo convenzionato. I concorrenti devono procurare in modo autonomo tutte le materie prime necessarie per la realizzazione del piatto in concorso, non è previsto alcun rimborso spese. Nel caso di cancellazione della manifestazione, o di mancata accettazione della domanda d'iscrizione, la quota di partecipazione versata, sarà restituita per intero ai concorrenti. **Due sono i possibili metodi per far pervenire la domanda d'iscrizione:** 1) redatta sullo stampato ufficiale e inserita in una busta con la scritta: "Cuoco dell'anno 2012". Deve pervenire entro e non oltre il 31.01.2012 al seguente recapito: Cinzia Fumagalli, pres. vicario UCRL0, c/o Via Gradisca n°3, 23900 Lecco (Lc), tel. 335.6657942; 2) tramite modulo pdf online compilato in ogni sua parte, salvando il file modificato con il vostro nome e cognome e inviato via mail, assieme alla scheda tecnica (ricetta) al seguente indirizzo unione.cuochi.regione.lombardia@gmail.com

Per informazioni sul concorso: Unione Cuochi Regione Lombardia, e-mail: unione.cuochi.regione.lombardia@gmail.com, sito web: www.cuochilombardiafic.it

“Uno dei tre grandi obiettivi dell’alchimia era la conversione di una sostanza in un’altra, dei metalli di base in oro. Fin dal suo apparire verso la fine del Neolitico, l’alchimia formò la base della metallurgia tanto da apparire, in una cultura senza alcuna conoscenza formale di fisica o chimica, come un’opera magica.

Non è stato con arti magiche ma con l’attento, intelligente ed innovativo progetto di un’industria italiana che si sia riusciti a trasmutare l’antiaderente nero in antiaderente chiaro che, per i cuochi, sarà considerato come il tentativo di arrivare allo stato di perfezione degli utensili per cuocere.”

≡ ingegneri Medagliani

N.B. alchimia sembrerebbe discendere dal termine greco khymeia che significa fondere, colare insieme, saldare, aggiungere.



- Corpo in alluminio ad alto spessore per una ottimale conduzione del calore
- Irruvidimento della superficie di alluminio per aumentare l’ancoraggio del rivestimento antiaderente
- Strato di ancoraggio rinforzato con particelle ceramiche
- Strato intermedio del rivestimento a rinforzo ceramico per aumentare la resistenza al graffio
- Strato finale antiaderente, spessore 45/50 micron

INTERNAZIONALI D'ITALIA

SONO APERTE LE ISCRIZIONI PER L'EDIZIONE 2012

Alla Fiera di Carrara, dal 4 all'8 marzo tornano i Campionati di cucina riconosciuti dalla Wacs e promossi dalla Fic. Con alcune importanti novità



La prossima edizione della Fiera Tirreno CT, ospiterà come consueto i migliori chef, le quadre e i concorrenti singoli, ma anche i giovani emergenti, pronti a gareggiare in tante e diverse categorie: Caldo, Freddo, Artistico, Cucina e Pasticceria. Una delle novità della prossima edizione 2012 è che agli Internazionali d'Italia 2012 -unico concorso internazionale riconosciuto dalla Wacs- la direzione Tirreno Trade ha deciso di adottare le regole integrate nella prossima Olimpiade Culinaria di Erfurt (dal 5 al 10 ottobre 2012). Pertanto per i partecipanti sarà come una prova generale.

Grande novità sarà poi il concorso **"Sapienze e Sapori Regionali - Regional Team-Live Cooking**. Ogni regione potrà delegare una o più squadre regionali rappresentative formate da concorrenti iscritti alla Fic. La squadra dovrà essere composta da 4 persone più una quinta per il servizio di organizzazione plonge e di pulizia generale. Saranno am-

messi a partecipare un massimo di 12 team in rappresentanza delle diverse aree geografiche, divisi nei 4 giorni di concorso. Ogni team regionale ammesso al concorso dovrà rappresentare la propria tipicità regionale mediante l'esecuzione dei temi previsti in concorso. Il team vincitore assumerà il titolo di **"Campione nazionale Cucina regionale 2012"**. Il programma: è richiesta la preparazione di un menu regionale completo per 30 persone così composto: una zuppa della tradizione regionale di provenienza; un secondo piatto sul tema della "spalla di vitella"; un dessert al cucchiaio abbinato ad un frutto o più. Il menu da presentare in vetrina può essere già portato fatto ma deve essere gelatinato come nelle competizioni internazionali.

Tutte le informazioni pratiche e il regolamento completo sono sul sito: www.fic.it e www.tirrenoct.it

L'ORDINE DEI MAESTRI DI CUCINA ED EXECUTIVE CHEF DELLA F.I.C.

IN COLLABORAZIONE CON TIRRENO TRADE PRESENTA L'EVENTO "GRAND JUNIOR COOKING CONTEST"

Possono aderire tutti gli iscritti alla FIC che non abbiano superato i 25 anni di età al 30 giugno 2012. Il GRAND JUNIOR COOKING CONTEST è nato 4 anni fa in Austria, dove è l'evento dell'anno per i giovani cuochi. Noi abbiamo voluto riproporlo in Italia con qualche modifica all'interno degli INTERNAZIONALI D'ITALIA. Si sfideranno 18 squadre composte da 2 persone: un Cuoco e un Commis. Ogni gruppo avrà a disposizione due cucine completamente attrezzate, con frigo del giorno ed una dispensa a vista con prodotti in genere da poter utilizzare. Si sfideranno tre squadre per volta, le prestazioni saranno attentamente seguite dall'autorevole giuria guidata da Maestri di Cucina Italiani e di fama internazionale. Le 9 migliori squadre si sfideranno nuovamente nei quarti di finale, nelle semifinali e nella finale.

Nella prima giornata tutte le 9 coppie avranno a disposizione una tipologia di pesce da realizzare per 4 persone con 2 guarnizioni ed una salsa. Nella seconda giornata avranno a disposizione un taglio di carne specifico da realizzare per 4 persone con 2 guarnizioni ed una salsa. Nella terza giornata le nove coppie dovranno realizzare un menu a tre portate vegetariano ovo lacto per 4 persone compreso di dessert. Nella quarta giornata le 6 coppie rimaste dovranno realizzare 4 diversi dessert con tre tipologie. Nella finale le 3 coppie scelte dovranno realizzare 1 piatto della cucina mediterranea calda per 4 persone con prodotti di altissimo livello.

Per informazioni e iscrizioni: www.fic.it e www.tirrenoct.it

32ESIMA EDIZIONE

I



TIRRENO

Complesso fieristico di Carrara
dal 4 all' 8 marzo 2012

CT

OSPITALITA'
ITALIA

Attrezzature e forniture per

Alberghi
Ristoranti
Bar
Gelaterie
Pasticcerie
Panifici
Pizzerie
Pub
Comunità
Strutture ricettive

Tirreno Trade  s.r.l.

Organizzazione fiere

www.tirrenoct.it
info@tirrenotrade.it

ALLIEVI IN GARA A PAESTUM

PROFUMI E SAPORI DEL CILENTO

Aperte le iscrizioni al terzo concorso nazionale
per allievi organizzato dall'Ipsseo di Capaccio/Paestum
e dall'Associazione Cuochi Salernitani

Il concorso si svolgerà il 12-13-14 marzo 2012 a Paestum ed è riservato agli allievi delle classi IV o V Ristorazione con qualifica triennale di Cucina e Sala Bar degli Istituti Alberghieri di tutta Italia. Tale concorso tende a promuovere i prodotti tipici del Cilento in connubio con prodotti tipici della zona di ubicazione della scuola partecipante, secondo i canoni della Dieta Mediterranea, con l'abbinamento di un vino Cilentano. La manifestazione è organizzata dall'Ipsseo di Capaccio/Paestum e dall'Associazione Cuochi Salernitani, con l'indispensabile collaborazione dell'Hotel Mec-Paestum e dell'Hotel Cere. Alla manifestazione è particolarmente gradita la presenza del dirigente scolastico o di un suo delegato, nonché dei docenti Itp di Cucina e di Sala quali accompagnatori dei concorrenti. Il soggiorno a Paestum per l'intero programma è a totale carico dell'organizzazione.

LA GEOGRAFIA GASTRONOMICA DEL CILENTO

di Gerardo Novi

Il Cilento è una vasta area a sud della provincia di Salerno, dalla piana di Paestum sul fiume Sele fino a Sapri nel golfo di Policastro, addentrandosi nel Vallo del Diano ai confini con la Lucania. Paestum, grande area archeologica della Magna Graecia, è uno dei pochi territori del Cilento con un'agricoltura fiorente e con prodotti tipici: carciofi (Tondo di Paestum Igp), fragole, pomodori, meloni ecc. Insieme al Casertano, il Cilento rappresenta l'unica zona d'Italia ad avere allevamenti di bufala e importanti industrie casearie per la produzione della Mozzarella di Bufala Campana Dop. La semplicità e la fantasia nella preparazione delle pietanze cilentane, fanno sì che la gastronomia del territorio sia oggi molto apprezzata. I piatti "poveri" del Cilento riflettono l'arte di arrangiarsi in cucina, tipico delle donne del luogo che un tempo dovevano fare i conti con un'economia povera. Oggi queste pietanze sono state valorizzate e sono molto apprezzate nell'ambito della riscoperta delle tradizioni e degli antichi e genuini sapori.

IL REGOLAMENTO

1. Possono partecipare un allievo con qualifica di cucina e uno con qualifica di Sala-Bar, frequentanti il IV o V anno di ristorazione degli Istituti alberghieri di tutta Italia.

2. Il tema del concorso è da riferirsi ai **Prodotti Tipici del Cilento, in connubio con quelli della zona di provenienza della scuola**, secondo i canoni della Dieta Mediterranea, con abbinamento e servizio di un vino del Cilento.

3. Il concorso, diviso in due momenti, consiste nel presentare **una ricetta di cucina calda per 6 (sei) porzioni** nei cui ingredienti figurino obbligatoriamente due o più prodotti oggetto del concorso. La presentazione della ricetta dovrà avvenire **entro e non oltre le ore 12.00 del 6 febbraio 2012**, ad uno dei seguenti indirizzi e-mail: asscuochisa@yahoo.it, genovi@alice.it, info@alberghierocapaccio.gov.it, loredana.nicoletti@istruzione.it

4. La ricetta presentata, deve contenere:

- Titolo, descrizione dettagliata degli ingredienti utilizzati e dell'esecuzione, con indicazione dell'apporto calorico.
- Notizie storico-geografiche.
- Vino abbinato con relativa scheda (che verrà presentato e servito dall'alunno di Sala bar).
- Il nome del Dirigente Scolastico, degli alunni partecipanti e dei docenti accompagnatori.
- L'indirizzo di posta elettronica.

I piatti per la presentazione saranno forniti dall'organizzazione.

5. La giuria, composta rigorosamente da esperti, valuterà tutte le ricette pervenute entro i termini prescritti dall'art. 3 del presente regolamento, e selezionerà le 8 (otto) più meritevoli.

6. Sarà compito dell'organizzazione del concorso comunicare entro la data del 13 febbraio 2012, attraverso posta elettronica gli 8 (otto) Istituti prescelti per la partecipazione alla fase finale del concorso, che si svolgerà nei giorni 12-13-14 marzo 2012, presso il Mec Hotel di Paestum Capaccio (SA).

Il regolamento completo è pubblicato sul sito www.fic.it

COOKING CHEF

Impasta, mescola, frulla, affetta, grattugia...
e da oggi **CUOCE!**



Cooking Chef Kenwood: l'evoluzione di un mito.

Cooking Chef è la naturale evoluzione dell'unico ed inimitabile Kenwood Chef. È il sistema completo per la preparazione e la cottura dei cibi: affidabile, preciso, sicuro, eclettico. Dopo aver tritato, impastato, sminuzzato, centrifugato, montato... da oggi Cooking Chef è pronto a cuocere ogni ricetta, trasformandola in pura gioia per gli occhi e per il palato.

Oltre ai tanti utensili in dotazione, tutti in acciaio inox, Cooking Chef può utilizzare tutte le attrezzature della serie Major di Kenwood Chef, acquistabili separatamente.

Risotti, polenta, ragù, minestre, salse, secondi piatti di carne o pesce, creme e dolci, cotture a vapore...

Da dove vuoi cominciare?

www.kenwoodworld.com

Numero verde 800 198 608

Attrezzature in dotazione



Frusta K



Gancio con spatola



Frusta a filo grosso



Gancio a mezzaluna



Gancio per impastare



Frullatore in acciaio inox



Cestello cottura a vapore



Food processor



APPROVATO DA



KENWOOD

CREATE MORE

CALABRIA: GIOVANI IN GARA

APERTE LE ISCRIZIONI AL XIV CONCORSO REGIONALE



Il 22 marzo presso l'Istituto alberghiero di Tropea (VV) si svolgerà la competizione "Calabria, cultura gastronomica mediterranea", sul tema delle carni ovi-caprine

L'Associazione provinciale dei Cuochi Vibonesi della Fic, in collaborazione con Coldiretti e Amira Calabria, organizza giovedì 22 marzo 2012, presso l'Istituto professionale alberghiero di Tropea (VV), il Concorso gastronomico regionale "Calabria, cultura gastronomica Mediterranea".

Il tema di questa quattordicesima edizione è: "Le carni ovi-caprine e l'abbinamento con le eccellenze tipiche della Calabria e del territorio di Tropea e del Monte Poro nei secondi piatti caldi della gastronomia calabrese".

FINALITÀ

L'Unione Regionale Cuochi Calabria, parte integrante della F.I.C., con la presente iniziativa intende promuovere la conoscenza e la valorizzazione della nostra tradizione gastronomica tra tutti gli studenti dei corsi di cucina degli istituti alberghieri statali e dei C.F.P.

Questa 14a edizione concorsuale, si avvale della collaborazione di Coldiretti Calabria, dopo la sottoscrizione di un protocollo d'intesa (datato 15 dicembre 2011), con il quale i soggetti si impegnano a valorizzare il patrimonio agroalimentare ed enogastronomico e diffondere il "Made in Calabria" e le eccellenze tipiche, aderendo a "Campagna Amica".

In particolare si intende:

- Riscoprire e valorizzare la cultura gastronomica del passato con le sue semplici e genuine preparazioni;
- Far conoscere ai giovani d'oggi, aspetti storico-culturali sugli usi e costumi della tradizione contadina, tutelando il territorio e l'economie della filiera agricola che sempre più risultano essere apprezzate dal turista attento alla conoscenza del prodotto tipico e della sua storia;
- Motivare gli allievi ad acquisire maggiore consapevolezza

sull'evoluzione della cucina che diviene arte ancor più nobile, quando alla manualità si aggiunge la passione e la capacità di saper promuovere il prodotto gastronomico anche sotto l'aspetto antropologico.

REGOLAMENTO

1. Il concorso si svolgerà Giovedì 22 marzo 2012, presso l'Istituto Alberghiero di Tropea (VV).
2. La partecipazione al concorso è riservata agli Istituti Alberghieri Statali e ai C.F.P., che riceveranno l'invito.
3. Ogni istituto parteciperà al concorso con n. 2 allievi, che non devono superare il 19° anno di età. Gli stessi, frequentanti il corso di cucina, dovranno appartenere uno alla classe terza e l'altro alla classe quinta, con l'obbligo di presentare il certificato di frequenza, pena l'esclusione dal concorso.
4. Accompagneranno gli allievi un docente tecnico/pratico di cucina unitamente al Dirigente scolastico o un suo delegato, munito di apposita delega scritta.
5. Le spese di viaggio, dei vini e quelle relative alle materie prime occorrenti per la preparazione e degustazione del piatto in concorso, sono a carico delle scuole partecipanti.
6. Oggetto del concorso sarà la preparazione/presentazione di un Secondo piatto di carne\i ovi-caprine, rispettando il tema del concorso, preferendo quello che riesce meglio a rappresentare: tipicità, cultura e tradizione, facendo rivivere profumi e sapori antichi e tenendo conto dei prodotti della filiera corta "Km 0".
7. Parteciperanno (Fuori concorso) la scuola ospitante e i vincitori dell'ultimo concorso Amira.

Per il regolamento completo e le modalità di adesione e di partecipazione, si rimanda al sito: www.fic.it

Heart



Ogni cucina ha un cuore.
E questo cuore è il forno.

Heart di Lainox è stato costruito per permettere allo Chef di esprimere la sua creatività e di usare al meglio la sua professionalità.

Heart di Lainox è il cuore pulsante della cucina del professionista che conosce la differenza tra il cuocere una portata ed il cucinare con passione.

Ed è per cucinare con passione che LAINOX ha creato HEART.

LAINOX®

L'eccellenza in cucina

Raccomandato dalla
Nazionale Italiana Cuochi



Tel. (+39) 0438 9110 e-mail: lainox@lainox.it





IGEHO DI BASILEA: ORO E ARGENTO "VIRTUALI" AL TEAM VENETO CHEF

a cura di **Giacomo Garbisa**

Il Team Veneto Chef è rientrato da Basilea con una medaglia d'oro e una d'argento "virtuali".

Un buon allenamento per la squadra ufficiale della F.I.C. della Regione Veneto, che in terra elvetica ha partecipato a Igeho - Salone mondiale di culinaria, svoltosi dal 19 al 23 novembre. Evento fra i più vecchi nel panorama europeo, in programma ogni sei anni in concomitanza all'Igeho, il concorso quest'anno non ha però messo in palio medaglie ufficiali, ma è servito comunque da allenamento ai team di tutto il mondo, che si apprestano a partecipare alle competizioni mondiali della Wacs (Società Mondiale dei Cuochi).

Preparate le basi del concorso all'Hotel Ancora di Cortina, casa del team chef Michele Nobile, il Team Veneto ha raggiunto Basilea il 21 novembre ed ha lavorato tutta la notte per preparare i piatti esposti alla Fiera. I giudici internazionali hanno assegnato alla squadra un punteggio equivalente alla medaglia d'argento, accompagnata da una valutazione molto dettagliata.

A Basilea, nel concorso che quest'anno non assegnava medaglie, attribuiti punteggi da podio alla squadra degli chef veneti. Silvestri: "Buon segnale per le Olimpiadi del 2012"

L'opera proposta nella categoria "Artistica singola" a cura dello chef artistico Renato Cattapan, raffigurante San Giorgio e il drago, realizzata interamente in margarina, ha ricevuto invece dai giudici un punteggio equivalente alla medaglia d'oro. I giudici hanno inoltre apprezzato la presenza del Team Veneto Chef come squadra estera regionale.

Alla gara culinaria, oltre al team manager Alessandro Silvestri e al team chef Michele Nobile, hanno partecipato gli chef Marco Salin (Treviso), Gino Margani (Belluno), Moreno Ruggeri (Venezia), Luca Bertolini (Belluno), Massimiliano De Candido (Belluno), Carlo Inama (Venezia), Damiano Molin (Venezia), Francesco Benetton (Treviso), Roberto Leonardi (Venezia) e Cristian Mometti (Treviso).

La partecipazione alla Fiera di Basilea è stata possibile grazie al sostegno degli sponsor che aiutano il Team Veneto Chef a promuovere le specialità e le eccellenze dell'enogastronomia veneta in tutto il mondo.





La grande cucina sceglie l'alluminio.



Tutte le informazioni che riguardano l'uso corretto e la normativa sanitaria relativi agli utensili di alluminio sono raccolte nella pubblicazione L'ALLUMINIO IN CUCINA. Per riceverne una copia gratuita telefona allo 02 893 036 79

L'alluminio è sinonimo di elevata conduttività termica, maneggevolezza, risparmio energetico, versatilità d'impiego, durata nel tempo e salvaguardia dei sapori. ALLUMINIO IN CUCINA - CENTROAL, il consorzio che riunisce i principali produttori di pentolame professionale in alluminio,

GARANTISCE SOLO PENTOLE REALIZZATE IN ALLUMINIO PURO AL 99,5% E RISPONDENTI ALLE VIGENTI NORMATIVE (INCLUSA HACCP). Alluminio in Cucina - Centroal, inoltre, fornisce ai cuochi ogni tipo di informazione sulla legislazione sanitaria. 02893.036.79, e-mail: assomet@assomet.it.

ALLUMINIO
in Cucina
CENTROAL
Produttori Pentole Professionali
MARCHIO ASSOCIATIVO DI GARANZIA
A TUTELA DEL CONSUMATORE

FANNO PARTE DEL CONSORZIO


PENTOLE AGNELLI
PROFESSIONAL COOKING


FASA
Pentole Professionali

 **italcottinetti**


PARDINI

PRESEPI ARTISTICI IN CONCORSO

a cura di **Stefano Pepe**

Durante le festività natalizie, a Villa Bragadin di Ceggia (VE) si è svolta "Presepi in Villa", la mostra d'arte presepiale organizzata dal Gruppo Amici del Presepio di Ceggia, in collaborazione con l'Amministrazione comunale di Ceggia, la Proloco e con il patrocinio della Provincia di Venezia e dell'Ente Regione Veneto.

Il Santo Natale si è magicamente materializzato nel piccolo comune veneziano per la gioia di tutto il paese, in una rassegna di presepi di rara manifattura, pro-

*si è svolta
la seconda edizione
della mostra-concorso
di cucina artistica
intitolata a
Gian Paolo Langi*

venienti da vari paesi del mondo, intrecciando sotto il simbolo della Natività, passioni e tradizioni custodite spesso fra le mura domestiche.

La rassegna è stata affiancata dall'ormai collaudato **Concorso gastronomico del Veneto "La ricetta della nonna con il nipotino"** (vedi box), iniziativa che ha visto protagonisti i bambini in una sorta di gioco, con lo scopo di riscoprire le

vecchie ricette di un tempo passato e patrimonio della cultura gastronomica veneta.

Tutta la rassegna ha fatto da cornice, se così si può dire,



Nelle foto: il presepe
"Pani e dolci del Natale"
di Luca Franceschi, vincitore
del "Premio G. Paolo Cangì".
A destra, lo chef con il
presidente Fic Paolo Caldana.

al tanto atteso concorso "Il Presepio Artistico realizzato con prodotti alimentari 2012 - Premio Gian Paolo Cangì", giunto alla sua seconda edizione e organizzato dal presidente dell'Unione Cuochi del Veneto, Graziano Manzatto (referente dell'intera manifestazione), e con il patrocinio della Federazione Italiana Cuochi, che ha visto nel presidente Paolo Caldana un ospite d'eccezione alla giornata e di premiazione.

Nei saloni di Villa Bragadin sono state esposte, per tutto il periodo delle feste Natalizie, vere e proprie opere d'arte, rese possibili dalla maestria di pasticceri, cioccolatieri e cuochi, cultori del bello effimero culinario con ogni tecnica e materiale.

"I presepi sono opere artistiche, di tradizione, di cultura ma anche di fede - ha commentato Graziano Manzatto, ideatore e organizzatore dell'iniziativa - e noi continuiamo a mantenere viva questa tradizione che ha radici lontane. L'evento inoltre, con la presenza del concorso artistico intitolato all'ex segretario generale della Fic Gian Paolo Cangì, in memoria della sua grande umanità e professionalità, è stata occasione per dare spazio alla creatività e alla manualità di cuochi e pasticceri, interpretando la Natività in un percorso rivolto alla scoperta dell'arte del Presepe.

Il concorso era diviso in due categorie: artistico di cucina e artistico di pasticceria. Due erano le giurie, una tecnica-professionale e una critica-artistica, che hanno decretato vincitore del "Premio Gian Paolo Cangì" Luca Franceschi di Vigevano (PV) con l'opera "Pani e Dolci del Natale". I giudici, presieduti da Danilo Freguja (maestro pasticciere-cioccolatiere), Fabio Tacchella (Manager della Nic), Marco Valletta (segretario Nic), Ferruccio Ruzzante (responsabile Zafferano Magazine), Giorgia Andreuzza (assessore al Turismo Provincia di Venezia), Roberto Manzatto (pittore e critico d'arte), Antonio Boato (scultore e critico d'arte) hanno stabilito, inoltre, per le varie categorie i primi tre piazzamenti.

La classifica completa è pubblicata sul sito: www.fic.it

LA RICETTA DELLA NONNA... COL NIPOTINO!

Nonne e mamme, agli occhi dei loro piccini, sono le "regine dei fornelli", luogo in cui i piccoli vengono spesso esclusi a qualunque possibilità di divertente collaborazione. I bimbi in cucina, il più delle volte, sono visti come sinonimo di guai, ma per il loro piccolo mondo, "giocare" in cucina è un modo divertente e diverso dal solito di trascorrere in casa qualche momento con le persone a loro più care.

Ed è proprio a loro che il presidente dell'Unione Cuochi del Veneto, Graziano Manzatto, si è rivolto, coinvolgendo nonne e bimbi alla ricerca delle tradizioni e dei sapori più antichi. In concomitanza alla "Rassegna dei Presepi a Ceggia" e al "Concorso dei Presepi Artisti con prodotti alimentari - Premio G.P. Cangì", il vulcanico Manzatto, ideatore di sempre nuovi eventi, ha indetto dopo il successo della prima edizione il "2° Concorso gastronomico del Veneto - La ricetta della nonna con il nipotino".

L'iniziativa ha avuto lo scopo di riscoprire le vecchie ricette di una volta e conservare le tradizioni di Natale nella gastronomia veneta del territorio trasmettendole ai più giovani, naturalmente sempre all'insegna del gioco, dell'allegria e dei valori familiari.

