

il CUOCO

MAGAZINE UFFICIALE DELLA FEDERAZIONE ITALIANA CUOCHI

Edizione speciale digitale
Luglio/Agosto 2014 - N. 318



Ingredienti di qualità:
LE CERTIFICAZIONI

ARTISTICA 2014:
aperte le iscrizioni

I GRANDI CONCORSI
dell'autunno

GIACCA € 42.70
MANUEL FIC iva inclusa

CAPPELLO ROY FIC € 9.15
FALDA BRYAN FIC € 15.86
PANTALONE ROGER FIC € 31.72



Chef
carine

www.carine.it

SPEDIZIONE GRATUITA
SU TUTTI GLI ACQUISTI ONLINE
CON CARTA DI CREDITO
Ordine minimo € 30.00

Info@carine.it



GIACCA € 59.78
EXECUTIVE FIC iva inclusa

PANTALONE ROGER FIC € 31.72

carine

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 del
8-12-1960 - Iscritto al ROC. N. 18609

Direttore Responsabile
EUGENIO MEDAGLIANI

Comitato di Redazione:
SALVATORE BRUNO, PAOLO CALDANA,
GIOVANNI GUADAGNO,
PIETRO ROBERTO MONTONE, STEFANO PEPE

Coordinamento redazionale:
CHIARA MOJANA

Collaboratori: Giancarlo Cammisa,
Antonio Cascone, Alessandro Circiello,
Michele D'Agostino, Giuseppe Giuliano,
Giovanni Guadagno, Francesco Lopopolo,
Loris Macario, Vito Mastrosimini,
Eugenio Medagliani, Antonio Passaseo,
Stefano Pepe, Alberto Somaschini,
Valentina Tepedino

Progetto e realizzazione grafica:
PIGIERRE S.r.l. - Milano

Traduzioni: Hispania - Milano

Banca Popolare Commercio & Industria
Viale delle Province, 34/46
00162 - Roma - Filiale 2095
C/C 000000000339 - 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)**
Presidente: Seby Sorbello
Amministratori: Paolo Caldana,
Maria Antonietta Miracolo,
Vittorio Sallustio, Fabio Tacchella



Associata all'USPI



di **Paolo Caldana**
Presidente Nazionale FIC



Segui Federazione Italiana Cuochi
su FB e www.fic.it

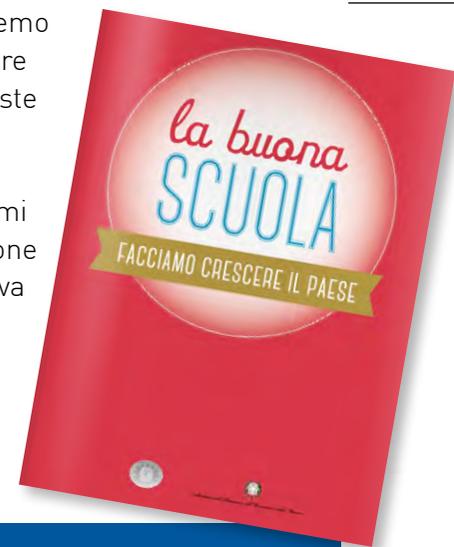
Alternanza scuola-lavoro nel *Patto Educativo di Renzi*

4

Il 3 settembre il premier Matteo Renzi ha presentato la riforma della scuola, o meglio, il patto educativo. E lo ha fatto attraverso un **video** e una pubblicazione intitolata **La Buona Scuola** cui hanno lavorato tra luglio e agosto Matteo Renzi e il ministro dell'Istruzione Stefania Giannini e che potete leggere integralmente cliccando **qui**.

“Vi propongo un patto educativo, non l'ennesima riforma, una cosa diversa: abbiamo un anno di tempo per rivoluzionare la scuola italiana, ma soprattutto per darle importanza”, afferma il premier. E più

avanti: “Se noi saremo in grado di ripensare a come l'Italia investe sulla scuola allora costruiremo la crescita dei prossimi 20 anni, un'occasione di bellezza educativa per i nostri figli”. E così lancia una campagna di ascolto dal 15 settembre al



In copertina: quattro degli chef membri del direttivo della N.I.C. da sinistra, Felice La Forgia, Daniele Caldarulo (Team manager), Pierluca Ardito (Team coach) e Francesco Dibenedetto

15 novembre alla quale invita studenti, insegnanti