Diciannove ricette sono state presentate e la giuria ha decretato, quale primo premio assoluto per l'originalità della trascrizione, la descrizione del procedimento e degli ingredienti usati, l'elaborato "La pinza della nonna Clara" presentata dalla piccola Elettra Marchesin e da nonna Clara Pavan.

"Spesso le idee più semplici hanno maggior successo di quelle più elaborate per organizzare un evento importante. E la gioia e l'allegria di un gruppo di bambini è una valida ricompensa per gli sforzi fatti per preparare una giornata e un evento da ricordare", commenta "a caldo" a fine premiazione il presidente dei cuochi del Veneto Graziano Manzatto.

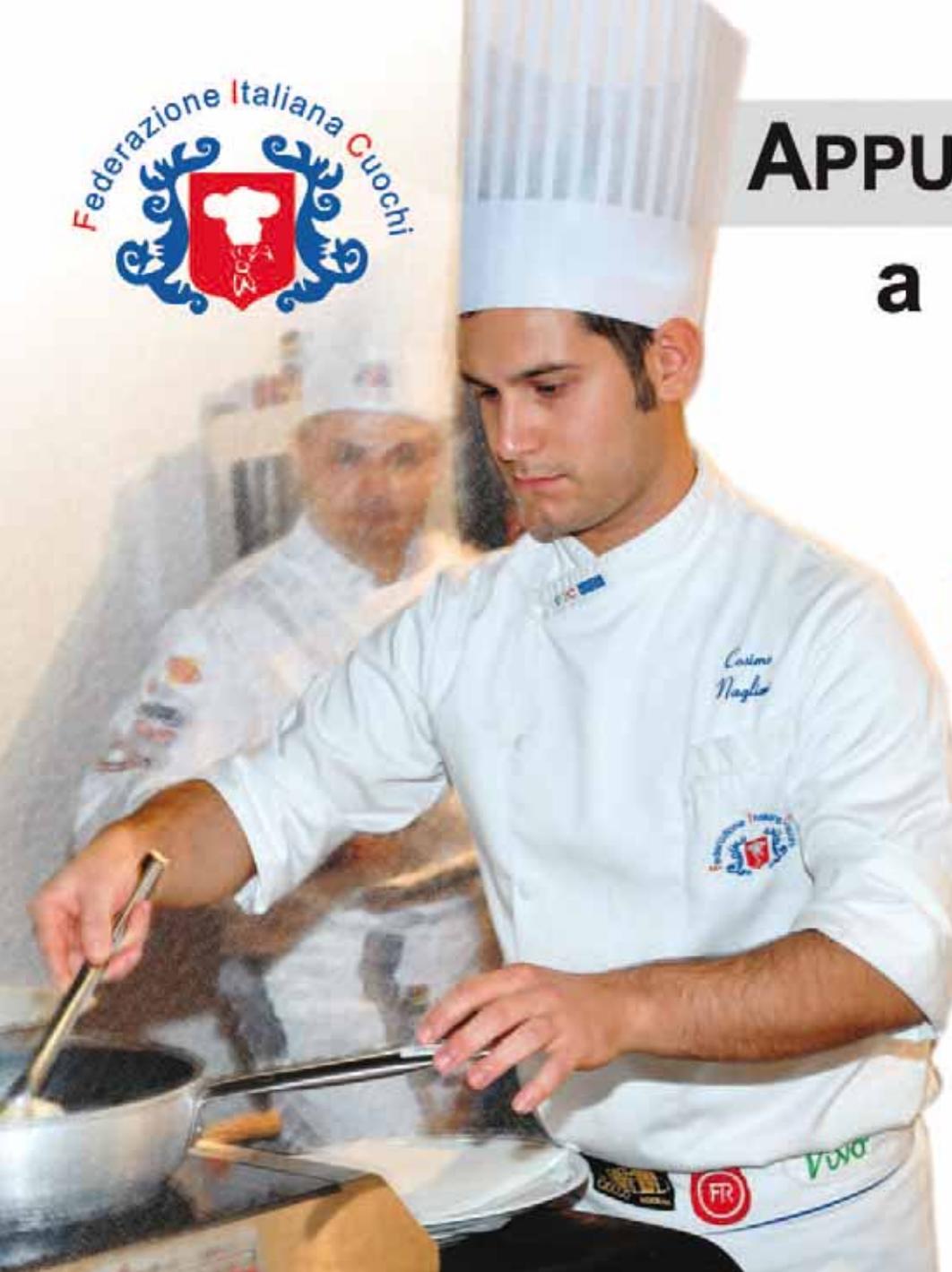




APPUNTAMENTO

a **sapore**
TASTING EXPERIENCE
GUSTI, RITI E TENDENZE
24 ORE FUORI CASA

25/28 FEBBRAIO 2012
RIMINI FIERA



PROGRAMMA

[lezioni dimostrative]

25 Febbraio

[h: 11,00]

Compartimento Giovani
[A. Circiello]

LA SALUTE VIEN MANGIANDO*

[h: 15,00]

Ateneo della cucina Italiana
[M. D'Agostino]

LA CUCINA IN VETRO

26 Febbraio

[h: 11,00]

Lady chef

[G. Bugari]

CONCORSO LADY CHEF

PASTA RUMMO

[M.A. Miracolo]

[h: 15,00]

Dimostrazione Lady chef
[I. Barbieri]

**SUGGERIMENTI, PROPOSTE
E TRUCCHI PER STIMOLARE I
BAMBINI AD UNA SANA
ALIMENTAZIONE**

27 Febbraio

[h: 11,00 - 15,00]

Nazionale Italiana Cuochi
[F. Tacchella]

**TECNOLOGIE IN CUCINA
UN PIATTO DA COMPETIZIONE**

28 Febbraio

[h: 11,00 - 15,00]

Ordine dei Maestri di Cucina
[G. Tucci]

CUCINARE CON L'ACQUA

UN OMAGGIO AI SOCI CHE VISITERANNO LO STAND FIC

VI ASPETTIAMO ALLO STAND DELLA FEDERAZIONE CUOCHI

PAD. C7 | STAND 151-190

Ingresso gratuito

Ai soci che indossano la giacca FIC esibendo la tessera

Ingresso ridotto € 3,00

Con la tessera e coupon allegato nella rivista

INCONTRIAMO LA DIRIGENZA F.I.C.

25 Febbraio

Paolo Caldana [Presidente]

S. Bruno [Segr. Generale]

26 Febbraio

G. Casale [Pres. Vicario]

S. Bruno [Segr. Generale]

I. Barbieri [Vice Pres. Area Centro]

27 Febbraio

S. Bruno [Segr. Generale]

V. Stellini [Vice Pres. Area Nord]

G. Giancaspro [Vice Pres. Area Sud]

28 Febbraio

S. Bruno [Segr. Generale]

INFORMAZIONI:

www.fic.it

mail: fic@fic.it

Tel. 06. 44 02 178

la visione sul futuro del gusto

sapore
TASTING EXPERIENCE
GUSTI, RITI E TENDENZE
24 ORE FUORI CASA
PROFESSIONALS ONLY

25/28 FEBBRAIO 2012
RIMINI FIERA

Guarda il video
di Sapore 2011



www.saporerimini.it

ORGANIZZATO DA



CON IL PATROCINIO DI



Biglietto Ridotto € 3,00 offerto da FIC

Il presente coupon, da consegnare in originale alle casse debitamente compilato, dà diritto ad un ingresso ridotto al costo di 3 EURO. Ingresso riservato ai soli operatori del settore - Valido solo se compilato

Cognome _____ Nome _____

Ruolo in azienda 1. Titolare 2. Responsabile acquisti 3. Figure professionali

A <input type="checkbox"/> Chef	C <input type="checkbox"/> Sommelier	E <input type="checkbox"/> Maître	G <input type="checkbox"/> Architetto, Designer	I <input type="checkbox"/> Tecnico, Installatore	M <input type="checkbox"/> Veterinario
B <input type="checkbox"/> Degustatore	D <input type="checkbox"/> Barman	F <input type="checkbox"/> Consulente	H <input type="checkbox"/> Pizzaiolo	L <input type="checkbox"/> Dietologo	N <input type="checkbox"/> Altro

Azienda _____ Indirizzo azienda _____

CAP _____ Località _____ Prov. _____

Tel. _____ Fax _____ Cellulare _____ E-mail _____

Settore di attività principale (Massimo una scelta)

Publici esercizi/Public Venues

- 01 Catena di ristorazione/Franchising
- 02 Ristorante
- 03 Bar
- 04 Struttura Ricettiva
- 05 Pub
- 06 Pizzeria
- 07 Fast Food/Take Away
- 08 Società di catering
- 09 Ristorazione collettiva
- 10 Wine Bar
- 11 Altro locale

Distribuzione

- 12 Grossista
- 13 Import/Export
- 14 Gruppo d'acquisto
- 15 Agente

- A Alimentare
- B Bevande
- C Surgelato
- D Ittico
- E Vino

(Massimo una scelta)

Distribuzione Punti Vendita

- 16 GDO
- 17 Cash & Carry
- 18 Mercato ittico
- 19 Negozio di specialità alimentari
- 20 Pescheria
- 21 Enoteca
- 22 Vending

Altro/Other

- 23 Produzione
- 24 Trasformazione
- 25 Stampa specializzata
- 26 Logistica
- 27 Servizi e consulenze
- 28 Istituto Zooprofilattico
- 29 Capitaneria di Porto
- 27 Cooperative pesca
- 28 Società di impianti e tecnologie
- 29 Istituti di ricerca
- 30 Altro specificare

DISTRETTI IN CUCINA LA FEDERCUOCHI FIRMA IL PROTOCOLLO D'INTESA



La Federazione Italiana Cuochi il 15 dicembre scorso ha sottoscritto una carta di impegno reciproco con i 12 Distretti Agroalimentari delle regioni Sicilia, Puglia e Veneto e con l'Ats, impegnata nell'esecuzione operativa del progetto "Distretti in Cucina". Un marchio quest'ultimo che sarà valorizzato e che servirà da accreditamento delle forniture di materie prime e semilavorati per la ristorazione.

L'azione rappresenta un primo passo operativo verso la meta identificata e condivisa rappresentata dalla riconoscibilità del Marchio di provenienza dei prodotti dai Distretti Italiani, affermando al contempo l'importanza del coinvolgimento degli Chef italiani, quali "alchimisti" capaci di trasformare in oro le produzioni proposte.

IL PROGETTO

Se il "politeismo alimentare" (primo rapporto Coldiretti/Censis 2010) è il prezzo che si paga per gli effetti della globalizzazione, che ha portato sulle tavole degli italiani prodotti e modelli di consumo da ogni parte del mondo, in Italia stanno oggi emergendo tre chiare linee di tendenza:

1. La ricerca della combinazione ottimale tra qualità, sicurezza e prezzo.
2. La percezione della responsabilità sociale ed ambientale che ha ogni atto d'acquisto.
3. Il rapporto tra il cibo e il territorio, con il riconoscimento del valore che ha l'identità territoriale delle produzioni.

In tali direzioni si pone "Distretti in cucina", un progetto pensato per valorizzare filiere agricole tutte italiane, che garantiscono la sostenibilità ambientale e sociale e la qualità al giusto prezzo.

Il progetto mira a definire un modello di azione/gestione che, partendo dalla esperienza di successo realizzata da parte dei distretti produttivi in relazione alla crescita economica dei territori interessati, possa essere utilizzato per le iniziative pilota a sostegno dello sviluppo territoriale o di filiere in aree strategiche. Ulteriore fine è la definizione di un paniere di prodotti agroalimentari, da utilizzare quale strumento di valorizzazione delle specifiche regionali in sinergia con realtà pro-

duktive di eccellenza di filiere complementari sul territorio nazionale.



L'INTESA

I Distretti agroalimentari partecipanti s'impegnano a facilitare i rapporti commerciali privilegiando gli Chef federati nello sviluppo delle attività promozionali.

La Federazione Italiana Cuochi s'impegna a comunicare il marchio "Distretti in cucina", sulla base del presupposto che un prodotto alimentare proveniente da un'area vocata a produrlo abbia un *quid* distintivo che può generare sicurezza di utilizzo e consumo, da trasformare in valore aggiunto percepito dai Clienti dei ristoranti/Consumatori.

Finalità del progetto è trovare nuove strade anche commerciali che facciano dell'unione una forza capace di superare - per l'utile che apporta - le difficoltà sempre presenti quando si cerca di fare strada insieme tra portatori d'interessi di diverse categorie.

Per tale ragione la presente intesa è di rilevante importanza, come lo è l'aver condiviso di fare passare la divulgazione dei prodotti dalle cucine degli Chef federati. Esse rappresentano i laboratori primari nei quali fare acquisire valore a quanto di buono l'Italia produce.

IL PANIERE ITALIANO

È stato definito un ideale Paniere Italiano dei prodotti dei Distretti Agroalimentari coinvolti, ciò anche al fine di semplificare l'approvvigionamento del canale Ho.re.ca. Un paniere che riesce a unire molluschi veneti, gambero imperiale siciliano, grano pugliese passando dai pomodori ciliegini e datterini, dalle carote di Ispica (RG), dalle lenticchie di Ustica (PA), dalle olive da mensa di Nocellara, dall'olio extravergine d'oliva siciliano e pugliese, oltre che dal meglio dei vini e dei prodotti dolciari.

Per ulteriori informazioni: www.distrettiincucina.it



www.farinapetra.it
www.molinoquaglia.com
T. 0429 649110



PANE PETRA

profuma di buono





— 10CG114 — € 31,46
GIACCA ELEGANT
PROFILO BIANCO



— 10CG107 — € 50,82
GIACCA GIBSON
BIANCO NERO

ACQUISTA ONLINE WWW.CARINE.IT
UTILIZZA LA CARTA DI CREDITO E RISPARMIA SUBITO €5,00



— 10CG104 — € 50,82
GIACCA MANUEL
BIANCO GRIGIO



— 10CG101 — € 21,78
GIACCA CLASS

10CG114 — € 54,45
GIACCA MANUEL
EURO IT



10CG105 — € 48,40
GIACCA HENRY
BIANCO FANTASIA
100



carriine

10CG109 — € 58,08
GIACCA EXECUTIVE
PROFILO BIANCO



10CG106 — € 35,09
GIACCA ALEX
BIANCO GRIGIO



Si fa presto a dire PADELLA

Nel linguaggio comune di cucina così come nelle ricette pubblicate su un sito, libro o rivista è facile riscontrare una grande imprecisione nell'indicazione degli strumenti di cottura da usare. Sembra che esitano solo pentole e padelle. Eppure una batteria di cucina ne comprende di diverse fogge, materiali e dimensioni, oltre a casseruole, brasiere, rosticchiere... Non è banale, allora, voler ricordare come sono fatte esattamente e a che tipo di preparazione servono tre tra i più utilizzati recipienti di cottura.

PADELLA

Recipiente di cottura dalla forma tonda e ovale, poco profondo e con sponda svasata. La lunghezza del manico è solitamente uguale al diametro della padella. Il suo utilizzo principale è per la frittura, per la cottura

** Ogni preparazione richiede tecniche e recipienti di cottura specifici. Per questo la "batteria" è composta da pezzi diversi per foggia, materiale e nome **

di alcune preparazioni dette "al salto" e anche per patate, ortaggi, legumi. E ancora, si usa per la cottura detta "in padella" di uova al burro, frittate, omelette, crêpes, filetti di pesce, pesci piatti e rotondi interi di piccola e media di-

mensione (es. sogliole e trotelle) con carne tenera e fragile che, a cottura ultimata, debbono essere trasferiti direttamente dalla padella al piatto o al vassoio di portata.

SAUTEUSE

Termine francese (pron. sotòs) di cui non esiste l'equivalente italiano, se non con un giro di parole: padella a sponda alta per saltare. Nel linguaggio professionale indica un recipiente di cottura di forma rotonda con bordo non molto alto e leggermente svasato o bombato, che permette di mescolare, muovere, saltare paste fresche, secche e ripiene, gnocchi di impasti e forme diversi e di rosolare rapidamente carni, pesci, legumi tagliati a pezzetti ed altro ancora.

Il bordo inclinato e alto, che differenzia la sauteuse dalla padella, permette di rimuovere e rivoltare facilmente gli ingredienti per ben avvolgerli di materia grassa, soprattutto





SAPERI & SAPORI

di **Eugenio Medagliani**
calderaio umanista



quando sono tagliati in piccoli dadi o tritati e mescolati con erbe fini (prezzemolo, cerfoglio, dragoncello, erba cipollina e altro), ma anche con funghi e champignons tagliati e, talvolta, con gambi di sedano, finocchio, basilico, rosmarino, timo, e al loro tagliuzzati o sminuzzati e così via.

La *sauteuse* è adatta anche a tutte quelle preparazioni nelle quali un fondo di cottura vada poi montato (deglassare) come finitura del piatto; è pure utile per le salse che solitamente richiedono una mescolatura attenta e frequente per ben amalgamarne gli ingredienti, come si deve fare per alcune salse al burro dalla composizione delicata e instabile (olandese, bearnese, mousseline, ecc.) e per le creme dolci e salate. Per confezionare queste salse e creme risulta utile il fondo chiaro del recipiente, per poterne controllare l'esatto punto di cottura.

TEGAME

Termine di origine greca, riferito a un recipiente rotondo, a fondo piatto e a parete piuttosto bassa, con due manici ad ansa. Con la sponda svasata è simile alla padella (*plat rond*) ed è adatto al me-



desimo utilizzo, eccezion fatta per le cotture al salto; è utile anche per le cotture in forno e si presta in modo ottimale per cucinare alimenti di dimensione ridotta (spezzati di carne, di volatili, di pesci, di ortaggi ecc.)

Con il bordo diritto (*plat à sauter* con un manico o *rondeau* con 2 maniglie) è il recipiente che presenta il vantaggio di usufruire di un fondo grande quanto il diametro del recipiente. Il **rondeau** è il recipiente più adatto per la preparazione dei **risotti** perché, grazie all'ampiezza della superficie, si favorisce una rapida evaporazione del brodo aggiunto di volta in volta. È anche utilissimo per eseguire queste due tecniche di cottura:

1) *stufatura*, cottura per scambio a recipiente coperto (os-sibuchi, verdure in umido o brasate ecc.)

2) *arrostitura in forno*, cottura per apprensione che consiste nel cuocere gli alimenti sotto l'azione diretta del calore, senza umidità, rigirandoli frequentemente dopo averli rosolati sulla fiamma.

Plat à sauter e *rondeau*, per le loro caratteristiche, si sono meglio adattati alle abitudini gastronomiche dei paesi di cultura francese, mentre nelle aree di cultura italiana e spagnola hanno prevalso la padella bombata

e il tégame, recipienti "buoni a tutto", che meglio si sono adeguati a nazioni con una cucina meno complicata e più povera.

Ristorazione e Islam

I MENU HALAL

Il settore della ristorazione sta vivendo un momento storico. Si parla molto di nuove opportunità e di diversificazione dei servizi. L'azione apripista della ristorazione specifica per la ce-

liachia ha fatto scuola: pasticcerie, ristoranti e soprattutto pizzerie hanno fornito un servizio di pubblica utilità ed hanno trovato buone opportunità di lavoro.

Fra gli argomenti oggi in discussione troviamo anche la ristorazione *Halal*, cioè quella destinata ai musulmani o islamici. Come per altre iniziative, si aprono buone prospettive anche per i piccoli ristoranti, per i self service o i catering.

LE REGOLE ALIMENTARI ISLAMICHE

In questo articolo vogliamo fornire le prime informazioni su *Halal* con qualche semplice istruzione per l'uso. Prima di tutto *Halal* è un approccio valoriale dei musulmani e come tale deve essere conosciuto e interpretato. Parliamo di regole comportamentali che il fedele deve seguire come parte della sua vita e non solo per gli aspetti legati all'alimentazione. Infatti, il *Corano* - il libro sacro dei musulmani - dà al fedele regole di vita che sono per il praticante veri e propri atti di fede; fra queste ci sono anche quelle relative al modo di nutrirsi e dissetarsi. Nella realtà i dettami dei testi sacri sono pochi, ma vengono ampliati e dettagliati dalle scuole coraniche.



La religione islamica impone il rispetto di alcune regole alimentari. Conoscerle e rispettarle significa aprirsi a una nuova clientela e un nuovo business



Il *Corano* indica esplicitamente in più versetti quelle che sono le cose *Haram*, ossia illecite, e sono soltanto quattro: le carcasse degli animali morti, il sangue, la carne di maiale e gli animali macellati invocando su di essi

nome altro da quello di Allah; ai quali aggiunge, per quanto riguarda le bevande, il divieto del vino e delle sostanze intossicanti in genere. Il resto può essere considerato lecito, ossia *Halal*, da qui il termine. Nel caso di dubbio sul lecito o l'illecito il testo sacro ricorda che si deve evitare il comportamento dubbio.

GLI ALIMENTI PROIBITI

Riportiamo qui alcuni esempi di prodotti proibiti citati dalle principali scuole coraniche:

- suini e affini (per es. il cinghiale) e suoi derivati (per es. budelli, gelatine alimentari)
- animali non macellati in nome di Allah
- alcool, bevande fermentate e loro derivati
- animali allevati con mangimi di origine suina o che mangino immondizia o letame
- animali malati
- animali a sangue freddo (per es. serpenti)
- uccelli che si nutrono di animali morti (per es. corvi, avvoltoi)

Islām è la religione monoteista osservata dai musulmani. Il termine può essere tradotto come "assoggettamento a Dio/Allah". L'Islam è considerato dai musulmani come l'insieme delle rivelazioni di Allah all'uomo, l'ultima rivelazione in ordine di tempo, che definisce la volontà divina. Per questo motivo Maometto è l'ultimo e definitivo profeta inviato da Allah al mondo intero. Viene definito il "Sigillo dei profeti" ed è dogma per la fede islamica credere che con la sua morte sia terminato per sempre il ciclo profetico. Non vengono quindi disconosciuti i libri sacri come il Vecchio e il Nuovo Testamento, ma secondo i musulmani, l'Islam è la definitiva e non più modificabile riaffermazione della volontà divina di Allah, destinata a perdurare inalterata fino al giorno del giudizio. L'Islam a livello mondiale conta 1,5 miliardi di fedeli, il Cristianesimo 2,1 miliardi.

Inoltre l'alimento non deve contenere:

- cose che siano dannose, come veleno, vetro, terra
- sporcizia o impurità di qualsiasi genere
- qualsiasi alimento che sia soggetto a contaminazioni crociate con gli alimenti non *Halal*
- additivi, coadiuvanti tecnologici coloranti e conservanti sintetici contenenti anche uno solo degli alimenti sopra riportati

Come appare evidente, oltre agli alimenti proibiti esistono due regole da considerare che sono più complesse: un cibo non *Halal* non deve contaminare un cibo *Halal*, pertanto devono essere adottate delle procedure specifiche di trattamento di questi alimenti separatamente a partire dall'attrezzatura. I prodotti non devono contenere alimenti non *Halal*.

HALAL: ISTRUZIONI PER L'USO

Prima di tutto si consiglia un corso di formazione specifico per il personale direttivo, in modo che questo diventi consapevole degli aspetti valoriali e delle regole *Halal*. In secondo luogo, dovrebbe essere analizzata la possibilità di menu *Halal* e poi svolta una verifica e un aggiornamento del manuale HACCP sia in ottica di processo sia di controlli e registrazioni specifiche.

A seguito di tale aggiornamento sarebbe opportuno definire un percorso formativo per tutto il personale coinvolto. E, infine, si dovrebbe promuovere un programma di comunicazione, dal menu con informazioni aggiuntive sui



BUONO A SAPERSI

di **Stefano Bonetto**

esperto di Normazione Tecnica

Si ringrazia per la collaborazione la dott.ssa

Federica Zappone, esperta di certificazione Halal

(www.ecoconsult.it)



for English text
see page 77

processi coinvolti (selezione dei fornitori e metodi di preparazione) ed eventualmente del sito internet.

Con riferimento alle procedure HACCP da aggiornare ricordiamo: cucinare gli alimenti *Halal* separatamente dai cibi non *Halal*; pulizia e sanificazione qualificata (per esempio evitando l'utilizzo di prodotti contenenti alcool); qualifica e abbigliamento (concetto di impurità) del personale. In ogni caso si consiglia di rivolgersi ad uno specialista.

LA CERTIFICAZIONE

Con riferimento alla certificazione *Halal* esistono poche certificazioni considerabili serie, per questo in prima ipotesi si raccomanda di lasciare questi controlli solo al mondo della produzione alimentare, dove abbiamo interessanti esempi (aceti, biscotti, pasta, salse, birre analcoliche, caffè, insaccati, lasagne) e alla ristorazione organizzata e che partecipa a bandi di gara pubblica. Alcune informazioni aggiuntive possono essere trovate su www.halalitaly.org, il sito dell'ente di certificazione Halal Italy Authority.

Musulmani in Italia

Il numero di musulmani in Italia (per la quasi totalità sunniti) è incerto ma in ogni caso significativo. Un dato attendibile è quello offerto da Caritas/Migrantes (2011) che parla di circa 1,5 milioni (indicativamente poco sotto il 2% della popolazione italiana, sicuramente l'Islam è la religione più diffusa dopo il Cristianesimo). La difficoltà della stima è dovuta anche all'interpretazione della definizione di "musulmano": per alcuni significa "proveniente da Paesi arabi", per altri "credente". Inoltre, esiste il problema degli irregolari. Indipendentemente dalle definizioni quella musulmana risulta una comunità importante in Italia, che prevede anche una significativa percentuale (circa il 6%) di cittadini italiani convertiti.

Amica dell'ambiente

SPESA A KM ZERO

Sul numero 301 de *Il Cuoco* il collega e coordinatore dell'Ateneo della Cucina Italiana F.I.C. Michele D'Agostino ha parlato dei cosiddetti "locavori", vale a dire i mangiatori di cibi locali.

A tale riguardo vi siete mai chiesti quanto voi stessi siate "locavori" e da dove provengano i prodotti che usate tutti i giorni nelle vostre cucine? Quale sia la storia del singolo ingrediente che lavorate o che proponete nel vostro locale? Da dove tale prodotto provenga, chi lo abbia coltivato, raccolto oppure come sia stato maneggiato?

Beh, se lo avete fatto e non siete riusciti a trovare le risposte, questo articolo - insieme alle ricette pubblicate sul numero 301 - fa proprio a caso vostro. Se, invece, non ve lo siete mai chiesto, avete ora dalla vostra rivista istituzionale una seconda opportunità e quindi una buona occasione per riflettere da subito su quanto Al Gore ed altri sostengono ormai da anni, ovvero che un pasto medio (occidentale) percorre oltre 1.900 km per camion, nave e/o aereo, prima di arrivare sulla nostra tavola.

Paradossalmente sono necessarie più calorie di energia per portare il pasto al consumatore di quanto il pasto stesso provveda in termini nutrizionali e calorici per il consumatore stesso. Tale paradosso energetico sul cibo ci spinge,



Proponendo menu locali e di stagione i cuochi contribuiscono a raggiungere l'obiettivo Comunitario di ridurre del 20% le emissioni di gas serra entro il 2020



ad esempio, per "esigenza commerciale" a proporre nei nostri ristoranti frutta da altri continenti quando magari gli alberi italiani non sono in periodo vegetativo "consumando" nei 10.000 chilometri medi di trasporto quasi

sette chili di petrolio per chilo di prodotto!

LOCALE SÌ, MA ANCHE DI STAGIONE

In questo scenario, l'opinione comune è che la soluzione starebbe nel sostenere e promuovere produzioni locali, magari anche per legge come già parzialmente regolamentato. Ma ciò non basta! Infatti, come diceva Totò nel film di Mario Mattioli con Aldo Fabrizi "è la somma (di energia) che fa il totale!". Ebbene, tale somma non dipende solamente dal dispendio energetico legato al trasporto, ma anche da quello relativo alla produzione.

Così se un prodotto "vicino" è fuori stagione e gode dell'ausilio di serre riscaldate da fonte fossile e/o grandi quantità di acqua, tale prodotto non risulta la scelta più corretta dal punto di vista ambientale. Allora abbiamo un altro paradosso e cioè che un prodotto locale fuori stagione può essere più "energivoro" di un prodotto stagionale fornito da molti chilometri di distanza.

Ecco quindi che il cuoco, prima del consumatore, in questo ambito acquisisce un grande potere ambientale e cul-



CUCINA SOSTENIBILE

di **Fabio Buccolini**
segretario Associazione Cuochi Roma F.I.C.

 for English text
see page 78



Foto © paipitchaya - Fotolia.com

turale ovvero quello di poter scegliere e selezionare il giusto prodotto, nella giusta stagione, per la giusta ricetta nel miglior menu territoriale possibile bilanciandolo sotto ogni punto di vista, da quello nutrizionale a quello ambientale; in una parola sola documentarsi e aggiornarsi per tutta la sua vita professionale a favore del proprio cliente e dell'ambiente.

Un consiglio è quindi quello di evitare che "globalizzazione" e logiche di mercato ci allontanino ancora di più dalla percezione di tale "potere". Evitiamo dunque di farci sedurre da strutture di vendita con prodotti che seppur di

stagione provengono da luoghi lontani semplicemente perché più "convenienti". Il rischio infatti è che nella "logica di mercato" e di "politica di prezzo" si conduca all'estinzione il produttore locale schiacciato dal prezzo del prodotto importato e con costi ambientali elevatissimi con il quale invece dovremmo tentare di (ri)costruire un rapporto perduto nel tempo .

RIDURRE I GAS SERRA: UN OBIETTIVO COMUNE

Inoltre, è bene ricordare che la distanza percorsa dal cibo è proporzionale alle emissioni di gas serra per trasporto e refrigerazione. Tutto questo è ovviamente valido per il prodotto fresco, diversa e molto più complessa la questione per i prodotti trasformati, o con obbligo di stagionatura oppure di tipicità etnica, o magari di "nicchia" come quelli tipicamente di lusso (Champagne, caviale ecc.)

A proposito di Champagne sul tema "Km zero" un capitolo a parte lo meritano decisamente le bevande. Se, infatti, si fa astrazione dal vitigno autoctono e dai birrifici artigianali, alcune produzioni - evitando eccessi integralisti - è giusto che viaggino al fine di consentire a diverse culture di incontrarsi, conoscersi e solidarizzare accomunandosi dalla scoperta di nuovi sapori e (bio)diversità territoriali.

Consumiamo e proponiamo quindi menù "locali" e "di stagione" riducendo e riciclando quanto più possibile per contribuire al raggiungimento dell'obiettivo Comunitario di riduzione del 20 per cento delle emissioni di gas serra entro il 2020.

Il gusto intramontabile DELLA PASTA

Marco Polo nel Milione riferisce di aver gustato in Cina un cibo a lui sconosciuto, preparato con farina e acqua. Questo bastò a far ritenere per

lungo tempo che la pasta fosse un'invenzione cinese, giunta in Italia con l'avventuroso viaggiatore veneziano. Purtroppo per i gastro-gonzi, quando Marco Polo ne parlò, la pasta, esisteva già da tempi antichissimi nel bacino del Mediterraneo, dove veniva confezionata con farina di frumento.

Alla pasta fatta in casa erano talmente avvezze le matrone etrusche del IV sec. a.C. da voler essere sepolte con gli strumenti usati per produrla. Ne abbiamo una straordinaria testimonianza nella necropoli etrusca di Cerveteri, dove nella Tomba dei Rilievi un'intera parete è ricoperta di stucchi a rilievo che raffigurano gli arnesi necessari per impastare, stendere e tagliare la pasta: la spianatoia, un mattarello e addirittura una rotella dentata per realizzare le tagliatelle!

Cicerone e Orazio parlano già duemila anni fa di "lagane", cioè tagliatelle di acqua e farina, lessate o fritte e l'immancabile Apicio raccomandava di utilizzare "le duttili lagane per racchiudervi timballi e pasticci". Proprio da *lagana* deriva la nostra parola "lasagna" e *lagane* si chiamano ancora le fettuccine in Basilicata e Calabria. Naturalmente stiamo parlando di pasta "fresca", di farina di frumento fors'anche im-



Tra le specialità italiane è la regina. Quella di grano duro arrivò in Sicilia con gli Arabi (e non i Linesi!) e da qui si diffuse in ogni dove.



pastata con uova.

LA DIFFUSIONE IN ITALIA

Per quella "secca" si dovettero attendere gli Arabi che approdarono in Sicilia nel IX secolo portando dal nordafrica il grano duro in sostituzione

del frumento (il grano tenero). I popoli nomadi fanno sempre uso di alimenti essiccati, poco deperibili e facili da trasportare. Lo stesso cous-cous altro non è che semola di grano duro impastata con acqua e asciugata al sole del deserto. Araba, anzi maghrebina, fu l'invenzione dei bucatini che, asciugando più rapidamente per merito del foro centrale, potevano così essere meglio conservati.

L'espansione islamica portò dunque con sé la pasta secca e proprio uno scrittore arabo Abu Abdullah Muhammad Idrisi ci conferma che nel 1150 (cento anni prima della nascita di Marco Polo): "a est di Termini presso Palermo si fabbricano vermicelli (*itrya*) in quantità tale da approvvigionare anche i territori musulmani dove se ne spediscono consistenti carichi via mare". Dal termine arabo *itrya* che significa "striscia sottile, nastro" derivano le parole "trenetta" e "troffia", due formati di pasta che sono il simbolo gastronomico della Liguria. I liguri con la pasta hanno un rapporto antico più di quanto si creda. Fu grazie ai genovesi che i *trii* siciliani sono approdati all'ombra del Vesuvio.

La pasta secca di semola fu infatti portata ad Amalfi dai





IL PRODOTTO

di **Sergio G. Grasso**
Antropologo alimentare

 for English text
see page 79



navigatori Genovesi che avevano il monopolio del frumento nel Mediterraneo. Lo acquistavano al Sud - in Sicilia e in Puglia - e lo vendevano a Nord, fino all'Inghilterra. Commercianti ingegnosi, appresero dagli Arabi la tecnica di produzione degli *itrya* e li offrono agli armatori di Amalfi che chiedevano riserve alimentari indeperibili da caricare sulle navi.

Ed è ancora Genovese la seconda traccia che ci viene tramandata dalla storia medievale sui maccheroni. È datata 1279 ed è contenuta in un atto notarile con cui Ponzio Bastone cede in eredità ai suoi figli una "*bariscella plena de macaronis*". Vent'anni più tardi sempre a Genova si registra il nome della prima pastaia della storia: Maria Borgogno proprietaria di una casa vicino al Porto dove "*faciebat lasagnam*" mentre a Recco (a un tiro di schioppo da Genova) si cita una *cazza lasagnaria*, ovvero il banale colopasta.

L'IMPERATIVO DELLA COTTURA AL DENTE

Storia dunque molto più lunga di quanto ci si aspetti quella della pasta, lunga o corta, fresca o secca, di farina o di semola. Perfino la pasta ripiena (ravioli, tortellini, cappellacci, anolini e via elencando) è storicamente documentata in Italia prima del 1200. Ad onta della sua tradizione, nel corso degli ultimi 50 anni la pasta è stata sottoposta a ogni sorta di ingiurie: cotta al forno fino a farla carbonizzare, bollita a fuoco lento e prolungato fino a disfarla, mantecata dentro a creme, budini e frappè, camuffata con ogni sorta di spezie, miele, latte, perfino caffè, cioccolata e gelato... La cosa terribile è che non sono stati solo gli Statunitensi a perpetrare questi orrendi crimini ma anche i Tedeschi, gli Inglesi e perfino i nostri "cugini" Francesi (parenti, serpenti!).

Ribadiamolo: la pasta, tutta la pasta, va cotta al dente ed è perfetta - e più digeribile - quando l'amido al centro

è ancora intatto. Ma la prima conferma di perfezione dobbiamo averla già al momento della scelta.

IN ETICHETTA: CERCATE LE PROTEINE

Qualunque sia il formato, la misura, la destinazione finale, chi si sente in diritto di godere il massimo che una pasta di semola di grano duro può offrire deve imparare a guardarla, ad annusarla e a toccarla. Dev'essere ruvida al tatto, giallino pallido all'occhio ed emanare un buon profumo di grano al naso. La semola di grano duro è molto più ricca di elementi proteici rispetto a quella di grano tenero. Ne risulta una pasta che regge meglio la cottura, che non si incolla e che rimane più elastica.

Un sistema infallibile è leggere sull'etichetta il contenuto di proteine: sotto il 13% vi ritroverete nel piatto un prodotto mediocre o addirittura pessimo. Da 14 in su si comincia a ragionare di qualità.

Nessun altro cibo al mondo si increspa, si estende, si allunga, si avviluppa, si avvolge, si gonfia, si stringe, si arriccia, fa le capriole, si adatta alle contorsioni più bizzarre e prende la forma dei desideri più liberi. Ogni formato di pasta regala precise emozioni ma reclama i suoi sughi e si esalta con semplici accorgimenti di cottura. Formati scabri e incavati, sinuosi e ritorti offrono anfratti e increspature a cui i sughi si aggrappano. Altri ruvidi e corti si lasciano di condimento con pochi istanti di padella, fino a quelli sontuosi e opulenti, golosi forzieri in cui stipare tesori di verdure appena scottate. Quanto piacere ci dà il mordere un rigatone, un bucatino o una penna rigata a giusta cottura... Diciamolo: avvolgere uno spaghetti ben condito sulla forchetta è già preludio al piacere dei sensi. Non solo gusto ma anche vista, olfatto, tatto. Perché la bocca è sempre lì, a una spanna dal cuore e a una dal cervello.



Buona e salutare LA PASTA

La pasta secca, secondo la Legge Italiana, è da considerarsi solo quella preparata con acqua e farina di grano duro, che risulta più ricca di complessi proteici rispetto a quella di grano tenero; inoltre, regge meglio la cottura, è più elastica e compatta.



La nutrizionista svela i giusti accorgimenti per cuocere, condire e servire - senza timore di ingrassare - il più amato dei primi piatti all'italiana



oscilla dal 70 al 75 per cento, l'apporto calorico è di circa 350 chilocalorie per 100 grammi.

Il contenuto di grassi è molto esiguo, inferiore all'uno per cento, permette quindi una buona scelta in

fatto di condimenti. La pasta è invece povera di sali minerali e di vitamine; contiene, però, triptofano, un amminoacido precursore della serotonina, l'ormone del buonumore e del sonno.

REGOLE DI COTTURA

La cottura della pasta secca è molto semplice, ma è determinante per le caratteristiche nutrizionali. Si porta ad ebollizione dopo averla immersa in acqua bollente, 1 litro ogni 100 grammi di pasta, aggiungendo il sale (circa 10 grammi) quando l'acqua bolle e non prima. In questo modo si evita di intaccare con il sale il fondo della pentola e di rovinare l'acciaio, con conseguente liberazione di metalli tossici.

La cottura deve essere al dente. Questo condiziona la velocità con cui vengono assorbiti gli zuccheri contenuti nella pasta, o amidi. La pasta troppo cotta si imbibisce di acqua e, oltre ad essere poco digeribile, fa assorbire più zuccheri, quindi viene liberata più insulina ed è più facile aumentare di peso.

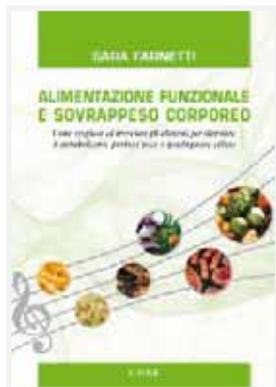
Oltre ai carboidrati, le proprietà nutrizionali della pasta, sono dettate dalla presenza di proteine (10-12 per cento) e dalla facile digeribilità del prodotto. Il contenuto in amido

MEGLIO MANGIARLA A CENA...

Ecco un motivo per cui la pasta sta bene a cena: concilia il riposo notturno, al contrario delle proteine che sostengono la veglia e il tono nervoso. Per chi è attento alla linea e teme di aumentare di peso, è bene tenere d'occhio le combinazioni dei cibi. Il menu con la pasta di sera prevede un antipasto e/o un secondo piatto, ma non un contorno di patate, pane o la focaccia.

In sintesi, bisogna considerare che la pasta è ricca di amidi, che diventano zuccheri, e quindi è meglio evitare di associare alimenti che ne contengono altri. Piuttosto, esageriamo con le vitamine e le fibre delle verdure crude e, se gradite, possiamo aggiungere un piatto di verdure cotte.

Dolce e frutta andrebbero preferenzialmente abbinati a un secondo piatto, piuttosto che a un piatto di pasta, per li-



Per saperne di più:

La copertina del libro di Sara Farnetti, *Alimentazione funzionale e sovrappeso corporeo*. Edito da C.E.S.I., si può acquistare (30 euro + spese di spedizione) sul sito internet www.eutrophia.it



SALUTE NEL PIATTO

di **Sara Farnetti**
Specialista in Medicina Interna
e Nutrizione Funzionale

 for English text
see page 80

mitare il carico glicemico del menu, cioè la velocità con cui aumenta la glicemia dopo aver consumato il pasto, direttamente proporzionale all'insulina prodotta. Questo ormone viene liberato quando aumentano gli zuccheri nel sangue per ridurli, ma è anche capace di dare un segnale che favorisce il deposito dei grassi

...E CONDIRLA IN MODO "FURBO"

La pasta, quindi, deve essere resa meno zuccherina possibile, cuocendola al dente, evitando il mix di pasta con

altri amidi o zuccheri e utilizzando condimenti salutari che ne rallentino l'assimilazione. L'aggiunta dell'olio extravergine di oliva sia crudo che cotto svolge questa azione. La mantecatura della pasta al dente nell'olio caldo, limita la digestione degli amidi per formazioni di legami tra l'olio e gli zuccheri di superficie della pasta. Quindi meglio un piatto di pasta di 80-100 grammi con verdure, o con pesce, o con sughi che consentono di saltare in tegame la pasta cotta, piuttosto che una porzione più abbondante di pasta, ma scondita.

NEW

L'evoluzione intelligente

Linea
SMART

Efficienza nei consumi
e sicurezza dei risultati
di cottura



Robustezza dei materiali
e affidabilità totale

Tecnologia avanzata
e design funzionale

Comandi pratici
e facilità d'utilizzo

www.lainox.it



LAINOX ALI S.p.A. Tel. (+39) 0438 9110 / Fax (+39) 0438 912300 e-mail: lainox@lainox.it

LAINOX®

L'eccellenza in cucina

Tecnologia e tradizione in UN PIATTO DI PASTA

Luigi Cremona lancia l'argomento "pasta" affermando che questa è il simbolo dell'Italia in tutto il mondo. Noi italiani ne siamo i maggiori produttori e consumatori, anche se la sua origine è attribuita ai Paesi Arabi e Orientali.

Gli fa eco lo chef Alessandro Ciciello: "E sì! Però l'importanza che ha in Italia è indiscutibile. Già nel Medioevo si trovano testimonianze di produzione di pasta. Pensa che a fine '700 iniziò la produzione di pasta a livello industriale, nel Napoletano. Qui, infatti, si concentravano le coltivazioni di grano duro e le condizioni climatiche erano ottimali per l'essiccamento della pasta al sole".

Hai ragione Alessandro, infatti ancor oggi la pasta del Napoletano è la più famosa, trattata con procedimenti antichi e, in certe aziende, fatta essiccare ancora al sole!

Solo alcuni produttori hanno mantenuto questa tradizione, perché con la tecnologia adesso l'essiccamento è artificiale.

Infatti si parla di pasta in generale, ma effettivamente la diversità dei prodotti usati e il procedimento rendono diversi i tipi di pasta.

La più consumata è la pasta secca, che secondo la Legge italiana, può essere solo di acqua e sfarinati di grano duro, con



Grano duro, acqua e una tradizione plurisecolare. Questa è la formula di una ricetta intramontabile, diventata il simbolo della cucina italiana nel mondo



un grado di acidità stabilito.

Proprio così. La pasta secca ha un procedimento preciso: trafilazione, laminazione ed essiccamento di impasti preparati esclusivamente con semole (o semolati) di grano duro ed acqua

(al massimo il 12,5 per cento in base alla Legge italiana). Esistono oltre 300 formati di pasta con una varietà di nomi.

Sono procedimenti fondamentali. Il primo però è la preparazione. Esclusivamente con semola o semolati e acqua, e sale da cucina, in misura massima del 4%. La semola, usata per produrre la pasta, si ottiene dalla macinazione del grano duro. L'acqua dovrebbe essere poco dura e tiepida: il suo scopo è quello di formare l'impasto idratando l'amido e formando il glutine, alla fine del processo di trafilatura viene allontanata con l'essiccamento.

La semola o il semolato vengono mescolate al 20-30% di acqua per formare il glutine e idratare l'amido, l'impasto ottenuto viene poi lavorato (gramolatura) per ottenere la giusta consistenza.

La fase della trafilatura è importantissima. L'impasto viene forzato attraverso una cavità con la forma voluta, alcuni coltelli tagliano la pasta della lunghezza desiderata. Le trafile possono essere in bronzo o in teflon. Nel primo caso, usata di più per produrre pasta artigianale (quindi controllata e sot-



CUCINA & CRITICA

di **Alessandro Circiello e Luigi Cremona**
rispettivamente
coordinatore Compartimento
"Giovani" Fic e critico gastronomico

toposta a prova di cottura), la pasta risulta più ruvida, perciò assorbe meglio il sugo, ma assorbe anche più acqua durante la cottura, tendendo a scuocere più facilmente. Con le trafile in teflon, si ottiene una pasta che regge bene la cottura. Questa caratteristica può essere interpretata in modo positivo o negativo. Con trafile in teflon si ottiene una pasta che non scuoce pur utilizzando semole più scadenti.

Mentre l'estrusione è un metodo più moderno, dove le stesse fasi descritte in precedenza avvengono in continuo nella stessa macchina. I risultati sono equivalenti, cambia solo la tecnologia.

Anche se direi che la fase fondamentale è l'essiccamento. La pasta che esce dalla trafila contiene il 30% circa di acqua, che va portata al 12,5% con l'essiccamento. Così la pasta raggiunge la giusta consistenza e può essere conservata a lungo. La durata dell'essiccamento dipende dalla temperatura: a 40-80 gradi occorrono 6-28 ore di tempo.

Esiste un nuovo metodo chiamato T.H.T. Bassano, che consente di abbassare notevolmente i tempi: la pasta viene essiccata con temperature fino a 130 gradi con tempi molto ridotti di essiccazione. Vale lo stesso principio delle trafile in teflon: la pasta in questo modo può essere prodotta con semole più scadenti pur mantenendo buone caratteristiche in cottura.

È importante l'uso della farina di grano duro, che permette alla pasta di tenere la cottura, a differenza di quanto succede con le paste di grano tenero. Infatti, lessandola per 15 minuti in acqua bollente e salata non deve rompersi, sporcare l'acqua. In alcuni Paesi esteri è consentito l'impiego di grano tenero, anche per questo motivo la pasta italiana è da considerarsi la migliore.

Stabilito che la pasta è il nostro cibo nazionale e la base della dieta mediterranea, che tutto il mondo ci invidia, ogni tipologia

e formato predilige dei condimenti piuttosto che altri.

Certo! La pasta più sottile, come cappellini, spaghetti o bavette, richiede sughi leggeri, per esempio a base di pesce e crostacei. Invece, la pasta lunga, come spaghetti o bucatini, richiede condimenti più saporiti, quali sughi alla carbonara, alla amatriciana o con verdure. La pasta corta si adatta a ogni tipo di sugo anche di carne, come il ragù.

Se ci pensi è strano, per esempio, che un classico piatto di spaghetti al sugo di pomodoro, così semplice nel prepararlo, è presentato e preparato in modi così diversi nei vari ristoranti.

Lo so, sembra assurdo, ma è così che accade. Perché la riuscita di un piatto è nella sua totalità e un semplice piatto di spaghetti al sugo di pomodoro ha la sua importanza in dipendenza della cottura, della bravura dello chef e, soprattutto, degli ingredienti usati.

Se la pasta è artigianale, se il sugo è fatto con pomodori di un certo tipo, selezionati e costosi e gli altri ingredienti sono di qualità, la riuscita ovviamente è vincente.

Aggiungerei anche il prezzo! Nel senso che, oltre al ristorante scelto dal cliente, che può variare di prezzo, gli ingredienti di qualità sono fondamentali. Un piatto di pasta, che può essere di tutti i tipi e condito con diversi sughi (carne, pesce, verdure...), riesce soprattutto grazie agli ingredienti usati. Ed è normale che cambi il prezzo. Anche il sugo dello spaghetti classico al pomodoro può avere un prezzo alto.

Il food a basso costo, però, va per la maggiore. Si possono trovare anche ristoranti con un menu ricco di primi piatti di buona qualità a prezzi ragionevoli. Anche se gli italiani preferiscono spendere un po' di più, ma mangiare bene. È nella nostra cultura.

La pasta è il nostro orgoglio, buona e piena di sostanze salutari. È la nostra "firma" gastronomica nel mondo!

Decorfood Italy

Foglie Decorative

UNA NOVITÀ DI DECORFOOD ITALY
PER IMPREZIOSIRE LE TUE PROPOSTE GASTRONOMICHE



LE FOGLIE DECORATIVE **EATools** SONO LA NUOVA IDEA GASTRONOMICA DELLO **CHEF FABIO TACHELLA**. CON QUESTE SOTTILI, VARIOPINTE E CROCCANTI FOGLIE, È POSSIBILE PRESENTARE IN MODO NUOVO E ORIGINALE QUALSIVOGLIA PREPARAZIONE CULINARIA, DAI PIATTI DA PORZIONE AI VASSOI. POSSONO ESSERE SERVITE IN PIETANZE CALDE, FREDDI, COME DECORAZIONE E ANCHE COME ACCATTIVANTI CONTENITORI E SIMPATICHE PALETTE.

SONO DEL TUTTO **NATURALI E COMMESTIBILI** E SONO DISPONIBILI IN VERSIONE DOLCE, **SWEET LEAVES**, E IN VERSIONE SALATA, **FOGLIE FINGER SALATE**. SONO PREPARATE ARTIGIANALMENTE, UNA PER UNA, CON UNA BASE DI PATATE, BUON FORMAGGIO ITALIANO, ECCELLENTE FARINA DI GRANO TENERO E ALBUME, OSSIA CON INGREDIENTI CHE RENDONO L'IMPASTO MODELLABILE, SPALMABILE, CAPACE DI ESSERE COLORATO CON PRODOTTI NATURALI E DI ESSERE CONSERVATO PER MOLTO TEMPO E DI ESSERE ECLETTICO NELLE FOGGIE E NEI GUSTI.



Le Foglie Finger Salate richiamano un delicato gusto di formaggio. Se impiegate come piccoli contenitori, possono accogliere all'interno spume di natura diversa: mousse montate calde o fredde, gelatine salate di ortaggi e salumi, creme speziate. Possono essere impiegate come particolari "palettine" per snack intriganti con salse e creme montate da servire al centro tavolo come starter per aperitivo.

Le Sweet Leaves si adattano con facilità a completamento di piccole preparazioni di pasticceria, ma sono talmente versatili che diventano anche decorazioni di dessert al piatto. Le foglie dolci sono d'effetto sopra coppe di gelato, mousse o creme montate, eclettiche se inserite in pre-dessert o after dinner esclusivi. Sono belle da vedere anche su torte di grandi dimensioni, quando disposte con cura ed armonia.



LE **FOGLIE DECORATIVE EATools** SONO FATTE A MANO E CONFEZIONATE IN PRATICI PACKAGING IN ATMOSFERA MODIFICATA. SONO GARANTITE NELLA FORMA, NEI COLORI E NELLA FRESCHEZZA PER SEI MESI. NELLE PREPARAZIONI SALATE NON VENGONO UTILIZZATI COLORANTI ARTIFICIALI MA SOLO COLORANTI NATURALI, COME CLOROFILLA, NERO DI SEPIA, ZAFFERANO, RAPA ROSSA, PAPRICA. LE FOGLIE DOLCI, INVECE, POSSONO CONTENERE COLORANTI ALIMENTARI, CHE SONO ABITUALMENTE UTILIZZATI IN PASTICCERIA.



CARTA FATA® è la tecnologia di cottura ideata dallo chef Tacchella che permette di esprimere tutta la propria creatività in cucina. Uno strumento che trasforma ogni gesto in un tocco magico, per migliorare le prestazioni nella cottura dei cibi, per rispettare i principi nutrizionali degli alimenti, per valorizzare la presentazione del piatto in tavola. Un materiale compatibile con gli alimenti e con proprietà di neutralità e resistenza al calore fino a 220°C.



FATA BAGS® è un sacchetto per cotture sottovuoto, saldabile e adatto a cotture ad alta temperatura (180-210°C). È l'evoluzione di CARTA FATA®, della quale mantiene tutte le caratteristiche aggiungendo i vantaggi del sottovuoto e della rosolatura del cibo in cottura.



DECORFOOD ITALY.

PRODOTTI UTILI E INNOVATIVI



FIBRA GOLD è la fibra naturale di patate e amido di mais pre-gelatinizzato, di facile applicazione, insapore e molto performante per legare e addensare qualsiasi struttura con diversi gradi di umidità e acidità per preparazioni sia dolci sia salate.

PRO-FUMO è l'affumicatrice espressa, piccola e portatile. Consente di affumicare in diversi modi ogni genere e quantità di alimento e di personalizzare ed aromatizzare il fumo a piacere. Permette di affumicare i prodotti in ogni tipo di contenitore dotato di coperchio: vasetti in vetro, piatti con cloche, sacchi per alimenti, scatole in plexiglass e persino un'intera camera da forno.



SANYFOOD è il sanificante senza necessità di risciacquo per tutte le superfici di lavoro destinate al contatto con gli alimenti (tavoli, taglieri...). Spruzzato su tamponi di carta è ottimo anche per la conservazione degli alimenti.

FRIGOSAN è l'igienizzante per frigoriferi utile per una sanificazione rapida persistente nel tempo delle superfici non destinate al contatto diretto con gli alimenti.



Decorfood Italy

DECORFOOD ITALY NASCE DA UN'IDEA DEL PLURIPREMIATO CHEF INTERNAZIONALE FABIO TACCHELLA, CONSULENTE GASTRONOMICO RAI, TEAM MANAGER DELLA NAZIONALE ITALIANA CUOCHI E VINCITORE DI QUATTRO MEDAGLIE OLIMPICHE. TUTTI I PRODOTTI SONO STATI PENSATI E CREATI PER VENIRE INCONTRO ALLE PIÙ SVARIATE ESIGENZE CULINARIE, UNENDO GUSTO E SENSO ESTETICO E GARANTENDO I PIÙ ELEVATI STANDARD QUALITATIVI E UNA COSTANTE RICERCA VERSO L'INNOVAZIONE E IL MIGLIORAMENTO DEI PROPRI PRODOTTI.

I PRODOTTI SONO IN VENDITA SUL SITO WWW.DECORFOODITALY.IT E SI POSSONO ORDINARE ANCHE TELEFONANDO ALLO 045.8650234

Uno sconto del 10% è applicato agli ordini diretti dei soci F.I.C.



Gli chef, si sa, sono girovaghi. Fa parte del loro lavoro. E così non stupisce che oggi un cuoco calabrese sia a capo di una brigata di 18 persone nel centro di Mosca. Si chiama Luigi Ferraro e condivide alcune sue ricette creative e dalla riconoscibile impronta calabrese

Da Mosca

LA MIA CUCINA SENZA CONFINI

UN INCONTRO DI CULTURE

La cucina di Luigi Ferraro è un'armonica fusione delle varie cucine in cui ha lavorato: una moderna rivisitazione delle sue tradizioni calabresi, ma allo stesso tempo un incontro di culture. Ricerca costantemente nuove tecniche, sia per le cotture sia per la presentazione, affinché

i suoi piatti siano attuali e innovativi anche nel gusto, sempre però nel rispetto delle tradizioni.

A chi gli chiede che cosa pensa del suo lavoro, Luigi risponde: "Chef si nasce, non si diventa!". E si rende conto di essere nato per questo lavoro, che è il suo mondo. Per lui fare il cuoco signi-

fica non finire mai di imparare. "O lo si sente dentro questo mestiere, o è meglio non intraprenderlo, perché bisogna essere disposti a fare dei sacrifici, a lavorare per migliorare sempre di più, a impegnarsi tutti i giorni per far conoscere, difendere e diffondere la storia gastronomica italiana...", spiega Luigi. E ogni giorno che passa, ogni riconoscimento o gratificazione da parte dei suoi clienti gli dimostra che la sua è stata davvero la scelta giusta. È soddisfatto quando presenta un piatto buono e bello da vedere e trasmettere alle persone la sua passione per la cucina è per lui una delle esperienze più belle, che gli colmano la giornata.

Per Luigi questa è una professione nella quale non ci si può annoiare mai, perché ogni giorno si può creare qualcosa di nuovo. È un lavoro che bisogna fare con amore.

LUIGI FERRARO

Calabrese, è un socio Fic che da oltre un anno lavora in un lussuoso ristorante di Mosca. Nato nel 1979 a Cassano Allo Ionio, in provincia di Cosenza, dopo aver conseguito il diploma all'Alberghiero di Castrovillari, ha iniziato a viaggiare e a vivere fuori dall'Italia per lavoro, prima a Sharm El Sheik, poi Stoccarda, Bangkok, Londra, George Town e New York.

Ha rappresentato la "sua" Calabria in manifestazioni internazionali: *Word Travel Market* di Londra nel 2007, *The International Wine e Food Society* sulle Isole Cayman nel 2009, *The Westchester Italian Cultural Center* di New York nel 2009, *Kremlino Dinner Gala* a Mosca nel 2010. Proprio quest'ultima manifestazione l'ha portato a fermarsi in Russia, al Cafe Calvados. Qui Luigi dirige una brigata di 18 cuochi proponendo una cucina creativa mediterranea, tutta Made in Italy, basata soprattutto sulle tradizioni della sua terra. Il ristorante, frequentato da una clientela di altissimo livello, si trova su una delle principali strade della metropoli, a soli cinque chilometri dall'affascinante Piazza Rossa.



Spuma di ricotta al basilico, caviale calabrese, chips di pane casereccio

Ingredienti per 4 persone

Per la spuma:

- 250 g di ricotta vaccina
- 2 g di pepe nero
- 5 g di basilico
- q.b. olio extravergine di oliva

Per il caviale:

- 100 g di "caviale calabrese"
(specialità a base di novellame di sarde o alici)
- 20 g di pomodoro San Marzano
- 20 g di cipolla di Tropea
- q.b. olio extravergine di oliva

Per guarnire:

chips di pane casereccio e foglie di basilico fritto

1

Preparazione. *Per la spuma:* montare la ricotta in planetaria con il basilico a pezzetti, il pepe e l'olio a filo. *Per il caviale:* unire al caviale calabrese la cipolla e il pomodoro tagliati a julienne e montare con l'olio a filo.

Finitura. Distribuire il caviale calabrese in un piatto fondo, sovrapporre una quenelle di spuma di ricotta. Guarnire con una cialda di pane e una foglia di basilico fritto.



Preparazione. *Per la tartare:* sfilettare il branzino e tagliarlo a pezzetti; prima di servirlo condire con capperi tritati, aneto ed erba cipollina tritati, sale, pepe, olio all'aglio e olio extravergine. *Per la salsa fredda:* fare aprire le vongole sul fuoco per pochi minuti, fare raffreddare e sgusciare. Tagliare le zucchine in piccoli cubi, sbollentarli in acqua calda e sale, fare raffreddare e poi unire il tutto alle vongole, condire con olio, sale, pepe e polvere di liquirizia. *Per la purea di mela:* portare l'acqua a ebollizione, togliere dal fuoco e aggiungere la mela tagliata a pezzetti, coprire e fare raffreddare. Unire una goccia di essenza e lo sciroppo. Frullare il tutto.

Finitura. Disporre al centro del piatto la tartare, versare la purea di mela, poi la salsa e guarnire con le uova di salmone e il timo fresco.

Tartare di branzino, purea di mela verde, salsa fredda di vongole e zucchine con liquirizia, uova di salmone

Ingredienti per 4 persone

Per la tartare:

- 200 g di branzino
- q.b. sale e pepe bianco
- 4 g di capperi
- q.b. olio extravergine d'oliva
- 2 g di olio all'aglio
- 2 g di aneto
- 2 g di erba cipollina

Per la salsa:

- 16 vongole
- 1 zuccina
- q.b. sale e pepe nero
- q.b. polvere di liquirizia

Per la purea:

- q.b. acqua
- 200 g di mela verde
- 1 g di essenza di mela verde
- 1 g di sciroppo di mela verde

Per guarnire:

- uova di salmone selvaggio
- timo fresco



2

*Tortino di cavatelli di Calabria,
melanzane, n'duja e crema di peperoni*

Ingredienti per 4 persone

- 200 g di Cavatelli
- 100 g di n'duja calabrese
- 50 g di scalogno
- 50 g di sedano
- 1 spicchio d'aglio
- q.b. olio extravergine di oliva
- q.b. sale e pepe
- q.b. brodo vegetale
- 100 g di melanzana
- 50 g di peperoni gialli e rossi
- 50 g di pomodorini
- q.b. basilico

3

Preparazione. In una padella fare un fondo con aglio e basilico e far imbiondire; aggiungere le melanzane tagliate a cubetti e la n'duja e fare rosolare per bene. Condire con sale e pepe e aggiungere i pomodorini tagliati in quattro, aggiungere un mestolo di brodo e fare cuocere per qualche minuto. In un'altra pentola, fare un fondo con sedano, scalogno e basilico spezzettato, fare imbiondire e aggiungere i peperoni tagliati a cubetti, fare rosolare per bene e coprire con brodo e far cuocere lentamente. A fine cottura, regolare con sale e pepe e mixare il tutto. Cuocere i cavatelli in acqua salata bollente e condirli con la salsa di melanzane, versare il tutto in un stampo e finire la cottura in forno a 170°C per 4 minuti.

Finitura. Disporre la crema di peperoni al centro del piatto, adagiare al centro il tortino, condire con olio al basilico e decorare con una julienne di melanzana disidratata, pomodorino fritto e foglie di basilico.



Croccante e cremoso di baccalà

Ingredienti per 4 persone

- 600 g di baccalà dissalato per il croccante
- 200 g di baccalà dissalato per il cremoso
- 500 g di latte fresco intero
- 20 g di cous cous
- 20 g di farina di mais
- 40 g di pane raffermo sbriciolato
- 1 uovo
- 1 g di olio all'aglio
- 1 peperone rosso
- 1 peperone giallo
- 5 g di capperi
- 10 g di olive nere
- 50 g di olio extravergine d'oliva
- 2 g di aneto
- q.b. sale e pepe

4



Preparazione. Per il coniglio: dissossare il coniglio eliminando le cosce e le spalle, condire con sale e pepe; fare uno strato di cicoria sbollentata per un minuto, arrotolare il tutto e legare. Mettere il tutto sottovuoto e cuocere in forno a vapore per 12 minuti. Prima di tagliare fare riposare per qualche minuto. Per il ragù: scaldare in padella l'olio, aggiungere l'aglio e il rosmarino, fare imbiondire e aggiungere i funghi, rosolare per qualche minuto e sfumare con vino; condire con sale e pepe, aggiungere il fondo bruno e infine i lampascioni.

Per i piselli: scaldare in padella l'olio, aggiungere la cipolla tritata, fare imbiondire e poi aggiungere i piselli, condire con poco sale e pepe, coprire con brodo vegetale e fare cuocere lentamente. Per le carote: pulirle e cuocerle per 4 minuti in acqua bollente salata; raffreddarle in acqua e ghiaccio, condirle con sale, pepe e olio; coprirle con le erbe e cuocerle in forno per 3 minuti a 160°C.

Finitura. Al centro del piatto disporre 2 fette di coniglio una sull'altra; ai lati adattare i piselli, le carote, i lampascioni, il ragù di funghi. Guarnire con timo fresco e chips di pancetta e aggiungere un filo di olio a crudo.

Il coniglio che rotola, ragù di funghi e lampascioni, piselli stufati con cipolla di Tropea, carote croccanti alle erbe

Ingredienti per 4 persone

Per il coniglio:

- 1 coniglio
- 100 g di cicoria selvatica
- 2 uova
- 1 spicchio d'aglio in camicia
- q.b. erbe fresche
- q.b. sale e pepe

Per il ragù:

- 60 g di funghi misti
- q.b. olio extravergine d'oliva
- q.b. rosmarino
- 1 spicchio d'aglio in camicia
- q.b. vino bianco secco
- 20 g di lampascioni
- q.b. fondo bruno ristretto

Per i piselli:

- 200 g di piselli
- q.b. olio extravergine d'oliva
- 1 cipolla rossa di Tropea
- q.b. sale e pepe
- q.b. brodo vegetale

Per le carote:

- 8 carote medie
- 40 g di erbe fresche
- q.b. sale e olio extravergine d'oliva

Per guarnire:

- timo fresco
- chips di pancetta



Preparazione. Per il croccante: tagliare in 4 pezzi il baccalà, cercando di dargli forma di cubo; condire con sale e pepe e poi passarlo nell'uovo sbattuto e nel mix di farina di mais, pane e cous cous. Friggere a 160°C. Per il cremoso: cuocere il baccalà nel latte fino a stracuocerlo e poi a caldo montare in planetaria aggiungendo sale, pepe, olio all'aglio e l'olio extravergine e far montare fino a ottenere un composto spumoso. Per la salsa: cuocere i peperoni sottovuoto a vapore, frullarli e condire con sale e pepe.

Finitura. Al centro del piatto disporre il croccante e sopra una quenelle di cremoso con un capperone e un ciuffetto di aneto; ai lati versare la salsa di peperoni a gocce e completare con le olive, i capperi e l'aneto, finire con un filo di olio extravergine.

5

Preparazione. *Per la mousse:* sciogliere il cioccolato a bagnomaria. A parte, far bollire l'acqua e il glucosio, aggiungere al cioccolato e mescolare fino ad amalgamare i due composti. Unire i tuorli e infine la panna semimontata. Conservare in frigorifero per 6 ore e servire.

Per la salsa di clementine: riunire gli ingredienti tranne l'amido e fare ridurre lentamente del 30%; poi aggiungere l'amido e fare incorporare al succo, rimettere sul fuoco e portare a 95°C, filtrare e abbattere di temperatura.

Per la cialda al cioccolato: portare a 160° il fondente e il glucosio, togliere dal fuoco e aggiungere il cioccolato a pezzettini e girare energicamente fino a ottenere un composto omogeneo; stendere su silpat e fare raffreddare. Tagliare a pezzi e infornare a 150°C fino ad ammorbidire e poi stendere molto sottile con il matterello e creare forme semicircolari.

Finitura. In un piatto rotondo disporre al centro 3 quenelle di mousse; sopra e ai lati versare la salsa di clementine, guarnire con la granella di pistacchi e aggiungere il croccante di cioccolato.

Mousse al cioccolato bianco, granella di pistacchi e salsa di clementine

Ingredienti per 4 persone

Per la mousse:

- 250 g di cioccolato bianco al 34%
- 40 g di acqua
- 25 g di glucosio
- 40 g di tuorlo
- 500 g di panna fresca

Per la salsa di clementine:

- 500 ml di succo di clementine della Piana di Sibari
- 15 g di zucchero semolato
- 15 g di glucosio
- 1 g di pectina
- 10 g di amido di mais
- 1 limone (solo succo)
- 1 arancia (solo buccia)
- 1/2 stecca di vaniglia

Per la cialda al cioccolato:

- 70 g di zucchero fondente
- 30 g g di glucosio
- 35 g di cioccolato fondente al 100%

Per guarnire:

- 30 g di pistacchi di Bronte in granella



6

 Stecco®
FLEX



Il Finger food che ti lascia di stecco.

Mini Classic: il mini stecco innovativo, interpretato in veste salata. Dalla forma classica si presta, oltrechè per dolci e gelati, per catering con squisiti finger food caldi e freddi. In silicone alimentare 100%, lo stampo è venduto in abbinata con bastoncini e vassoio 17 x 40 cm trasparente in policarbonato funzionale per le fasi di preparazione e per l'esposizione. Volume forma 35 ml.



PATENTED

MADE IN ITALY

GEL01M

↓ Acquista Online in area professional
www.silikomart.com

silikomart®
professional

Via Tagliamento, 78 - 30030 Mellaredo di Pianiga (VE) - Italy
Tel. +39 041 5190550 Fax +39 041 5190290

Nuova ricetta per LA BAGUETTE

Sono pochissimi i ristoranti che mettono in tavola il pane fatto in casa.

Eppure, il cestino del pane è qualcosa su cui varrebbe la pena puntare, perché ben im-

pressiona i clienti, creando un'immagine di qualità. Attraverso questa rubrica, non intendo certo salire in cattedra per



Con l'aggiunta di cacao e uvetta, questo classico formato di pane francese invita gli chef a scoprire nuovi abbinamenti in tavola, dolci e salati



insegnare a voi cuochi come si fa il pane o l'importanza di usare il lievito madre, perché questo già lo sapete. Piuttosto, ho il piacere di condividere con voi, attraverso alcune ricette, la passione per l'antica tradizione del pane, preparato

con i metodi e gli ingredienti di una volta e "condito" con sensibilità e creatività moderne.

Baguette al cacao e uvetta

Ingredienti

- 600 g di farina tipo 1 ("Petra 1" Molino Quaglia)
- 20 g di cacao amaro in polvere
- 100 g di uva passa
- 150 g di lievito madre (o 12 g di lievito di birra)
- 350 g di acqua
- 30 g di burro
- 10 g di sale
- q. b. olio extravergine di oliva

Preparazione. Setacciare la farina con il cacao, formare la fontana e versare al centro il lievito sciolto nell'acqua a una temperatura di 22-23°C. Amalgamare gli ingredienti e successivamente aggiungere il sale, il burro morbido e l'uva passa. Lavorare l'impasto fino a ottenere una consistenza piuttosto morbida e omogenea. Lasciare riposare l'impasto per 15 minuti circa in una ciotola unta di olio e coperta con un foglio di pellicola per

Da abbinare con...

Grazie alla presenza del cacao amaro, questo pane può essere ben abbinato sia con confetture o creme al gianduia sia con preparazioni salate a base di carne.

alimenti. Rovesciare l'impasto sopra il piano di lavoro infarinato, formare le baguette delle pezzature desiderate; praticare dei tagli obliqui sulla superficie e fare lievitare i pani fino al raddoppio del volume. Cuocere le baguette nel forno già caldo a 200°C: 20 minuti saranno sufficienti per piccole pezzature, mentre occorrerà proseguire la cottura per altri 25 minuti per baguette di dimensioni maggiori.





L'ARTE DEL PANE

di **Sara Papa**
socia FIC



Per saperne di più:

La copertina del libro si Sara Papa, "Tutta la bontà del pane" (Ed. Gribaudo 2010), da cui sono tratte la foto (di V. Lonati) e la ricetta pubblicate in queste pagine.





Con ricette e curiosità cultural-gastronomiche, è iniziata la collaborazione tra la Fic e la trasmissione "Geo&Geo", in onda su Rai3 ogni lunedì

Il ragù

DI EDUARDO DE FILIPPO

La Federazione Italiana Cuochi è una presenza fissa sui canali tv della Rai. Ad Alessandro Circiello, che da tempo è la punta di diamante dell'Ente nella televisione di Stato, da settembre scorso si sono affiancati altri nostri valenti professionisti.

In particolare a Geo&Geo su Rai Tre, la Federazione Italiana Cuochi ha schierato Pietro Roberto Montone, Giacomo Giancaspro, Michele D'Agostino e Luigi

Vitiello. Un quartetto di valenti e preparati professionisti che, fino a maggio, lavoreranno gomito a gomito con la redazione della nota trasmissione condotta da Sveva Sagamola. Ad aprire il ciclo di ricette "culturali" è stato Pietro Roberto Montone che ha presentato, con largo successo di ascolti, la ricetta originale del ragù di Eduardo De Filippo.

Una ricetta particolare che è stata preceduta dalla messa in onda della poesia

"O Raù" di Eduardo, recitata dal figlio Luca De Filippo.

A partire da questo numero, la rivista *Il Cuoco* ospita ricette e curiosità che i nostri quattro chef presentano ogni lunedì, verso le 17.30, nella seguitissima trasmissione di Rai Tre.

LA LEGGENDA DEL RAGÙ NAPOLETANO

A Napoli alla fine del 1300 esisteva la Compagnia dei Bianchi di giustizia che percorreva la città a piedi invocando "misericordia e pace". La compagnia giunse presso il "Palazzo dell'Imperatore" (tuttora esistente in via Tribunali), che fu dimora di Carlo, imperatore di Costantinopoli e di Maria di Valois figlia di re Carlo d'Angiò. All'epoca il palazzo era abitato da un signore che era nemico di tutti, tanto scortese quanto crudele e che tutti cercavano di evitare. La predicazione della compagnia convinse la popolazione a fare pace con i propri nemici, ma solo il nobile che risiedeva nel "Palazzo del-



l'Imperatore" decise di non accettare l'invito dei Bianchi nutrendo da sempre antichi e tenaci rancori. Non cedette neanche quando il figliolo di tre mesi, in braccio alla balia sfilò le manine dalle fasce ed incrociandole gridò tre volte: "Misericordia e pace". Il nobile era accecato dall'ira, serbava rancore e vendetta, ed un giorno la sua donna, per intenerirlo gli preparò un piatto di maccheroni. La provvidenza riempì il piatto di una salsa piena di sangue. Finalmente commosso dal prodigio, l'ostinato signore, fece pace con i suoi nemici e vestì il bianco saio

della Compagnia. Sua moglie in seguito all'inaspettata decisione, preparò di nuovo i maccheroni, che anche quella volta, come per magia, divennero rossi. Ma quel misterioso intingolo aveva uno strano e invitante profumo e il signore nell'assaggiarla trovò che era veramente buona e saporita. La chiamò così "raù", lo stesso nome del suo bambino.

COSA AVVIENE IN PENTOLA

Per la carne. Con la cottura avvengono delle modificazioni di tipo sen-

'O 'rraù, la poesia di Eduardo
Eduardo De Filippo rende omaggio,
con una sua poesia al ragù napoletano
nella sua commedia "Sabato, domenica
e lunedì".

'O 'rraù
'O rraù ca me piace a me
m' 'o ffaceva sulo mammà.
A che m'aggio spusato a te,
ne parlammo pè ne parlà.
io nun songo difficultoso;
ma luvàmmel' 'a mezo st'uso

Sì, va buono: cumme vuò tu.
Mò ce avéssem' appiccecà?
Tu che dice? Chest' 'è rraù?
E io m' 'o mmagno pè m' 'o mangià...
M' 'a faja dicere na parola?...
Chesta è carne c' 'a pummarola

La ricetta del ragù di Eduardo De Filippo

Ingredienti

1,5 kg di lacerto di vitello; 1 kg di spuntature di maiale; 400 gr di concentrato di pomodoro; 200 gr di cipolla tritata; 300 gr di vino bianco secco; 200 gr di olio extravergine di oliva; 2 lt di passata di pomodoro; molto basilico; 1 carota; l'interno di una costa di sedano; sale necessario.

Preparazione. Mettere la carne - legata non troppo stretta - e le spuntature in una casseruola con l'olio, la cipolla e il sedano tritati. Coprire e fare rosolare a fuoco basso. Ogni tanto girare le carni. Dopo circa un'ora, togliere il coperchio e alzare la fiamma. Aggiungere il vino poco alla volta facendolo evaporare. Unire qualche cucchiaino di concentrato (diluìto con un poco d'acqua) e continuare a girare. Procedere in questo modo fino all'ultima goccia di concentrato. Rimestare per un'altra ora. A questo punto versare, in due o tre volte, la passata di pomodoro, una grossa carota a pezzi (servirà a togliere acidità al pomodoro) e un pugno di basilico. Portare a bollore, quindi abbassare il fuoco al minimo. Sistemare un cucchiaino di legno sull'orlo della casseruola e appoggiarvi il coperchio in modo che il vapore possa uscire. Qui inizia il periodo del "peppiamento" e cioè la sobbollitura lentissima, per evitare che il ragù attacchi al fondo. Dopo un'ora togliere le spuntature e dopo un'altra ora fare lo stesso con il lacerto. Togliere anche la carota e aggiustare il sapore con il sale necessario. Coprire il tegame come prima e fare cuocere ancora per un'ora, un'ora e mezza, poi andare a dormire. Già, perché è meglio cucinare il ragù il giorno prima, altrimenti occorre svegliarsi all'alba e arrivare così a tavola sfiniti e rancorosi.

Ricetta originale tratta dal libro: "Si Cucine Cumme Vogli'ì" - La cucina povera di Eduardo De Filippo raccontata dalla moglie Isabella, di Isabella Quarantotti De Filippo, Giudo Tommasi Editore.

Il rito del ragù domenicale

"Da quanti secoli, ogni domenica, come la messa sugli altari, ricorre il ragù sulle mense napoletane? Fin dalle primissime ore del mattino un tenero vapore si congela dai tegami di terracotta in cui diventa bionda la cipolla ed esala le sue nobili essenze il rametto di basilico appena colto sul davanzale. Il cielo di Napoli presiede alle sorti del ragù, perché il ragù non si cuoce ma si consegue, non è una salsa ma la storia e il romanzo e il poema di una salsa... In nessuna fase della cottura deve essere abbandonato a se stesso; come una musica interrotta e ripresa non è più una musica, così un ragù negletto cessa di essere un ragù e anzi perde ogni possibilità di diventarlo."

Dal libro "L'oro di Napoli" di Giuseppe Marotta.



noacidi essenziali che possono distruggersi e la perdita di alcune vitamine tremolabili (gruppo B e vitamina C).

soriale e nutrizionale. È importante realizzare bene la cottura perché si potrebbero avere degli effetti negativi a carico di alcuni ammi-

Nella cottura avviene la denaturazione delle proteine con conseguente perdita di liquido. Il grasso fuoriesce e va arricchire di sapore la carne ed inoltre a completare il lato tenero provvede il collagene che si solubilizza (a temperature di 60-65°C). Inoltre, si verifica la fuoriuscita di minerali, vitamine e peptidi solubili (corte catene proteiche). Ad intenerire di più la carne influisce anche il sale aggiunto, che ha un'azione idratante sulle fibre. La perdita dei valori nutrizionali della carne è attenuata dal fatto di ritrovarli nel sugo stesso.

Per gli ortaggi. Le verdure con questa lunga cottura perdono la loro struttura rigida perché avviene la frammentazione della cellulosa in fibre più corte. Sobbollire, non bollire la salsa, perché evita di andare incontro a reazioni che potrebbero alterare il sapore del ragù. Il rosmarino rilascia oli essenziali che influiscono sulle papille gustative e quindi sul sapore finale del ragù.

Curiosità: rame e alluminio possono aumentare la velocità di ossidazione degli ortaggi con conseguente decomposizione dell'acido folico e della vitamina E.

La ricetta del ragù napoletano moderno

Ingredienti

1,5 kg di passata di pomodoro; 1 kg di braciola; 200 gr di cipolla; 100 gr di concentrato di pomodoro; 4 dl di olio extravergine d'oliva; 1 bicchiere di vino rosso; sale necessario. *Per la braciola:* 5 fette di carne di maiale da 200 gr cadauna; 80 gr di pecorino; 80 gr di uva passa e pinoli; 80 gr di lardo a cubetti (in mancanza salame napoletano); 1 spicchio d'aglio, prezzemolo, sale e pepe necessari.

Procedimento per la braciola: stendere le fette di carne e su ognuna posizionare, in parti uguali, pecorino a cubetti, lardo tritato insieme all'aglio, l'uvetta e i pinoli, un pizzico di sale, uno di pepe e un ciuffetto di prezzemolo. Arrotolare le fette avendo cura di chiudere anche le punte e legare con spago da cucina o fermare con stuzzicadenti o, come un uso una volta alle famiglie napoletane, con cotone bianco da cucito.

Procedimento per il ragù: in una casseruola alta mettere con l'olio le cipolle tagliate sottilmente, aggiungere la braciola e fare rosolare lentamente. Sfumare con il vino e lasciare continuare a brasare. Aggiungere il concentrato di pomodoro e dopo 10 minuti la passata. Lasciare cuocere per 2 ore a fuoco medio. Indi, togliere la braciola e lasciare restringere il ragù a fuoco lentissimo in modo che bolla lentamente (pipiare, in napoletano) per un'ora e mezza. Infine, aggiustare il sapore con il sale necessario.

 **italo ottinetti**
alluminio dal 1920



ALLUMINIO
in Cucina
CENTROAL

Compagni di lavoro indispensabili e indiscussi di chi lega l'estro alla conoscenza per fare della buona cucina un'arte, dote fondamentale per il buon nome di qualsiasi ristorante.

Strumenti Professionali in Alluminio



Metallurgica ITALO OTTINETTI s.r.l. • Via Partigiani, 33 - 28831 BAVENO (VB) ITALIA • Tel. +39 0323.924550 (R.A.) - Fax +39 0323.922442

www.ottinetti.it - e-mail: ottinetti@ottinetti.it

In questa pagina: gli chef Giovanni Lorusso, Francesca Narcisi e Angelo Di Lena con il team coach Ljubica Komlenic (terza da sinistra). Nella pagina a fianco: il dessert proposto alla giuria da Angelo Di Lena e Giovanni Lorusso, "Mousse al cioccolato e caramello, tortino di mele e cocco, semifreddo alla fragola e coulis di mango".

Global Chef: l'Italia verso LA FINALE IN COREA

La Federazione Italiana Cuochi ha vinto le selezioni ufficiali WACS per il "Global Chef" inviando tre suoi chef di punta, membri della Nazionale Italiana Cuochi: Angelo Giovanni Di Lena (Forlì Cesena) con il suo assistente Giovanni Lorusso (Bari) e Francesca Narcisi (Cosenza). La selezione Eu-

Tre cuochi della Fic hanno superato in gennaio le selezioni dell'Europa del sud del prestigioso concorso mondiale organizzato dalla Wacs

ropa del Sud, una delle sette aree continentali, si è svolta a Ljubljana (SLO) dal 26 al 29 gennaio 2012.

La spedizione degli chef Italiani era guidata dal general manager Fabio Tacchella che ha così manifestato la sua

emozione: "è stata un'eccellente dimostrazione di competenza e bravura, i nostri chef in questa occasione hanno dato anche una lezione di alta cucina ai colleghi dell'Europa del Sud. Ora ci aspetta un grande confronto in maggio, la finale in Corea del Sud".

La squadra italiana, divisa in Senior e Junior, ha dovuto proporre due menu di tre portate; uno starter a base di pesce persico, un main course a base di carne di bovino adulto giapponese, il dessert a base di vaniglia e fragole.

Le squadre che si sono contese il titolo in prima istanza erano: Bosnia, Erzegovina, Bulgaria, Croazia, Cipro, Francia, Grecia, Israele, Italia, Macedonia, Malta, Moldavia, Montenegro, Portogallo, Serbia, Slovenia, Spagna, Turchia. Poi a Ljubljana le squadre selezionate per la gara continentale finale sono risultate: Malta, Portogallo, Slovenia, Montenegro, Cipro, Croazia, Bulgaria, e l'Italia, tutte agguerrite per aggiudi-

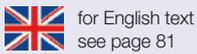


GLI SPONSOR DELLA NAZIONALE ITALIANA CUOCHI





La Nazionale Italiana Cuochi (NIC) è nata nel 2000 come emanazione della Federazione Italiana Cuochi, che riunisce 20 mila cuochi italiani. È strutturata in due distinte squadre: la Nazionale Senior e la Nazionale Junior, composta da giovani chef che potranno in seguito ambire a far parte del team Nic. Entrambe le squadre, nelle rispettive categorie, partecipano alle più importanti competizioni internazionali e manifestazioni culinarie riservate agli chef. Team manager e referente unico di tutta l'attività della Nic è lo chef Fabio Tacchella. In tre anni di attività il palmarès si è arricchito di premi, medaglie e riconoscimenti in occasione delle più importanti manifestazioni culinarie degli ultimi anni. Grazie a questi la Nic sta contribuendo in modo determinante alla diffusione della cultura gastronomica italiana e del Made in Italy.



for English text
see page 81

carsi la finale.

Il nostro Team Coach Ljubica Komlenic (naturalizzata veneziana), emozionatissima, ha seguito tutte e due le gare come regista, ha sostenuto con grande tifo e grande sostegno morale tutti e tre gli chef italiani: "Abbiamo lavorato molto durante le prove in Italia, rubando tempo al sonno, ma volevamo dimostrare in questa selezione continentale il meglio di noi, Angelo e Giovanni per la gara senior, così come Francesca per la gara junior, sono stati precisi, puntuali, impeccabili".

I DETTAGLI DELLA COMPETIZIONE

I tre chef NIC hanno avuto come vincolo l'impiego di alimenti facenti parte di un panierino messo a disposizione dall'organizzazione Wacs.

Si trattava del Kobe Beef da impiegare nello starter, del pe-



NAZIONALE ITALIANA CUOCHI

di **Marco Valletta**
segretario N.I.C.

sce Halibut utile per il main course e la fragola ingrediente principale del dessert. Tutti e tre gli alimenti dovevano essere interpretati sia dal Senior Team Angelo Giovanni Di Lena e Giovanni Lorusso, sia dal Junior chef Francesca Narcisi.

Francesca Narcisi ha così presentato lo starter *Tartara di kobe beef e cilindro di kobe cotto a bassa temperatura con scaloppa di foie gras, verza padellata con pinoli sabbati e uvetta sultanina*. Un piatto che è stato molto apprezzato per la qualità del gusto e la perfetta cottura della carne. Poi, il *Trancio di Halibut con farcia di zucca e gamberi rossi Sicilia, bisque di gamberi e orzo mantecato agli ortaggi e royal di piselli su cialda croccante alla ricotta, carciofi in vaso cottura e cipolla rossa in agrodolce*. In questa preparazione Francesca ha dato

Dimostrazione GRATUITA
presso
le vs. aziende
Tecnici e specialisti al 0438 / 403962

SYS
Sistemi di Filtrazione

VITO
Olio Pulito

VITO sistema di filtraggio olio
la salute in tavola, il risparmio in cucina

- Prolunga notevolmente la vita media dell'olio di frittura
- Migliora il gusto e la qualità dei vostri cibi fritti
- Olio pulito dai residui in pochi minuti
- Si ammortizza da solo in pochi mesi

Riduce il consumo d'olio fino al 50%



In questa pagina: la premiazione di Giovanni Lorusso e Francesca Narcisi. Sotto, gli chef vincitori con il general manager Fabio Tacchella (terzo da sinistra) e la team coach Ljubica Komlenic (seconda da destra).

In basso: i piatti proposti da Francesca Narcisi, da sinistra, lo starter Tartara e cilindro Kobe Beef cotto a bassa temperatura e scaloppa di foie gras; il Trancio di Halibut con zucca e gamberi; la Torta al cioccolato e semifreddo con lime e fragole.



precisione e sistema hanno dato un'immagine di alta professionalità degli chef della Federazione Italiana Cuochi. Poi il main course, *Filetto di halibut in crosta mediterranea, pavé di zucca, bauletto di patate, giardinetto di ortaggi e spugnole ripiene con salsa ai pomodori passiti*. Il piatto di pesce è stata una dimostrazione del lavoro di squadra, perché i due chef Di Lena e Lorusso hanno saputo far trasparire come uno sguardo potesse bastare per una facile intesa su tutto, cotture, tagli, organizzazione.

Infine, il dessert *Mousse al cioccolato e caramello, tortino di mele e cocco, semifreddo alla fragola, coulis di mango con fragole fresche*, assaggiato e gustato dalla giuria come un vero e proprio capolavoro gastronomico. L'occhio attento del Team Coach anche qui c'è stato, seguiva tutti i passaggi per orientare nel tempo e nello spazio i colleghi concorrenti, Ljubica è stata impareggiabile, è riuscita a tenere sotto controllo la tensione, dosare le ansie, razionalizzare i momenti di crisi, ma soprattutto ha fatto capire a tutti i presenti che la Nic è prima una squadra di persone, poi un'équipe di professionisti, ma con un forte radicamento di amicizia.

il meglio di sé. E per concludere, il dessert: *Chocolate cake and semifreddo dessert with lime crumbly sablé with strawberry, Lady finger biscuit with strawberry jelly and yoghurt mousse cover strawberry vanilla sauce*, da tutti apprezzato perché è stata una elaborazione molto articolata e complessa, una ricetta da "senior chef pastry".

Lo chef senior Angelo Giovanni Di Lena, coadiuvato per tutta la gara dal junior Giovanni Lorusso, ha dimostrato l'alto livello di preparazione con: *Variazione di Kobe con cardi e tartufo nero di Norcia*, uno starter di valore tecnologico, dove

Abbiamo vinto, ora andremo in Corea. Grazie N.I.C. perché fai di tutto per dimostrare che le Berrette Bianche della F.I.C. sono sempre sulla cresta dell'onda, con la speranza che sia d'auspicio anche per la Corea, per il Galles e per le Olimpiadi. Un grazie va rivolto a tutte le aziende che sostengono la Nazionale Italiana Cuochi e senza le quali molte cose non sarebbero possibili.





*Il top dei condimenti
racchiuso in pratiche
bustine monodose!*

*sapore pieno
con tuorlo
d'uovo pastorizzato
consistenza stabile*



*sapore gustoso e
fruttato di pomodoro
consistenza liscia e cremosa*

*sapore gustoso e piccante
ideale come condimento*

i **SENNA SRL**
via Macanno 32 - 47923 Rimini
TELEFONO: **0541.394966**
INTERNET: www.senna.at
MAIL: rimini@senna.at

*Questa è la passione
gastronomica e pasticceria!*

Gusto e vanto italiano

LA PASTA

A me che sono nato e vissuto, fino all'inizio della mia carriera di cuoco, in un paese del Meridione di 20mila anime, il sapore e il profumo della pasta riportano indietro nel tempo, all'infanzia e ai miei primi approcci con la cucina, quella della mamma. Ero contento di aiutarla quando preparava per la famiglia e questo solitamente avveniva la domenica quando non frequentavo la scuola e durante le vacanze estive.

Ricordo come fosse ieri quando mi dava un bel po' di pasta lunga, tipo le "candele o ziti lunghi", per spezzarla cercando di farla uguale; era durissima e spesso per fare presto ne raccoglievo tre o quattro pezzi e facevo fatica a romperla con il rischio di tagliarmi. Tutti i pezzettini che rimanevano dopo aver finito l'operazione di spezzatura venivano messi da parte mischiati ad altri pezzi di risulta di altri tipi di pasta per essere aggiunti al minestrone o ai legumi. All'epoca, nei negozietti di paese definiti con insegne in legno "Alimentari", la pasta era venduta sfusa; non esistevano le confezioni industriali ma grandi cassettoni dove veniva riposta per essere poi presa all'occorrenza, pesata e consegnata nella classica carta paglia.

Ricordi personali a parte, la pasta è entrata anche nell'immaginario collettivo come sinonimo di tradizione e di semplicità. Tanto che gli italiani nel mondo sono stati riconosciuti come

** spaghetti, maccheroni & co. sono alimenti ottenuti dalla lavorazione di semola di grano duro e acqua. Non contengono sale ed è vietata l'aggiunta di conservanti e coloranti **

"mangia maccheroni" e gli ambienti e le atmosfere che girano intorno ad un piatto di pasta sono entrati prima nella letteratura e poi nel cinema, offrendo lo spunto per molti capolavori.

Già nel XIV secolo nel *Decamerone* di Giovanni Boccaccio si fa leva sull'immaginario goloso parlando di pasta, cibo già diffuso e comune nel Medioevo e che qui diventa simbolo di abbondanza alimentare.

I CONDIMENTI GIUSTI

Con la diffusione crescente della pasta, ogni regione, ogni città ed ogni famiglia dà, di volta in volta, la propria interpretazione personale del piatto di pastasciutta, al di là di qualsiasi ricetta codificata. Avremo così il piatto unico, in cui gli spaghetti sono arricchiti con condimenti sostanziosi a base di carne, pesce o verdure; mentre sughi più semplici e leggeri sono l'ideale quando essa costituisce il primo piatto. Trattandosi in ogni caso di un veicolo neutro, qualsiasi ingrediente può esservi accostato ed esserne esaltato, purché... il buon senso sappia dominare la fantasia e si rispettino comunque alcune regole fondamentali.

I formati di pasta lunghi tondi e sottili richiedono sughi decisi, dal sapore pronunciato e ben definito, a base di olio: mentre la delicatezza di condimenti a base di panna, besciamella, o comunque di salsa ben legate, meglio si addice a



L'Ateneo della Cucina Italiana è la scuola di aggiornamento professionale della Fic. Nasce come espressione culturale e gastronomica volta a favorire lo sviluppo di professionisti in linea con le attuali esigenze del mondo della ristorazione, in grado di sviluppare analisi equilibrate, di progettare, di ascoltare e di diffondere la cultura millenaria della cucina italiana. L'Ateneo della Cucina Italiana ha diverse sedi per i corsi in Italia (vedi sul sito www.fic.it) e organizza lezioni e corsi di aggiornamento anche all'estero, per le delegazioni Fic e per le organizzazioni culturali che ne fanno richiesta.



for English text
see page 81



ATENEIO DELLA CUCINA ITALIANA

di **Michele D'Agostino**
coordinatore Ateneo
della Cucina Italiana F.I.C.



Paccheri con pescatrice e pomodorini all'origano

Ingredienti per 4 persone

300 g di Paccheri di Gragnano, 200 g di polpa di rana pescatrice, 200 g di pomodorini ciliegia, 100 g di olio extravergine d'oliva, 150 g di vellutata di pesce (fumetto di pesce legato con roux di farina e olio di oliva), 2 spicchi d'aglio tritati, 8 foglie di basilico fritte, 1 mazzetto di prezzemolo tritato, origano, sale e pepe.

Preparazione. Preparare un battuto di aglio e prezzemolo in una padella con poco olio d'oliva, lasciare leggermente dorare, aggiungere la polpa di rana pescatrice tagliata a cubetti, lasciare insaporire sfumare con mezzo bicchiere di Brandy, aggiungere i pomodorini precedentemente tagliati in 4 e lasciati appassire al forno conditi con olio, sale, pepe e origano. Finire di comporre il composto con la vellutata di pesce, lasciare insaporire il tutto a cottura lenta e aggiustare di sale e pepe. Portare a cottura i paccheri in abbondante acqua salata, aggiungerli alla salsa di pescatrice, saltare il tutto con un filo di olio e prezzemolo tritato. In un piatto appropriato, disporre i paccheri conditi, decorare con pomodorini fritti, foglie di basilico fritte e una spolverizzata di prezzemolo tritato.

formati di pasta corta o alla pasta all'uovo.

Pensiamo a un piatto di spaghetti: un sugo troppo denso e cremoso priverebbe lo spaghetti della sua naturale scivolosità, favorendo l'incollamento l'uno con l'altro e quindi la creazione di una massa troppo compatta. È poi la tradizione stessa che ha accoppiato ad ogni formato di pasta il suo condimento ideale; a chi verrebbe mai in mente di condire delle orecchiette con la panna o delle tagliatelle aglio e olio? Nessuna legge lo vieta, ma l'esperienza insegna.

Infine, il dilemma del formaggio: va unito alla pasta prima o dopo il condimento? Sebbene ciò possa stupire molti benpensanti, sono ammesse entrambe le soluzioni. Ossia, una spolverizzata di formaggio grattugiato può essere aggiunta appena scolata la pasta, oppure dopo che questa è stata condita.

SPAGHETTI E NOUVELLE CUISINE

Sebbene l'accostamento pastasciutta-*nouvelle cuisine* possa apparire un tantino azzardato, in quanto si tratta di confrontare due "fedi" gastronomiche talmente lontane sia come origini sia come contenuti, da sembrare inconciliabili tra loro, ciò non di meno è possibile vedere l'una attraverso l'ottica dell'altra.

La base della *nouvelle cuisine*, riassumendo il concetto, è una cucina che si rinnova ogni giorno, partendo sempre da elementi freschissimi e della migliore qualità. Le lunghe cotture e le preparazioni ridondanti di grassi e strabocchevoli di intingoli sono sostituite con cotture preferibilmente a vapore o quando ciò non è possibile con brevi scottate; le salse sono preparate quasi sempre a freddo e grandi quantità di fresche

verdure appena lessate hanno la duplice funzione di completare il cibo e di guarnire il piatto.

Un'interpretazione della pasta secondo i dettami della *nouvelle cuisine* può allora significare, per esempio, che i nostri famosi e stupendi spaghetti al pomodoro possono essere conditi anziché con una salsa ristretta per mezz'ora e più sul fuoco e quindi densa di grassi e scura di colore (perché il pomodoro si è ormai concentrato), con del pomodoro crudo, lasciato in infusione per un certo tempo in ottimo olio d'oliva. La pa-



stasciutta apparirà meno colorata, ma non per questo meno saporita e il risultato sarà un piatto semplice quanto eccellente. Come spesso accade, la soluzione giusta sta nella via di mezzo e nell'applicazione delle regole - *cum grano salis* - cioè con la mediazione del buon senso.

Così, in questo contesto, la *nouvelle cuisine* può essere tranquillamente accostata alla pasta, se essa viene interpretata, nei suoi contenuti essenziali, come tendenza verso una cucina più leggera. Con tempi di cottura molto brevi, presenza minima di grassi, ingredienti sempre freschissimi, grande uso di verdure ed erbe di stagione. Ciò significa oltretutto tenere presenti le esigenze attuali dell'organismo umano, indubbiamente ridotte rispetto a quelle di cent'anni fa, e la stessa evoluzione del gusto che richiede continui aggiornamenti, perché anche condire un piatto di pastasciutta può essere un fatto di moda.

DAL CHICCO AL MACCHERONE

In Italia la pasta secca è tradizionalmente - ed ora anche per legge - confezionata con il prodotto della macinazione del grano duro (*Triticum durum*), la semola. Mentre l'altra importante specie di frumento, cioè il grano tenero (*Triticum vulgare*) viene usato per la farina, quindi per la confezione casalinga della pasta all'uovo, del pane e dei dolci.

Morfologicamente i due tipi di grano non presentano differenze clamorose: il chicco di grano duro è leggermente più oblungo e d'aspetto quasi traslucido, mentre il chicco di grano tenero è opaco e tondeggiante. Il primo cresce nei terreni assolati e rudi del Sud Italia, mentre quello tenero preferisce il clima più umido e tranquillo della Pianura Padana. Ecco quindi,



Pennette bronzate al bruno arancio in cialda di grana

Ingredienti per 4 persone

300 g di Pennette Regina di Gragnano, succo e polpa di 6 arance bionde (dalle scorze senza la parte bianca ricavare le zeste e sbianchirle), 100 g di burro chiarificato, 200 g di demi glace, $\frac{1}{2}$ cipolla bianca tritata, 50 g di Grand Marnier, 300 g di panna fresca, $\frac{1}{2}$ lt di brodo vegetale, 50 g di Grana Padano raspato, 150 g di burro, sale e pepe di mulinello q.b. *Per la cialda:* 150 g di Grana Padano grattugiato, 70 g di olio extravergine d'oliva, 50 g di farina, 1 albume.

Preparazione. *Per la cialda di Grana:* montare nel battitore tutti gli ingredienti, stendere il composto ottenuto sopra un tappetino silpat in cerchi di 10 cm. Cuocere nel forno caldo a 240°C finché il composto formerà una crosta; sfornare e mettere in forma i dischi sopra delle cocotte capovolte e fate raffreddare.

Per le pennette: sciogliere 100 g di burro in una padella antiaderente, aggiungere le pennette, lasciarle dorare e sgocciolarle adagiandole su carta assorbente. In un tegame, dorare la cipolla con il burro, aggiungere la pasta bronzata, lasciare insaporire e bagnare con il Grand Marnier, lasciare evaporare, inserire la polpa e il succo delle arance, cuocere su fuoco basso, aggiungere brodo vegetale, la demi glace e la panna e proseguire la cottura. Infine, togliere dal fuoco, aggiustare di sale e pepe e mantecare con il formaggio. Disporre al centro del piatto la crosta di formaggio, versarvi dentro la pasta mantecata. Lasciare cadere su un lato e decorare con le zeste di arancia sbianchite.

per inciso, l'origine della differenza dei consumi tra pasta secca al Sud e pasta all'uovo al Nord.

Il grano duro viene selezionato per la macinazione in base alle sue caratteristiche igieniche, chimiche e fisiche. Quindi, viene portato al mulino per essere dapprima setacciato, ripulito dalle impurità del raccolto, poi macinato per ottenere semole delle migliori qualità.

La semola di grano duro viene impastata con acqua purissima. In questo modo l'amido e le proteine si legano all'acqua e inizia a formarsi il glutine, una rete proteica che lega i granuli d'amido idratati. L'impasto assume così il suo aspetto caratteristico. Con la successiva fase della gramolatura, l'impasto ben lavorato diventa omogeneo ed elastico.

Una volta ottenuto l'impasto, questo viene trafilato in stampi che conferiscono alla pasta gli innumerevoli formati prodotti dalla fantasia dei maestri pastai. Il processo non è ancora terminato, perché l'impasto contiene ancora troppa acqua: circa il 30% del suo peso. In queste condizioni il prodotto non potrebbe essere conservato. La pasta viene quindi immessa negli essiccatoi.

Si ringrazia il sito www.pasta.it per molte delle informazioni qui pubblicate.

APPROVATA DA



RUMMO

Lenta Lavorazione®

PASTAI A BENEVENTO DAL 1846

La Pasta Rummo Lenta Lavorazione

Il pastificio Rummo di Benevento produce pasta dal 1846, con una selezione dei migliori grani duri, scelti ogni anno secondo la qualità del raccolto di stagione. Le semole con il loro alto contenuto di proteine (14,5%) vengono impastate solo con le limpide acque della Valle del Sannio secondo il Metodo a Lenta Lavorazione®. Un procedimento esclusivo e brevettato che grazie ai lunghi tempi di impasto permette di conservare le caratteristiche del grano e di realizzare una pasta "sempre al dente", che non rilascia amido nell'acqua in cui bolle ed è perfetta per il salto in padella.

La pasta Rummo per le sue caratteristiche di tenacità e resistenza alla masticazione è ideale sia per la cottura espressa che per la doppia cottura ed è per questo che è l'unica approvata dalla Federazione Italiana Cuochi.



A Sapore 2012 il Concorso Rummo per le Lady Chef in collaborazione con FIC

Sono aperte le iscrizioni per le donne chef della Federazione Italiana Cuochi che gareggeranno domenica 26 febbraio per contendersi la vittoria del primo concorso di cucina calda ideato da Rummo. "Una grande pasta per una grande donna" è un concorso ispirato e dedicato alle donne che proporranno un "Primo Piatto" da dedicare alle eroine di oggi e di ieri che con il loro impegno civile, sociale, culturale, siano state esempio per la società italiana e internazionale. Utilizzando esclusivamente uno dei tanti formati Rummo Lenta Lavorazione®.

Per le ricette del concorso, informazioni e tutte le curiosità visita il sito www.pastarummo.it



Sei generazioni di maestri pastai alla continua ricerca dell'eccellenza hanno reso possibile il raggiungimento di questi elevati standard qualitativi tali da consentire di fare della Rummo l'unica pasta certificata da Bureau Veritas per la tenuta in cottura e la qualità delle semole utilizzate.

Con 84 formati e 8 linee di prodotto che comprendono formati Classici come gli intramontabili Spaghetti Grossi n°5 e formati della tradizione come le Leggendarie Candeletti Lunghe, Rummo offre un'ampia scelta per rispondere alle esigenze di tutti gli operatori del settore, dalla ristorazione collettiva ai ristoranti più esclusivi. Ma Rummo non è solo pasta di altissima qualità, è anche rispetto per l'ambiente ed eco-sostenibilità, grazie all'installazione di un trigeneratore di ultima generazione ha ridotto del 30% le emissioni di CO2 guadagnandosi così, unica pasta in Italia, il riconoscimento di Legambiente per "l'Innovazione Amica dell'Ambiente 2010".



pastarummo.it

Fiskars Italy presente a Sapore 2012

Dal 25 al 28 febbraio, Fiskars Italy sarà presente alla fiera della ristorazione di Rimini con i marchi Montana e Kaimano

Montana e Kaimano saranno presenti a Sapore Rimini 2012, manifestazione dedicata al mondo food, beverage e alle nuove tendenze fuori casa, come partner della Federazione Italiana Cuochi, che promuove nel mondo la ristorazione italiana di qualità, eccellenza trainante per l'industria turistica del nostro paese.

Montana e Kaimano saranno presenti presso il padiglione C7, stand 151-190, con un'eccellente fornitura di coltelli dedicati alla preparazione. Un valore aggiunto per gli chef e soprattutto un grande aiuto in cucina.

Per tutte le 4 giornate della manifestazione, lo stand sarà animato da cuochi e chef che esalteranno i gusti e le tendenze culinarie del 2012, valorizzando allo stesso tempo i nuovi prodotti e le nuove tecnologie.

Da sempre i due brand di Fiskars Italy collaborano con varie associazioni di cucina, come nel caso di Montana, che con la linea di coltelli Tecna è partner di Alma, autorevole centro di formazione della Cucina Italiana a livello internazionale. Oltre alla fornitura alla

scuola, della collezione completa Tecna, sono stati studiati due rotoli a marchio Alma: il rotolo Chef, composto da 7 coltelli e il rotolo Pasticceria con 8 pezzi.

Per il marchio Montana, produzione totalmente italiana con più di 50 anni di esperienza nella fabbricazione di coltelleria di alta qualità e accessori per la ristorazione, verrà presentata la linea Tecna: destinata ai professionisti del canale ristorazione e caratterizzata dalle leggendarie lame in speciale acciaio svedese Sandvik, lavorate con cura artigianale, inossidabili, robuste, resistenti a calore e corrosione e con la particolarità di manici ergonomici costituiti da un'anima interna in materiale rigido e da un rivestimento esterno in gomma termoplastica antiscivolo.

Il nuovo manico Tecna, riconoscibile anche per il caratteristico colore grigio e giallo, oltre al principio del doppio materiale (interno rigido ed esterno morbido), è particolare per il

design caratterizzato da una sequenza di curve che conferiscono all'impugnatura ergonomia e facilità d'uso. Ma l'innovazione più straordinaria è la superficie a contatto con la mano, ricoperta di microsfere che consentono un eccezionale comfort e un'incredibile proprietà antiscivolo.

Ogni forma di lama è presente nella collezione Tecna, sono oltre 70 le referenze: dallo splelucchino al coltello del salmone, da quelli degli arrosti a quello del pane, da quelli del prosciutto e dei salumi a tutti i formati per disossare... fino al set completo per pasticceria.



Kaimano, indiscusso produttore italiano di coltelleria di alta qualità sia per uso casalingo che professionale, presenterà invece un coltello completamente nuovo, pensato appositamente per il taglio della pizza. La grande popolarità di questo piatto, tipicamente italiano, necessita di un coltello studiato nei minimi particolari per garantire un taglio perfetto, di qualità, in sicurezza e con il minimo sforzo. L'inclinazione del filo è ideata per permettere l'utilizzo di tutta la parte tagliente della lama e non solamente della punta. La punta speciale taglia facilmente ogni tipo di crosta fino al bordo del piatto o della teglia, mentre la lama più larga permette tagli precisi anche per le pizze al taglio. La forma della lama e il design ergonomico del manico consentono di tagliare la pizza mantenendo la mano e il braccio in posizione naturale e confortevole.

Tecna



Fiskars Italy s.r.l.

23862 Civate (Lecco), Italia

Tel. (0341) 215111 - Fax (0341) 551654

www.m-montana.it - e-mail: civ-mailbox@fiskars.com

Perché conviene usare L'ABBATTITORE

All'estero è chiamato *quick chiller*, raffreddatore rapido. Da noi, con un po' meno immediatezza, si chiama abbattitore di temperatura. È una macchina che svolge una

rapida azione refrigerante, capace di surgelare qualsiasi alimento - crudo o cotto, freddo o caldo di cottura - in un decimo del tempo rispetto a un comune congelatore.

Il primo vantaggio è subito evidente: un ciclo di surgelamento rapido fino a -18°C al cuore non danneggia la struttura, il sapore e l'aspetto degli ingredienti e pietanze che, una volta scongelati, ritrovano tutte le loro caratteristiche e qualità iniziali. Ciò in quanto, proprio grazie alla velocità, l'acqua che è contenuta negli alimenti si trasforma in cristalli molto piccoli. Ne consegue che, avvalendosi di questo strumento, il cuoco può anche organizzare meglio il suo lavoro, per esempio separando - di ore, giorni o mesi - i tempi della preparazione e cottura dei cibi da quelli del servizio, senza compromettere salubrità e qualità dei piatti.

L'abbattimento rapido di temperatura è una funzione utile alla maggior parte degli operatori della ristorazione; fanno eccezione solo quelle strutture dove si cucina e si serve tutto espresso e che non hanno quindi la necessità di adottare integralmente il sistema *Cook&Chill* (cuoci e congela).

Ecco come funziona l'abbattitore di temperatura e per-



Raffredda rapidamente e preserva struttura, gusto e colori degli alimenti, crudi o cotti. Migliora l'organizzazione del lavoro e riduce gli scarti in cucina



ché può essere utile inserirlo nella propria cucina.

IL FUNZIONAMENTO

Per abbattimento termico s'intende la sottrazione rapida del calore dai cibi cotti fino a raggiungere la tem-

peratura di $+3^{\circ}\text{C}$ al cuore del prodotto in 90 minuti (*Soft Chilling* o abbattimento in positivo). Il prodotto così trattato va conservato nel frigorifero alla temperatura di $+2/3^{\circ}\text{C}$ fino a quando verrà riportato alla temperatura di consumo (da $+65^{\circ}\text{C}$ in su).

Esiste anche l'abbattimento in negativo (*Hard Chilling*) ed è il processo che porta la temperatura al "cuore" di un prodotto cotto da oltre i $+65^{\circ}\text{C}$ a -18°C entro 240 minuti (ossia 4 ore). Il prodotto così trattato va conservato nel surgelatore alla temperatura di $-18/20^{\circ}\text{C}$.

L'aspetto dell'abbattitore può ricordare quello di un normale frigorifero, ma il funzionamento è assai differente. Nell'abbattitore, la sostanza refrigerante viene introdotta in maniera rapida e continua, inoltre, il calore estratto dall'alimento viene smaltito al di fuori dalla macchina con un particolare sistema. Invece, in un frigorifero normale si hanno cicli lunghi in cui si produce freddo, e cicli in cui avviene lo sbrinamento dove l'apparecchio, semplicemente "mantiene" la temperatura raggiunta; inoltre l'inserimento di sostanze molto calde nel frigorifero, provocando un innalzamento della temperatura,



VANTAGGI DEL "QUICK CHILLER"

ORGANIZZAZIONE. Possibilità di conservare fino a 5-6 giorni un cibo precotto nel refrigeratore; la preparazione avviene in una sola volta mentre il consumo può avvenire in tempi diversi; abbinando l'abbattimento alla cottura sottovuoto si ottengono ottimi riscontri nell'economia di gestione del lavoro.

ECONOMIA. Possibilità di risparmi nei costi operativi grazie a: riduzione dei tempi di preparazione del cibo e quindi del costo della manodopera; minor numero di cicli di cottura (si prepara in una sola volta); minori costi di energia; utilizzo di cibo refrigerato secondo le esigenze del giorno e quindi con riduzione degli sprechi; possibilità di fare fronte a richieste particolari (banchetti, cene sociali...) avendo a disposizione una "riserva" di cibi refrigerati con la conseguente riduzione delle ore lavorative.

QUALITÀ DEL SERVIZIO. Possibilità di ampliare il menu con una serie di cibi refrigerati che difficilmente potrebbero essere preparati al momento; possibilità di preparare in anticipo gli "alimenti base" usando il tempo risparmiato per preparare "piatti speciali" sul momento.

danneggia sia gli alimenti già refrigerati sia l'apparecchio, che non è in grado di ritornare alla temperatura di lavoro abbastanza velocemente.

I MODELLI SUL MERCATO

In commercio esistono due tipi di abbattitori: il "monostadio" (solo in positivo), che porta l'alimento a temperature comprese tra 0-2°C; il "bistadio" (positivo e negativo), che può portare l'alimento a 0-2°C oppure surgelare a -18°C, per un uso bivalente e più professionale.

Entrambe le macchine sono provviste di una sonda che permette di controllare l'effettiva temperatura dell'alimento durante il ciclo di raffreddamento. La sonda, a forma di ago, viene inserita al "cuore" dell'alimento per indicare la temperatura della parte più interna, che nel tempo, si mantiene maggiore rispetto a quella della superficie.

Quando l'alimento cotto deve essere raffreddato velocemente per l'utilizzo differito dal momento della preparazione nel breve periodo (2 o 3 giorni), si possono usare due



STRUMENTI & TECNICHE

di **Stefano Pepe**

cicli distinti di abbattimento di temperatura con i modelli del tipo "monostadio": con aria *Soft* e con aria *Hard*.

Il primo riduce rapidamente la temperatura degli alimenti fino a 2-3°C al cuore con una temperatura aria di lavoro di 0-2°C e comunque mai sotto lo zero. Questo ciclo è particolarmente indicato per piccole quantità di alimenti di basso spessore (il prodotto non deve superare i 4-5 cm di diametro circa) o "delicati", come mousse, dolci, alcune verdure e pesce.

L'abbattimento con aria "hard", invece, riduce rapidamente la temperatura degli alimenti fino a 32-33°C al cuore usando una temperatura aria di lavoro compresa tra -15°C e +2°C. Questo ciclo permette l'abbattimento di temperatura in tempi inferiori. Il suo utilizzo è indicato soprattutto per grandi quantità di alimenti, cibi di spessore abbastanza consistente (superiore ai 5-6 cm) o ricchi di grassi, che rendono più difficile la penetrazione del freddo.

SURGELAZIONE "IN PROPRIO"

Com'è noto, la legge limitava la possibilità di surgelare o congelare alimenti "in proprio" subordinandola al rilascio di un permesso abilitativo da parte dell'Ussl di competenza a garanzia di una perfetta igiene e appropriata esecuzione del processo. Oggi, con l'introduzione dell'abbattitore si può praticare la surgelazione anche all'interno di una struttura di ristorazione, purché sia corredata da schede tecniche operative dei prodotti in lavorazione e da idonee certificazioni rilasciate da accreditati laboratori di test di analisi alimentari.

Nella relazione tra i fattori "tempo" e "temperatura" risiede la possibilità della buona riuscita dell'intera operazione. Infatti, a temperature molto basse (-30-40°C) e in tempi molto ridotti (inferiori a 4 ore), per effetto del passaggio dell'acqua dallo stato liquido allo stato solido, il cibo si "riempie" di microcristalli di ghiaccio, così piccoli che non rovinano le pareti o le strutture cellulari dell'alimento. Nei congelatori

normali, invece, i tempi di congelamento si aggirano intorno alle 12-15 ore per pochi chilogrammi di prodotto; così il congelamento avviene più lentamente e, come nella congelazione tradizionale, si ha la produzione di macrocristalli di ghiaccio, responsabili del deterioramento del cibo. Questo fenomeno è facilmente constatabile al momento dello scongelamento, a causa dell'abbondante fuoriuscita di liquidi provenienti dalle strutture danneggiate dell'alimento.

Grazie alla standardizzazione delle loro misure (52 x 35 cm o 52 x 65 cm) le teglie "gastronorm" sono contenitori pratici sia per essere usati per l'abbattimento rapido della temperatura sia per la conseguente cottura in forni convezione/vapore e celle, apparecchi nei quali possono essere inserite anche in grandi quantità tramite appositi carrelli.

SICUREZZA ALIMENTARE

Ogni alimento contiene una carica microbica naturale che, in condizioni ambientali favorevoli, si moltiplica producendo effetti pericolosi per la salute dei consumatori; fortunatamente, per la maggior parte dei microrganismi le temperature elevate sono letali, così per la loro eliminazione spesso basta cuocere a temperatura idonea gli alimenti per un tempo sufficientemente prolungato.

Solitamente, nelle cucine che non dispongono dell'abbattitore, un alimento cotto, se non è consumato o venduto immediatamente, viene posto a raffreddare a temperatura ambiente per essere poi trasferito in cella frigorifera. Il tempo che intercorre tra la cottura e il raffreddamento, così facendo, diventa molto lungo e il cibo si trova ad alto ri-

schio di contaminazione da parte di nuovi batteri, muffe o altri microrganismi che possono deteriorarlo rapidamente.

Oggi, che l'industria ha fatto fronte a molte esigenze in fatto di igiene e tutela della salute dei consumatori, gli abbattitori rapidi di temperatura appaiono come strumenti di lavoro quanto mai indispensabili, a disposizione degli operatori della ristorazione per evitare i rischi di contaminazioni alimentari.

Dopo l'abbattimento rapido della temperatura, gli alimenti devono essere riposti in ambienti idonei alla loro conservazione. È questo un aspetto particolarmente importante, come dimostra il fatto che è in occasione di banchetti (preparati con cibi mal conservati) che si verificano i casi più frequenti di intossicazioni alimentari.

ORGANIZZAZIONE DEL LAVORO

L'abbattimento rapido di temperatura trova una vantaggiosa collocazione nel sistema del legame a freddo sia sotto l'aspetto organizzativo sia sotto quello dell'economia di gestione. Attraverso questa tecnologia l'organizzazione del lavoro si avvantaggia molto della possibilità di cuocere e refrigerare spostando il consumo in tempi diversi.

L'economia dei costi si realizza anche attraverso l'eliminazione degli sprechi, che deriva dalla possibilità di utilizzare solo la quantità necessaria degli alimenti conservati. In più, con questo metodo essi possono essere facilmente rigenerati, consentendo sia la riduzione dei cicli di cottura sia la soddisfazione di richieste particolari da parte della clientela.





Amoretti
SPECIALITÀ ALIMENTARI

PARMIGIANO - REGGIANO / PROSCIUTTO DI PARMA / PROSCIUTTO DI S. DANIELE / CULATELLO DI ZIBELLO / PROSCIUTTO DI PRAGA / SALAME DI FELINO / ZAMPONE DI MODENA / COPPA PIACENTINA / BAUERN SPECK / SALUMI E CARNI IN SCATOLA / CHAMPAGNE DOM PERIGNON / CHAMPAGNE CRISTAL / PESCE CONSERVATO / SALMONE AFFUMICATO / CAVIALE RUSSO / PATÉ DI STRASBURGO / TROTE SALMONATE AFFUMICATE / LUMACHE DI BORGOGNA / TARTUFI D'ALBA / CREMA DI TORDI TARTUFATA / DROGHE E SPEZIE / SALSE E SENAPI / CONSERVATI SOTT'ACETO / CONSERVATI SOTT'OLIO / FRUTTA SECCA E CANDITA / ORTAGGI AL NATURALE / SUCCHI DI FRUTTA / CONFETTURE / FRUTTA ALLO SCIROPPO / CREME PER MINESTRE / PREPARATI PER PASTICCERIA.

AMORETTI S.P.A. SPECIALITÀ ALIMENTARI • 43030 PAROLA (PARMA) TELEFONO (0521) 825224 • TELEX AMA 530504

>>> IN LIBRERIA

Il pasticcere Maurizio Santin rivisita i dolci della tradizione classica italiana, da nord a sud, e suggerisce trucchi e ricette per risultati da vero professionista. Il capitolo introduttivo è una guida alla scelta degli ingredienti di base: farine, uova, latte, lieviti, dolcificanti, aromi e addensanti. Seguono oltre 100 ricette (illustrate da fotografie a colori), divise in "Paste e biscotti" (con ben nove ricette diverse per la pasta frolla), "Creme, ganache e mousse" e "Decorazioni", tredici idee per impreziosire le presentazioni dei dessert al piatto.

Figlio del famoso Ezio Santin dell'Antica Osteria del Ponte (tre stelle Michelin) e affermato "maître à sucrer", come lui stesso ama definirsi, Maurizio vanta collaborazioni con i più grandi chef della scuola francese come Gaston Lenôtre, Joël Robuchon, Georges Blanc e Alain Ducasse.

Maurizio Santin, *Pasticceria. Le mie ricette di base* - Guido Tommasi Editore 2011, pp. 170, € 25



Il libro si apre con un titolo emblematico, "La scelta di cucinare", dove il grande chef vegetariano Pietro Leemann racconta in prima persona come ha avuto inizio la sua carriera di cuoco e quanto la cultura orientale ne abbia ispirato le scelte, dentro e fuori dal piatto. E si conclude con un capitolo in cui lo chef illustra le ragioni della sua scelta vegetariana. Nel mezzo, 60 ricette creative del ristorante milanese "Joia" (il primo ristorante vegetariano ad aver ricevuto la stella Michelin in Europa), divise per portata e con indicazione della stagionalità. Ogni ricetta è illustrata da una fotografia a colori ed è accompagnata da un commento dello chef che ne racconta di volta in volta l'ispirazione, il contenuto nutrizionale o la piacevolezza gustativa, rendendo così meglio comprensibili i titoli sempre suggestivi dei suoi piatti, come "Lunga vita alla signora" (Spaghetti al curry), "All'orizzonte" (Millefoglie di formaggio vegetale, panissa e zucchine) e così via. In appendice ci sono le ricette di base dello chef, come la maionese e la crema pasticcera, interessanti perché vegane, ossia preparate senza uova, latte e altri prodotti animali.

Pietro Leemann, *In Verde. La filosofia vegetariana di Pietro Leemann* - Reed Gourmet 2011, pp. 210, € 77

Un romanzo storico tutto da gustare, che racconta la vita avventurosa di un grande cuoco del XV secolo, Maestro Martino da Como, che con le sue favolose ricette (raccolte nel famoso libro "De re coquinaria") segnò il passaggio dal Medioevo al Rinascimento culinario, ponendo le basi per la cucina moderna. Fondendo ricerca storica e fantasia, l'autrice fa rivivere personaggi e atmosfere di corte e fa riassaporare i piatti e le invenzioni, create per stupire gli ospiti alla tavola milanese degli Sforza. Come il "pastello volante", che alla rottura della prima delle due croste che lo compongono fa uscire uccellini vivi, o i pavoni ricoperti di penne e che, sebbene arrostiti, sembrano vivi. Nella prefazione, Gualtiero Marchesi sottolinea come "la scrittrice ci regala una singolare poltrona di prima fila per assistere in un teatro immaginario a una commedia che fa rivivere scorci di vita quattrocentesca in ogni minimo dettaglio, senza trascurare opportunamente il lato gastronomico". A completare il romanzo il lettore trova dieci ricette originali di Maestro Martino, ripetibili in una cucina moderna.

Maria Cristina Magni, *Il principe dei cuochi* - Cairo Editore 2011, pp. 242, € 14



PREGIS®

*Tu scegli il ristorante,
al resto pensiamo Noi*

Il Gruppo Pregis è un'azienda specializzata per la fornitura di prodotti per l'HO.RE.CA. Qualità, professionalità e flessibilità sono i valori che garantiamo alla clientela. Operiamo in tutto il Nord Italia, con una forza vendita di oltre 170 operatori specializzati. Offriamo un assortimento ampio e profondo, oltre 12.000 referenze per rispondere ad esigenze di territorialità e servizio. Contatta il consulente Pregis a te più vicino, saprà consigliarti al meglio.

PREGIS®

Alimentari S.p.A.
Riva del Garda (TN)
Tel. 0464 551487 r.a.
E-mail: info@alimenterispo.it

Center Catering S.p.A.
Arcole (VR)
Tel. 045 7665555 r.a.
E-mail: info@centercatering.it

Alimentari Nord Ovest S.p.A.
Galliate (NO)
Tel. 0321 806776 r.a.
E-mail: info@alimenterinordovestspa.com

Toscana Alimentari S.r.l.
Chiesina Uzzanese (PT)
Tel. 0572 411538
E-mail: info@alimenteritoscana.it

www.gruppopregis.it

TRAPANI

GIOVANI A SCUOLA DI MACELLERIA

Nell'ambito delle attività programmate dal direttivo dell'Associazione Cuochi di Trapani, si è svolta presso l'Ipssar di Erice una dimostrazione sulla sezionatura della carne e l'impiego dei diversi tagli in cucina. L'incontro, rivolto agli allievi dell'Ipssar, ha avuto lo scopo di mostrare le tecniche del disosso, usando tutte



le attrezzature e gli accorgimenti di sicurezza utili allo scopo. Di conseguenza, la logica del taglio della carne per l'impiego ottimale della stessa nei vari tipi di cottura. Lo chef Rocco Di Marzo (nella foto) ha curato la dimostrazione, dall'alto della sua grande esperienza in materia di macelleria, ed ha spiegato ed eseguito le varie sequenze per potere ricavare le pezzature dai due quarti degli animali e le modalità di conservazione. Inoltre, ha dimostrato ai presenti come ottenere degli ottimi risultati semplicemente eseguendo le giuste tecniche di preparazione e cottura. Si è soffermato sui particolari che aiutano l'operatore di cucina, grazie a particolari osservazioni anatomiche a riconoscere sia la buona

qualità della carne sia l'età dell'animale dopo la macellazione. Gli allievi intervenuti si sono dimostrati attenti osservatori e hanno gradito l'iniziativa. Un ringraziamento va al dirigente scolastico, prof. Liuzza, per la disponibilità dimostrata nell'interesse degli allievi.

Mariano Giaconia



VULTURE

PRANZO DI GALA CON LE ASSOCIAZIONI

È stata proprio una bella manifestazione quella organizzata lo scorso 18 dicembre dall'Istituto alberghiero di Melfi (PZ) in occasione della celebrazione dei 150 anni dell'Unità di Italia. Hanno collaborato tutte le associazioni presenti sul territorio: Lions Club, Rotary, Cif, Compagnia della Terra-nova e Associazione Cuochi del Vulture, che ha visto impegnati in cucina il suo presidente Romeo T. Palumbo e anche gli allievi dell'alberghiero iscritti alla Fic. Oltre 400 gli ospiti intervenuti, che hanno preso parte al pranzo di gala tenutosi presso il "Relais la Fattoria" di Melfi. Un'organizzazione piuttosto complessa, considerato l'alto numero dei partecipanti che ha visto coinvolti, oltre il preside dell'Istituto Michele Masciale tutto il personale docente, Ata e gli allievi. Raffinati i piatti a tema - rivisitazione di portate dell'Ottocento - serviti con professionalità dagli allievi. Il pranzo di gala è stata la prima grande manifestazione allestita dall'Istituto alberghiero e ne seguiranno altre nel segno della solidarietà, tanto cara all'Associazione Cuochi del Vulture.

Antonio Zazzerini

SAVONA

È INIZIATA UNA NUOVA STAGIONE

Con la nomina del presidente chef Gregorio Meligrana e del nuovo direttivo, l'Associazione Cuochi Savona dà il via ad una nuova stagione ricca di volontà di riscatto. Molti i giovani chef pronti a collaborare insieme con progetti ambiziosi e con lo spirito d'innovazione di cui l'Associazione aveva estremo bisogno. Negli eventi ai quali i nostri Team hanno partecipato quest'anno si è già potuto raccogliere un eccezionale successo. Calendario, concorsi partecipazioni a manifestazioni sono tra i punti salienti del nuovo programma.

MONTECATINI

L'ARTE DA GUSTARE

In occasione della "Giornata del Contemporaneo" (8 ottobre), l'Associazione Cuochi Montecatini e il Comune di Montecatini Terme (PT) in collaborazione con l'associazione culturale "A regola d'arte", hanno organizzato un incontro dal titolo "L'Arte da gustare" presso la sala consiliare del Comune di Montecatini Terme. La dott.ssa Silvia Rondini attraverso la proiezione di una selezione di opere d'arte ha mostrato il legame tra arte e cibo, mentre Giuseppe Argentino, chef dell'Hotel Terme Grotta Giusti, ha evidenziato come il cibo possa diventare arte nei piatti che i cuochi propongono ai commensali. È seguita una degustazione di piatti tipici toscani curata dallo chef Enzo Saracino, presidente dell'Associazione Cuochi di Montecatini-Pistoia.


12ª edizione

La **BIENNALE** per i PROFESSIONISTI della **RISTORAZIONE**
The **BIENNIAL** show for **FOOD** and **CATERING** PROFESSIONALS

PadovaFiereSpa

TECNO & FOOD

5-8 FEBBRAIO/FEBRUARY 2012

SALONE PROFESSIONALE INTERNAZIONALE PER BAR ALBERGHI RISTORANTI
ATTREZZATURE ALBERGHIERE, PRODOTTI ALIMENTARI E TECNOLOGIE

www.tecnoefood.com

Made by


NOVITA' 2012



 **TECNO SPA**

SICILIA

CORSI E ATTIVITÀ PER I SOCI DI SICILIA

L'Unione Regionale dei Cuochi Siciliani (Urcs) in autunno ha organizzato attività formative presso l'Ipssar "P. Piazza" di Palermo. Il 24 e 25 ottobre, in collaborazione con l'Associazione Cuochi e Pasticceri di Palermo (Apcppa) si sono svolti due corsi rivolti ai soci: il primo a cura del maestro Giuseppe Giuliano che, in seno alla seconda selezione del Junior e Senior Culinary Team Sicilia Urcs, ha dato indicazioni sulle regole da rispettare per la partecipazione al concorso. Il secondo, tenuto dallo chef Giacomo Perna (Team manager del Culinary Team Palermo), dal maestro Rodolfo D'Agrusa e dal relatore maestro Giuseppe Giuliano, ha visto realizzare preparazioni in riferimento al corso tenuto il giorno prima, mostrando le tecniche per la realizzazione di preparazioni culinarie destinate a un concorso da esposizione. Il presidente e il segretario dell'Urcs Salvatore Gambuzza e Antonino Butera si sono detti soddisfatti, vista l'affluenza di soci provenienti dalle varie province dell'isola, e hanno espresso la volontà di organizzare in futuro nuovi corsi. Nei giorni 21 e 22 novembre si è invece svolto il XXXI Congresso regionale dell'Urcs, durante il quale si sono svolti la selezione Junior e Senior del Culinary Team Sicilia con circa 27 partecipanti e un corso tenuto dal maestro Fabio Tacchella con lo chef della Nic Komlenic Ljubica sul tema "La cucina calda da concorso". La serata di gala ha avuto luogo presso l'hotel Villa Esperia di Mondello con premiazioni ai soci che hanno collaborato alle attività, ringraziamenti agli sponsor e a coloro che si sono distinti nell'anno 2011 e l'annuncio dei selezionati junior. La cena si è conclusa con una torta augurale con il logo dell'Urcs, offerta dalla Pasticceria Alba di Palermo.



ROMA

CINQUE GRANDI CHEF PER LA CARITAS

Il 13 dicembre si è rinnovato l'appuntamento annuale con la cena di beneficenza organizzata da Amici della Caritas Onlus, in collaborazione con Roma Capitale, per raccogliere fondi utili a sostenere le iniziative promosse dalla Caritas di Roma. Ai fornelli cinque chef di talento, che si sono alternati dall'antipasto al dolce: il coordinatore del Compartimento Giovani della Federazione Italiana Cuochi e noto volto televisivo Alessandro Circiello, ha presentato selezione di Finger food; Cristina Bowerman del Glass Hostaria un Sandwich di pesce azzurro con stracciatella di bufala, coulis di lattuga e ostrica; Alessandro Cannata del Moma, una Vellutata di gnocchi di pane ed erbe selvatiche, trippette di baccalà soffiate e fiori di zafferano; Gianfranco Vissani lo Stinco di vitello alla liquirizia con purè di patate all'arancia; lo chef del Majestic via Veneto, Filippo La Mantia, la sua Cassata da passeggio. Il sindaco di Roma Gianni Alemanno ha così commentato: "Questo evento è un esempio di come si possano mettere insieme l'opera di solidarietà e il riconoscimento ai benefattori con l'alta cucina, che affonda le radici nei prodotti della nostra cultura popolare". Presenti alla serata, nella sede della casa di accoglienza in via Casilina, erano rappresentanti delle istituzioni, benefattori e ospiti abituali della Cittadella della carità Santa Giacinta.

VUOI SCRIVERE SU IL CUOCO?

Vuoi vedere pubblicate notizie e fotografie relative alla tua Associazione provinciale o Unione regionale?

Inviare con tempestività alla Redazione de "Il Cuoco" presso:

Federazione Italiana Cuochi, p.za delle Crociate 15, 00162 ROMA.

Oppure con una e-mail a: rivistailcuoco@gmail.com

I requisiti: i testi devono essere firmati e salvati in file di word e non

superare le 1.000 battute spazi compresi. Le fotografie devono essere stampe oppure file jpg o tiff in alta risoluzione (300 dpi) e con dimensioni di almeno 10 x 15 cm. Il materiale che non rispetterà queste caratteristiche non potrà essere pubblicato.

Per esigenze di spazio la redazione si riserva di apportare i tagli e le modifiche necessarie. Il materiale inviato non sarà restituito.

Grazie per la collaborazione.

ABRUZZO

LA PRIMA ASSEMBLEA REGIONALE DEI COLLEGIUM COCORUM

Il 14 dicembre l'Unione Cuochi Abruzzesi (Uca) ha organizzato la prima assemblea regionale degli insigniti del "Collegium Cocorum". Un importante momento di riflessione e di stimolo per i cuochi presenti, con il "collare" e non, provenienti da tutto l'Abruzzo. Nella regione si contano 114 onorificenze consegnate dal 1986 dalle Associazioni dei Cuochi della Valle Del Sangro (59) e delle province di Pescara (40), Teramo (13) e L'Aquila (2). Al tavolo di confronto si sono seduti il vicepresidente della Fic dell'Area Sud Giacomo Giancaspro, il presidente regionale dell'Uca Andrea Di Felice e il delegato abruzzese dell'Accademia Italiana della Cucina Mimmo D'Alessio. "Avere una lunga carriera alle spalle non è la fine di un'attività, ma l'inizio di un nuovo percorso di crescita - ha commentato Andrea Di Felice - Il collare del Collegium Cocorum deve essere portato con senso di responsabilità da chi lo ha meritato e deve essere accolto con rispetto da chi ha ancora tanto da imparare". Mimmo D'Alessio ha aggiunto che: "Innovazione e tradizione possono interagire in maniera assolutamente armonica, ma la prima deve essere gestita da una professionalità solida: la cucina deve tornare al centro della nostra economia quotidiana". Giacomo Giancaspro ha chiosato: "Oggi tutti possono sapere, ma in pochi possono saper fare. Solo la trasmissione delle competenze permetterà alla categoria di mantenere il passo con i tempi e distinguere le professionalità dai cuochi improvvisati. Questa trasmissione di competenze non può prescindere dalla voglia di insegnare, da una parte, e dall'umiltà di imparare, dall'altra". L'incontro si è concluso con una conversazione e una dimostrazione sui tagli dell'ovino abruzzese, tenute dallo chef Peppino Tinari e dal direttore dell'Associazione regionale Allevatori Francesco Cortesi, che ha illustrato l'importanza del marchio "Buon Gusto Agnello d'Abruzzo", con cui sono stati certificati negli ultimi tre anni 15mila agnelli non inferiori a 8 chilogrammi e allevati e macellati interamente in Abruzzo, secondo un rigoroso disciplinare.



DIPLOMA DI MERITO

La Dirigenza della Federazione Italiana Cuochi e la Redazione invieranno il DIPLOMA DI MERITO a tutti i Colleghi che avranno pubblicato sulla rivista IL CUOCO una proposta d'autore. Scrivete a: fic@fic.it

Cristina Mosca

GUSTOSÍA

Lo specialista del dessert

La tradizione e l'innovazione italiana scelta dai professionisti premiata nelle principali fiere di settore.



ANUGA
Colonia
2011

Miglior
packaging
per prodotto
internazionale



ANUGA
Colonia
2011

Miglior
prodotto
innovativo



SAPORE
Rimini
2011

Miglior
prodotto
innovativo



SIAL
Parigi
2010

Miglior
prodotto
innovativo



GUSTOSÍA.
PER DESSERT

Il mondo della ristorazione ha un nuovo esclusivo protagonista.

phone: +39 0541 859416 - info@gustosia.com
www.gustosia.com

Q code



LA FIC IN ITALIA E NEL MONDO



PESCARA

GLI 80 ANNI DEL PRESIDENTE DI GARBO

Il 21 novembre l'Associazione Cuochi di Pescara ha organizzato una festa a sorpresa allo chef Nicolò Di Garbo in occasione del compimento dei suoi 80 anni. L'evento è stato realizzato per rendere omaggio alla sua lunga carriera professionale. Una vita dedicata alla gastronomia, alla valorizzazione del cuoco professionista e all'affermazione dell'Associazione. Di Garbo, infatti, ha segnato con la sua arte culinaria la storia della gastronomia pescarese. Nel 1964 arrivò a Pescara come chef di cucina del Gand Hotel Montesilvano, nel 1968 fu tra i fondatori dell'Istituto alberghiero di Pescara e primo insegnante del corso di cucina, nel 1988 fu di nuovo tra i fondatori dell'Associazione provinciale cuochi di Pescara, che ha presieduto per 10 anni. Nel corso degli anni, Di Garbo, ha ricevuto numerosi riconoscimenti tra i quali quello di "Cavaliere della Repubblica" e quello di "Decano dei cuochi abruzzesi". La serata si è svolta durante una magistrale cena preparata dallo chef Gianluca Sergiacomo e dalla sua brigata, in un clima di grande allegria, non privo di momenti emozionanti e con diversi interventi e ricordi dei numerosi cuochi presenti, di gastronomi e di ristoratori, allietata dalla comicità del cabarettista abruzzese 'Nduccio.

Lorenzo Pace



ROMAGNA

LA CALZA DELLA BEFANA ARRIVA ANCHE IN OSPEDALE

L'Associazione Cuochi Romagnoli e Federcaccia - sez. Rimini anche quest'anno hanno cercato di regalare un sorriso ai piccoli degenti del reparto di Pediatria dell'ospedale Infermi di Rimini, costretti a passare le festività in ospedale. Come consuetudine, i cuochi romagnoli hanno preparato una calza della befana di dolciumi e biscotti per i bimbi e un piccolo rinfresco per la colazione dei genitori, mentre la Federcaccia si è adoperata per regalare ad ogni bambino un giocattolo e un fiore ad ogni mamma. Un evento a scopo benefico che si ripete da tanti anni e che emoziona sempre, perché fa capire come spesso, anche in situazioni così spiacevoli, un bambino riesca a trovare il sorriso. E alla fine della mattinata ci si rende conto che sono loro ad averci fatto un regalo! Un sincero ringraziamento, per l'umanità e la disponibilità, va a tutti quei dottori e infermieri che abbiamo conosciuto in questa giornata.



Simone Ricci



LA SETTIMANA DEL GUSTO

Un weekend tra sapori tipici, maestria dei cuochi nisseni e valorizzazione dei giovani nella cornice elegante del centro storico di Caltanissetta per la "Settimana del gusto", iniziativa svoltasi il 26 e 27 novembre in collaborazione con la Fic di Caltanissetta, l'Its alberghiero "Di Rocco" e la categoria dei pasticceri nisseni. L'evento ha avuto luogo in corso Vittorio Emanuele con l'allestimento di stand espositivi per il settore della ristorazione. L'Associazione Cuochi di Caltanissetta è stata presente con cinque stand, ognuno con un differente tema: la frascàtula, rivisitata nella cottura, cioè nella variante frita; il couscous con tutte le verdure da campo locali; le verdure del territorio in pastella, in crocchette e fritte; dolci tipici nisseni come "sfinci" e cannoli; dimostrazione di intaglio dei vegetali. Quest'ultima ha ottenuto un particolare apprezzamento da parte del pubblico presente. I ragazzi dell'istituto alberghiero di Caltanissetta sono stati i veri protagonisti dell'evento e sono stati in grado di dimostrare un sincero spirito di collaborazione e interesse verso la nostra Federazione. Il presidente Ottavio Miraglia, entusiasta per la riuscita della manifestazione, ringrazia tutti i partecipanti con la consegna di un attestato di partecipazione.

CALTANISSETTA



Ottavio Miraglia

GALLURA

GENEROSITÀ IN PIAZZA A OLBIA

Hanno fatto centro anche quest'anno, i cuochi dell'Associazione di Gallura. Piazza Mercato ha accolto a braccia aperte i tanti cittadini, turisti e golosi che hanno visitato e apprezzato gli stand allestiti in piazza in occasione della Festa nazionale del Cuoco (13 ottobre). Il "Museo del pane rituale di Borore", la sesta edizione di "Arte in cucina", il "Mini corso di cucina" curato degli chef Claudio Carboni, Fernando Rossi e dalla lady chef Gavina Braccu, presenza abituale della trasmissione tv *La prova del cuoco*. Per tutto il giorno un fiume umano si è mosso trasformando la piazza nel cuore di Olbia, arricchito dal menu messo a punto da Cleto Veclani e dai suoi 600 cuochi.

Spettacolare l'esibizione dei barman dell'Aibes, impegnati nella realizzazione di ben 23 cocktails e in una dimostrazione Barman Flair che ha appassionato e coinvolto il pubblico. Il gemellaggio con Ponte di Legno, ha avvicinato genti diverse per tradizioni, cultura e gastronomia, ma unite per umanità e generosità. Apprezzate alcune pietanze tipiche della Val Camonica curate dallo chef Marco Bezzi. A tarda sera la "Lotteria del Cuoco" ha avuto il suo momento di spettacolo, con oltre 60 premi offerti da commercianti galluresi e lo spettacolo del Coro di Lori e del gruppo Folk Olbiese. Tutti uniti per aiutare l'associazione CASA di Silvia, cui è andato l'intero incasso della giornata (vedi il box). Alla fine la torta, simbolo del gemellaggio: nove metri quadri di bontà che per ore hanno tenuto piacevolmente impegnate le centinaia di persone presenti.

I cuochi Galluresi, capitanati da Cleto Veclani, hanno consegnato l'assegno con l'importo raccolto a favore dell'Associazione CASA SILVIA, nel corso della recente Festa del Cuoco: 17.000 euro. Un bel successo che fa onore alla generosità dei cuochi e alla solidarietà della città. Per il sindaco di Olbia Gianni Giovannelli, il lavoro fatto fino ad oggi sottolinea la valenza sociale dell'Associazione Cuochi Provincia Gallura, capaci di fare ciò che spesso, purtroppo, le istituzioni non riescono a fare. Per Maria Antonietta Scanu, presidente dell'associazione Casa Silvia, si è fatto un nuovo passo avanti verso la nuova casa, in Via Bazzoni Sircana. "Con questi soldi, sistemiamo i tramezzi!" ha detto sorridendo. Il supporto dei tanti volontari, dei cuochi, delle istituzioni, dei cittadini generosi e buongustai, ha permesso ai cuochi di inanellare un nuovo successo, sono ad oggi 77.000 gli euro donati.

WÜSTHOF

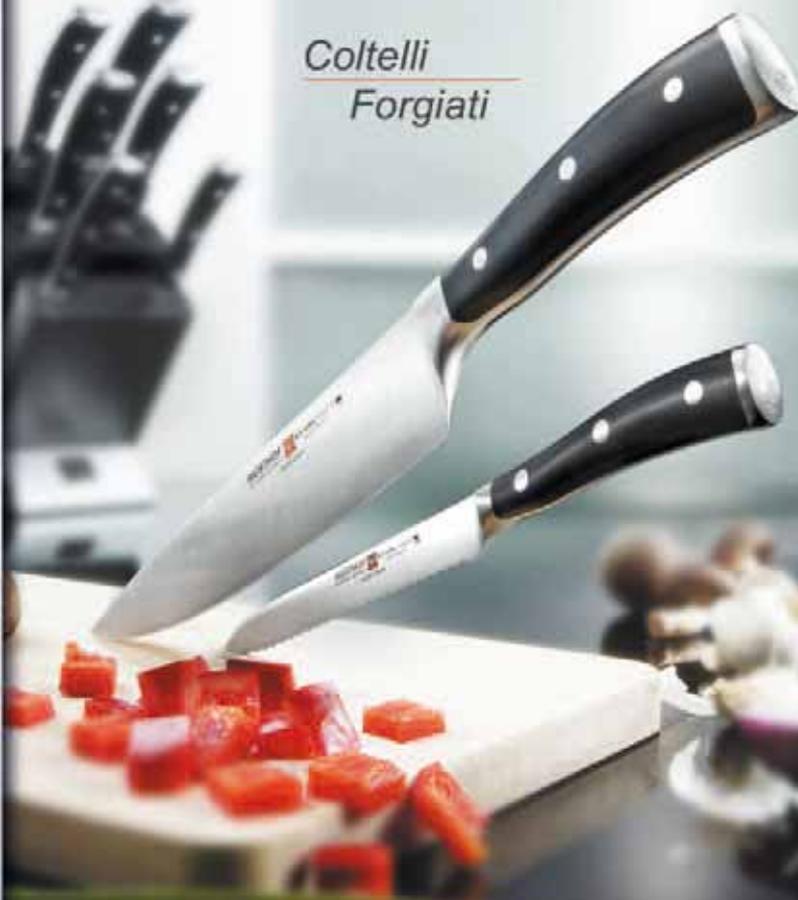


Per Informazioni:
Valsodo SRL
Tel: 055 - 8878751
e-mail: valsodo@iol.it

www.wuesthof.de

CLASSICTON

Coltelli
Forgiati



Quality - Made in Solingen/Germany

It is the finest and the MOST RISKY JOB



by **Paolo Caldana**
President of FIC

see page 3
for the italian text

Our profession exposes us to dangers for our health. This is why FIC is committed to improving the safety, training and efficiency of our members.

In light of the new year, among many surveys, we are surprised by the classification of the professions with the highest risk of death, produced by the World Health Organisation (WHO, Rome division): in Italy, chefs are in first place, more exposed than others to hazards in the workplace, such as traumas and electrical, chemical and climate-related accidents.

Concerning the problem, Federcuochi is aware that the health of the customer depends on the health of the chef and that the chef is witness of a healthy style of life. Our strong point is the protection of the psycho-physical wellbeing of who cooks, especially of individuals who are more susceptible to stress.

Therefore, among the aims for 2012, FIC considers indispensable putting into action greater preventive and protective measures for us all, such as vaccinations, and making use of scientific innovations, such as soft cooking methods, which can reduce the extent of risks.

FIC's calendar contains many actions, including a specific "training seminar" in April during our Meeting, and is studying a project on "the professional diseases of the chef". Also, it intends creating synergies with experts, to monitor and improve the working conditions of our members.

Since the safety of chefs is also and above all linked to their skills, Federcuochi does not neglect the training of the category and invites members to keep themselves up to date and to attend ventures which may serve as a stimulus and which may widen their knowledge of their profession.

With regard to this, on 15th December in Palermo, I signed, for FIC, the Protocol of Understanding of the "Districts in Cooking" project (read page 10), shared with three regions (Veneto, Puglia and Sicily) supported by the Ministry of Economic Development and funded by the Ministry of the Economy and Finances.

In the strategic plan, which offers value to products and producers in the areas concerned and increases their development and visibility, the Federation assumes a primary and *super partes* role to increase knowledge and appreciation of the ingredients of the Italian Basket supplied by the three mentioned territories.

The 12 Districts involved supply excellent raw materials for the restaurant trade, from fruit and vegetables to fish, from oil to wine, so that it will be the job of us chefs, in the capacity of "testimonials of territorial productions", to transfer as well as possible, excellence under the "Districts in Cooking" brand and to promote them with the consumer and LOD (Large-scale

Organised Distribution).

With these intentions, I wish you all a good 2012, in terms of health, safety and effectiveness!

Districts in the kitchen FEDERATION OF CHEFS SIGNS AGREEMENT PROTOCOL

see page 24 for the italian text

On the 15th December last year the Federation of Italian Chefs along with the 12 Agro-alimentary regions of Sicily, Puglia, Veneto and the Ats signed a reciprocal pledge charter committing to the operative implementation of the "Districts in the Kitchen" project. The latter being a brand which will be valued and serve as accreditation of raw and semi-finished materials for catering.

This represents a first concrete step towards the mutually identified goal of Italian District product provenance Brand recognition, at the same time affirming the importance of the involvement of Italian Chefs, as "alchemists" capable of turning the production proposed to gold.

THE PROJECT

If "alimentary polytheism" (first report Coldiretti/Censis 2010) is the price to pay for the effects of globalisation, that has brought to the tables of Italians products and consumer models from all over the world, today in Italy three clear trend lines are emerging:

1. Research into the optimal combination of quality, safety and price.
2. The perception of social and environmental responsibility which every act of purchasing has.
3. The rapport between food and territory, with recognition of the value that the production's territorial identity has.

"Districts in the Kitchen" takes this course; a project thought up to valorise Italian agricultural production chains that guarantee environmental and social sustainability and quality at the right price.

The project aims to define an action/management model that, following the successful experience gained by the producing districts in relation to economic growth of interested territories, may be used by the pilot initiatives supporting territorial development or by production chains in strategic areas. A further aim is the definition of a shopping-basket of agro-alimentary products to be used as an instrument for valorising regional specifications in synergy with excellent manufacturing realities of complementary production chains on national territory.

THE AGREEMENT

The participating agro-alimentary Districts commit to facilitating business relations favouring Federation Chefs in the development of promotional activity.

The Federation of Italian Chefs commits to communicating the brand "Districts in the Kitchen", on the basis that a food product from an area destined to produce it has something distinctive that can generate safety in its use and consumption, which transforms

into added value for restaurant Clients/Consumers.

The purpose of the project is to find new paths, also in business, which make the union a force capable of overcoming the ever-present difficulties involved when people with different types of interests try to move forward together, through the profit it brings. This agreement is of great importance for this reason, as is having shared the divulgation of products from the Federation Chefs' kitchens. They represent the primary laboratories in which to gain value for the good things Italy produces.

THE ITALIAN SHOPPING BASKET

An ideal Italian shopping basket of the agro-alimentary District products involved has been defined, also to help simplify the supply of the Ho.re.ca channel. A shopping basket that manages to unite Venetian molluscs, imperial Sicilian prawns, wheat from Puglia along with cherry and date tomatoes, to Ispica (RG) carrots, Ustica (PA) lentils, table olives from Nocellara, extra virgin olive oil from Sicily and Puglia, as well as the best wines and confectionary products.

For further information: www.distrettiincucina.it

The restaurant business and ISLAM HALAL MENUS



see page 30
for the italian text

by **Stefano Bonetto**
expert in technical Normation
Special thank to **Dr. Federica Zappone**
expert in Halal certification
(www.ecoconsult.it) for her collaboration

The Islamic religion imposes the respect of some simple food rules. The operator who learns to know and respect them opens up to a new clientele and seizes new commercial opportunities.

The restaurant sector is experiencing an historic moment. We speak a great deal about new opportunities and diversification of services. The action which opened the way to specific restaurant services for the coeliac sufferer has set a fashion: pastry makers, restaurants and above all pizzerias have supplied a service of public utility and have found good job opportunities. Among the topics being discussed today we also find the *Halal* restaurant business, i.e. the business destined to Muslims or Islamics. As for other ventures, there are also good prospects for small restaurants, self service restaurants or catering establishment.

ISLAMIC FOOD RULES

In this article we would like to provide some initial information about *Halal* with some simple instructions for use. First of all *Halal* is a valorial approach for Muslims and as such must be known and interpreted. We are talking about behavioural rules which the be-

liever must follow as part of his life and not only for the aspects linked to diet. In fact, the *Koran* – the sacred book of Muslims – gives believers rules of life which are veritable acts of faith for the observant; these also include those relating to how to eat and drink. In actual fact, there are very few dictates of sacred texts, but they are expanded and detailed by the schools of the *Koran*.

The *Koran* explicitly indicates Haram i.e. illicit, things in more than one verse, and there are only four of them: the carcasses of dead animals, blood, the flesh of the pig and animals slaughtered invoking on them names other than that of Allah; to which we can add, for what concerns drinks, the ban on wine and other intoxicating substances in general. The rest can be considered licit, in other words *Halal*, from here the term. If you have any doubts about what is licit or illicit, the sacred text reminds you that dubious behaviour must be avoided.

PROHIBITED FOODS

We give some examples below of prohibited products mentioned by the main schools of the *Koran*:

- pork and suchlike (e.g. wild boar) and its derivatives (e.g. entrails, food gelatines)
- animals not slaughtered in the name of Allah
- alcohol, fermented beverages and their derivatives
- animals raised with fodder of pork origin or that eat rubbish or manure
- sick animals
- cold-blooded animals (e.g. snakes)
- birds which feed on dead animals (crows, vultures)

Also the food must not contain:

- things which are harmful, such as poison, glass, earth
 - dirt or impurities of any kind
 - any food which is subject to cross-contamination with non *Halal* foodstuffs
 - additives, technological coadjuvants, dyes and synthetic preservatives even containing only one of the foodstuffs mentioned above
- As is obvious, two rules exist in addition to the prohibited foodstuffs which are more complex: a non *Halal* food must not contaminate a *Halal* food, therefore specific procedures must be adopted to treat these foodstuffs separately starting from the equipment. The products must not contain non *Halal* foodstuffs.

HALAL: INSTRUCTIONS FOR USE

First of all we recommend a specific training course for management personnel, so that they can become aware of valorial aspects and *Halal* rules. Secondly, the possibility of a *Halal* menu must be analysed and then a verification must be carried out and an update of the HACCP manual both from the point of view of processes and specific controls and registrations.

Following this update, it would be a good idea to define a training path for all personnel involved. And, finally, a communication program should be promoted, from the menu with additional information on the processes involved (selection of suppliers and preparation methods) and possibly the internet site.

With reference to the HACCP procedures to be updated, we mention: cooking *Halal* foods separate from non *Halal* foods; qualified cleaning and sanitisation (for example avoiding the use of products containing alcohol); qualification and clothing (concept of impurity) of personnel. In any case, we recommend contacting a specialist.

CERTIFICATION

With reference to *Halal* certification, few certificates considered serious exist, for this reason, we recommend initially leaving these controls to the food production world only, where we have interesting examples (vinegars, biscuits, pasta, sauces, non-alcoholic beers, coffee, sausages, lasagne) and to organised catering and which takes part in public tender competitions. Some additional information can be found on www.halalitaly.org, the website of the Halal Italy Authority certification body.

MUSLIMS IN ITALY

The number of Muslims in Italy (almost all Sunni) is uncertain but in any case significant. A reliable figure is the one provided by Caritas/Migrantes (2011) which speaks of around 1.5 million (approximately just below 2% of the Italian population. Islam is certainly the most widespread religion after Christianity). The difficulty in estimating is also due to the interpretation of the definition of "Muslim": for some it means "coming from Arab countries", for others "believer". Moreover, the problem of illegals exists. Irrespective of the definitions, the Muslim community is important in Italy and also includes a significant percentage (around 6%) of converted Italians.

Islam is the monotheistical religion observed by Muslims. The term can be translated as "submission to God/Allah". Islam is considered by Muslims as the series of revelations of Allah to man, the last revelation in order of time, which defines divine will. For this reason Mohammed is the last and final prophet sent by Allah to the whole world. He is defined as the "Seal of the prophets" and it is dogma for the Islamic faith to believe that with his death the cycle of the prophets ended forever. Therefore sacred books like the Old and New Testament are not disavowed, but according to Muslims, Islam is the definitive and no longer modifiable re-affirmation of the divine will of Allah, destined to remain unchanged until the day of Judgment. Islam has 1.5 billion followers in the world. Christianity has 2.1.

Environmentally-friendly SHOPPING IS ZERO KM



by **Fabio Buccolini**

Secretary of the Rome
Associazione Cuochi F.I.C.

see page 32
for the italian text

Proposing "local" and "seasonal" menus, chefs contribute to achieving the Community goal of reducing greenhouse gas emissions by 20% by the end of 2020.

In number 301 of *Il Cuoco* our colleague and coordinator of the Ateneo della Cucina Italiana F.I.C. Michele D'Agostino spoke about the so-called "locavores", i.e. eaters of local foods.

With regard to this, have you ever wondered how "locavore" you are and where the products you use every day in your kitchens come from? What is the history of the individual ingredient you work with

or which you propose in your restaurant? Where does this product come from, who grew it, picked it or how was it handled?

Well, if you have done so and you haven't managed to find answers, this article – together with the recipes published in number 301 – is just for you. If, on the other hand, you have never asked yourself such questions, now you have from your institutional magazine a second chance and therefore a good opportunity to reflect immediately on what Al Gore and others have maintained for years, i.e. that an average meal (Western) travels more than 1,900 kms by truck, ship and/or plane, before arriving on our table.

Paradoxically, more calories of energy are needed to bring the meal to the consumer than the meal itself provides in nutritional and caloric terms for the consumer himself. Such an energy paradox on food forces us, for example, due to "commercial requirements" to propose fruits from other continents in our restaurants when, perhaps, Italian trees are not in a vegetative period, "consuming" in the average 10,000 kilometres of transport almost seven kilos of petrol per kilo of product!

LOCAL YES, BUT SEASONAL TOO

In this situation, the common opinion is that the solution would be found in supporting and promoting local productions, perhaps also by law, as already partially governed. But this is not enough! In fact, as Totò said in the film directed by Mario Mattioli with Aldo Fabrizi "it is the sum (of energy) which makes the total!". Well, this sum does not depend only on the waste of energy linked to transport, but also on that relating to production.

So, if a "close" product is out of season and uses the help of greenhouses heated by fossil fuel and/or large quantities of water, this product is not the most correct choice from the environmental point of view. Then, we have another paradox and, i.e. that a local product out of season can be more "energyvore" than a seasonal product supplied from a distance of many kilometres.

So, in this sphere, it is the chef, before the consumer who acquires great environmental and cultural power i.e. that of being able to choose and select the right product, in the right season, for the right recipe in the best territorial menu possible, balancing it under every point of view, from the nutritional to the environmental one; in one word only, by documenting and updating yourself for the whole of your professional life in favour of your own client and the environment.

A recommendation is therefore that of preventing "globalisation" and market logics which take us even further from the perception of such a "power". So, let us avoid allowing ourselves to be seduced by sales structures with products which, even though they are seasonal, come from far-off places simply because they are "cheaper". In fact, the risk is that in the "market logic" and in the logic of "price policy" the local producer will be eliminated, crushed by the price of the imported product and with very high environmental costs with which, on the other hand, we will have to try to (re)-construct a relationship which has been lost for a long time.

REDUCE GREENHOUSE GASES: A COMMON GOAL

Also, we should remember that the distance travelled by food is proportional to the greenhouse gases emitted by transport and refrigeration. All this is obviously valid for the fresh product. The question is different and much more complex for transformed

products, or products with the obligation of ripening or ethnic typicality, or perhaps of "niche" such as luxury products (Champagne, caviar etc.)

Regarding Champagne on the "Zero Kilometre" topic, drinks certainly deserve a separate chapter. If, in fact, with the exception of local vineyards and artisan beer makers, it is only right that certain productions – avoiding integralist excesses - should travel in order to allow different cultures to meet, get to know each other and to sympathise, joined by the discovery of new flavours and territorial (bio)-diversities.

Let us consume and therefore propose "local" and "seasonal" menus reducing and recycling as much as possible to contribute to achieving the Community goal of reducing greenhouse gas emissions by 20 per cent by the end of 2020.

The everlasting taste OF PASTA



see page 34
for the italian text

by **Sergio G. Grasso**
Food anthropologist

It is the queen of Italian food specialities. Dry pasta, made from durum wheat, arrived in Sicily with the Arabs and from there spread everywhere to become the "strong dish" of our gastronomy

In *Milione* Marco Polo mentioned that in China he had tasted food he didn't know, prepared with flour and water. This was enough to justify the belief, for a long time, that pasta was a Chinese invention, which reached Italy with the adventurous Venetian traveller. Unfortunately for gastro-gonzos, when Marco Polo talked about it, pasta had already been in existence since very ancient times in the Mediterranean area, where it was made with wheat flour.

The Etruscan matrons of the IV century B.C. were so used to home-made pasta that they wanted to be buried with the instruments they used to produce it. We have extraordinary proof of it in the Etruscan necropolis of Cerveteri, where, in the Tomba dei Rilievi a whole wall is covered in relief stuccoes depicting the tools used to mix, roll out and cut pasta: the board, rolling pin and even a cogged wheel for making tagliatelle!

Cicero and Horace already spoke two thousand years ago of "lagane", i.e. tagliatelle of water and flour, boiled or fried and the inevitable Apico recommended the use of "versatile lagane as containers for flans and pies". Our word "lasagna" in fact derives from *lagana*, and fettuccine in Basilicata and Calabria are still called *lagane* today. Naturally we are talking about "fresh" pasta, of wheat flour perhaps even mixed with egg.

THE SPREAD OF PASTA IN ITALY

For "dry" pasta, we had to wait for the Arabs who landed in Sicily in the IX century bringing durum wheat from North Africa instead of wheat (common wheat). Nomadic peoples have always used

dried food, difficult to digest and easy to transport. Couscous is nothing other than durum wheat superfine flour mixed with water and dried in the desert sun. Arab, but more precisely Maghreb was the invention of *bucatini* which, because they dried quicker due to the hole in the centre, could be preserved better.

The spread of Islam therefore brought with it dried pasta and it was an Arab writer, Abu Abdullah Muhammad Idris who confirmed to us that in 1150 (a hundred years before the birth of Marco Polo): "to the East of Termini near Palermo vermicelli (*itrya*) were made in large enough quantities to even supply the Muslim territories where large loads were sent by sea". The words "trenetta" and "troffia", two formats of pasta which are the gastronomic symbol of Liguria, derived from the Arab term *itrya* which means a "thin strip, band". The Ligurians have a more ancient relationship with pasta than you would think. It was thanks to the Genoese that the Sicilian *trii* landed in the shade of Vesuvius.

Dried pasta was in fact brought to Amalfi by Genoese sailors who had the monopoly of wheat in the Mediterranean. They bought it in the South – in Sicily and in Puglia – and sold it in the North, as far as Great Britain. Ingenious traders, learnt from the Arabs the technique of producing *itryas* and offered them to the ship owners of Amalfi who asked for food reserves which wouldn't spoil to be loaded onto ships.

And the second part of the medieval history of maccheroni which is handed down to us is also Genoese. It is dated 1279 and is contained in a notary deed with which Ponzio Bastone left a "barrel full of maccheroni" to his sons. Twenty years later, again in Genoa, the name of the first pasta maker in history was registered: Maria Borgogno owner of a house near the Port where "faciebat lasagnam" while in Recco (just a short distance from Genoa) a *cazza lasagnaria*, or a banal colander, was mentioned.

THE IMPERATIVE OF COOKING AL DENTE

So the history of pasta, long or short, fresh or dry, of flour or wheat, is therefore much longer than we would think. Even stuffed pasta (ravioli, tortellini, cappellacci, anolini etc.) is historically documented in Italy before the 1200. In spite of its tradition, during the last 50 years, pasta has suffered from every kind of insult: cooked in the oven until it burns to ashes, boiled at a low heat and left until it falls to bits, dressed with creams, puddings and milk shakes, camouflaged with every kind of spices, honey, milk and even coffee, chocolate and ice-cream... The terrible thing is that it wasn't only the United States who perpetrated these horrible crimes but also the Germans, the British and even our "cousins the French (kinsmen, snakes!!).

Let us confirm: pasta, all pasta, must be cooked al dente and is perfect – and more digestible – when the starch in the centre is still intact. But we must have the first confirmation of perfection when we chose it.

ON THE LABEL. LOOK FOR PROTEINS

Whatever its format, size, final usage, anyone who feels entitled to enjoy the maximum which a durum wheat pasta can offer must learn to look at it, to smell it and to touch it. It must be rough to the touch, light yellow to the eye and must have a pleasant smell of wheat to the nose. Durum wheat is much richer in protein elements than common wheat. It results in a pasta which holds up to cooking better, does not stick together and remains more elastic.

An infallible system is to read the protein content on the label: below 13% you will find a mediocre or even bad product on the plate. From 14% upwards, you start to talk of quality. No other food in the world wrinkles, spreads, lengthens, wraps, surrounds, expands, reduces, curls, turns head over heels, adapts to the strangest contortions and takes the shape of the freest wishes. Every format of pasta gives precise emotions but claims its sauces and exalts itself with simple cooking devices. Rough, hollow formats, sinuous and twisted offer gorges and ripples to which the sauces stick. Other rough and short ones are wrapped in dressings for just a second in the pan, up to sumptuous opulent ones, greedy coffers containing treasures of lightly blanched vegetables. What pleasure it is for us to bite into a rigatone, a bucatina or a penna which has been cooked just right.... Let us say: winding well-dressed spaghetti around a fork is the prelude to the pleasure of the senses. Not only taste, but also sight, smell, touch. Because the mouth is always there, just a short distance from the heart, together with the brain.

Good and healthy PASTA



by **Sara Farnetti**

Specialist in International Medicine
and Functional Nutrition

see page 36
for the italian text

The nutritionist reveals some advice on cooking, dressing and serving the most beloved Italian pasta dishes without having to make any sacrifices

According to Italian Law, dried pasta must be prepared with water and durum wheat flour which is the richest in protein complexes compared with common wheat flour; also, it stands up to cooking better and is more elastic and compact.

COOKING RULES

Cooking dried pasta is very simple, but it is crucial for its nutritional characteristics. 1 litre of water for every 100 grams of pasta is brought to the boil, adding salt (about 10 grams) when the water boils and not before. In this way the salt does not damage the bottom of the saucepan and does not ruin the steel, resulting in the release of toxic substances.

Pasta must be cooked "al dente". This conditions the speed with which the sugars contained in the pasta, or starches, are absorbed. Over-cooked pasta becomes saturated with water and is not only difficult to digest but absorbs more sugars, therefore releasing more insulin, making it easier for the person eating it to gain weight.

In addition to carbohydrates, the nutritional properties of pasta are dictated by the presence of proteins (10-12 per cent) and by the fact that the product is easy to digest, The starch content

ranges from 70 to 75 per cent, the calorie content is about 350 Kcalories per 100 grams.

The fat content is very small, lower than one per cent, and therefore allows a good choice of dressings. Pasta, on the other hand, is poor in mineral salts and vitamins; however, it does contain tryptophan, an amino-acid precursor of serotonin, the hormone of good humour and sleep.

BETTER TO EAT IT AT DINNER...

Here is a reason why it is a good idea to eat pasta at dinner: it induces sleep, unlike proteins which keep you awake and stress the nervous system. For those worrying about their figure and are afraid of putting on weight, you should combine foods with care. A menu including pasta at dinner, envisages a starter and/or a second course, but not a side dish of potatoes, bread or focaccia.

In short, we must consider that pasta is rich in starches, which become sugars, and therefore it is better to avoid eating with it foods which contain other starches. Rather, it is better to exaggerate with vitamins and fibres in raw vegetables, and, if you like, we can add a plate of cooked vegetables.

A dessert and fruit should, preferably be eaten with a second course, rather than a plate of pasta, to limit the menu's glycaemic content, i.e. the speed with which the glycaemia increases after eating pasta, in direct proportion to the insulin produced. This hormone is released when the sugars in the blood increase to reduce them, but it is also able to give a signal that it fosters the depositing of fats.

AND TO DRESS IT "CUNNINGLY"

So, pasta must be made as least sugary as possible, dressing it "al dente", avoiding mixing pasta with other starches or sugars and using healthy dressings which slow down its assimilation. The addition of both raw and cooked extra-virgin olive oil carries out this action. Dressing pasta cooked "al dente" with hot oil limits the digestion of starches due to the formation of links between the oil and the surface sugars of the pasta, Therefore a dish of 80-100 grams of pasta is better with vegetables, or with fish, or with sauces which allow the pasta to be dressed in the pan, rather than a larger portion of undressed pasta.

Eduardo De Filippo's RAGU MEAT SAUCE

see page 50 for the italian text

The collaboration between Fic and the transmission "Geo & Geo", which airs on Rai3 every Monday, has begun with cultural-gastronomic curiosities and recipes.

The Federation of Italian Chefs is a permanent fixture on Rai TV channels. Since last September, Alessandro Ciriello – long at the cutting-edge of the organization – has been joined by other of our expert professionals.

In particular on Geo & Geo on Rai 3, the Federation of Italian Chefs has lined up Pietro Roberto Montone, Giacomo Giancaspro, Michele D'Agostino e Luigi Vitiello. A quartet of expert,

highly competent professionals who will work side-by-side, until May, with the editorial team of the well-known transmission presented by Sveva Sagromola. Opening the series of 'cultural' recipes was Pietro Roberto Montone who presented, to great public viewing ratings, Eduardo De Filippo's original recipe for 'ragù' meat sauce. A singular recipe preceded by the airing of Eduardo's poem "O Raù", read by his son Luca De Filippo.

Starting with this edition, *Il Cuoco* magazine will feature recipes and curiosities presented each Monday at around 17.30 by our four chefs on the popular Rai 3 programme.

THE LEGEND OF NEAPOLITAN RAGÙ MEAT SAUCE

In Naples at the end of the 1300's existed the Company of Whites of justice who roamed the city on foot appealing for "mercy and peace". The company reached the "Emperor's Palace" (which still exists in Via Tribunali), home to Carlo, emperor of Constantinople and Maria di Valois, daughter of King Charles of Angiò. In the palace at the time lived a man who was enemy to all, as rude as he was cruel, whom everybody tried to avoid. The company's preaching convinced the populace to make peace with their enemies, but only the nobleman living in the "Emperor's Palace" decided not to accept the White's invitation, forever harbouring ancient and enduring grievances as he did. Not even when his three month old son, in his wet-nurse's arms, slipped his tiny hands from his swaddling and crossing them cried three times "Mercy and peace", did he give in. The nobleman was blinded by rage, fostering resentment and vengeance, and one day his Lady tried to soften him up by preparing a plate of maccheroni for him. Providence filled the plate with a sauce full of blood. Finally moved by the miracle, the obstinate man made peace with his enemies and took to wearing the white habit of the Company. Following this unexpected decision, his wife prepared maccheroni once more which again – as if by magic – became red. But that odd sauce had a strange and inviting smell and on tasting it, the man found that it was truly delicious and tasty. He called it 'raù', which was his son's name.

QUOTATION

" For how many centuries has ragù meat sauce returned to Neapolitan dining-tables, every Sunday, like mass to the altars? From the earliest hours of the morning a gentle vapour takes leave of terracotta cooking pots where onions are becoming golden and basil, freshly picked from the window sill, gives off its noble essences. The Naples sky presides over the ragù's fate, because one does not cook ragù meat sauce but rather achieves it; it is not a sauce but the history and story and the poem of a sauce... At no stage in the cooking should it be left alone; like a piece of music interrupted and then resumed is no longer music, so a neglected ragù ceases to be a ragù and indeed loses any chance of becoming one."

From the book "*The Gold of Naples*" by Giuseppe Marotta.

WHAT HAPPENS IN THE PAN

The meat. With cooking sensorial and nutritional changes come about. It is important to carry-out the cooking process well as there could be some negative effects such as certain essential amino acids being destroyed and the loss of certain heat-unstable vitamins (group B and vitamin C). During cooking the denaturation of the proteins and consequent loss of liquid comes about. Fat is released and enriches the taste of the meat and then to complete

the tenderisation is the collagen which solubilizes (at temperatures of 60-65°C). Furthermore, the escape of minerals, vitamins and soluble peptides occurs (short protein chains). The salt added also tenderises the meat further, having a hydrating effect on the fibres. The loss of the meat's nutritional values is mitigated by the fact that it is added to the sauce itself.

The vegetables

With long cooking the vegetables lose their rigid structure through the fragmentation of cellulose to shorter fibres. Simmer, don't boil the sauce, as this avoids reactions which could alter the taste of the sauce. Rosemary releases essential oils which affect the taste-buds and therefore the final flavour of the ragù meat sauce.

Curiosity

Copper and aluminium can increase the speed of vegetable oxidation with consequent decomposition of folic acid and vitamin E.

The NIC

see page 55 for the italian text

The Italian National Chefs' team (NIC), was established in 2004 as an emanation of the Italian Chefs' Federation, which brings together over 20 thousand Italian chefs. It's structured into two distinct teams: the National Major and National Under, made up of young chefs who could later go on to join the NIC team.

In their respective categories, both teams take part in important international culinary competitions reserved for chefs. Team manager and the sole contact for all NIC activities is Chef Fabio Tacchella.

In three years of activity the teams have won many prizes, medals and acknowledgements at some of the most important culinary events of recent years. Through this success, NIC is making a significant contribution to spreading Italian gastronomic culture and the concept of Made in Italy.

The ATENEO

see page 59 for the italian text

The Ateneo della Cucina Italiana is the professional updating school of the FIC. It was founded as a cultural and gastronomic venture aimed at fostering the development of professionals in line with the current needs of the catering world. Able to develop balanced analyses, to design, listen to and spread the millenary culture of Italian cooking.

The Ateneo della Cucina Italiana has various headquarters for courses in Italy (see on the site www.fic.it) and also organises lessons and refresher courses abroad, for FIC delegations and for cultural organisations which request them.

DIPLOMA OF MERIT - The Management of Federazione Italiana Cuochi and the Editorial Department will send the DIPLOMA OF MERIT to all Colleagues who have published their own proposal on the magazine IL CUOCO. Write to: fic@fic.it

Pensavo fossero... BACI DI DAMA

[Invece sono semisfere
di parmigiano con crema
di caviale e ricotta]

LA RICETTA

Miscelare 100 grammi di Parmigiano Reggiano con 30 grammi di Fontina. Dividere il composto in due parti. Aromatizzare il primo composto con 20 grammi di pistacchi freschi tagliati grossolanamente. Al secondo composto unire 10 grammi di sesamo nero e 2 grammi di cacao amaro. Porre i composti, separatamente, in stampini di silicone a forma di mezza sfera e cuocere in microonde per circa un minuto alla massima potenza. Condire 30 grammi di ricotta vaccina con sale, pepe e 10 grammi di caviale fresco Asetra Kazakh Kaviar. Spalmare con questo composto le mezze sfere e unirle due a due.

Immagine tratta dal libro "Pensavo fosse... invece è! Giochi di percezione nel gusto", edito da La Rassegna (Bergamo), a cura di Daniela Nezosi (Accademia del Gusto, Ascom Confcommercio, Bergamo) con le ricette di Francesco Gotti e le fotografie di Paolo Chiodini (Studio fotografico Phototecnica, Brusaporto - BG).



NUOVA COLLEZIONE
GIACCA ITALIA

carine

WWW.CARINE.IT



per una maggiore
forza della tua
azienda in Italia
e nel mondo
punta sulla
**Federazione
Italiana
Cuochi**



**A fianco delle aziende, enti,
istituzioni pubbliche e private con**

- Concessione marchio "Approvato F.I.C."
- Azioni di marketing mirate
- Organizzazione concorsi
- Comunicazione
- Visibilità
- Operazioni commerciali
- Partecipazione a manifestazioni fieristiche in Italia ed all'estero
- Organizzazione corsi di formazione
- Consulenze tecniche e studio di prodotto

**Ed anche con la rivista "Il Cuoco", per comunicare
direttamente con**

- Associati F.I.C.
- Operatori della ristorazione
- Presidenti, segretari continentali
e segretari generali di 75 nazioni

**A fianco degli chef per favorire i contatti con
colleghi italiani ed esteri, per valorizzare la loro
professionalità e..... la loro vena artistica**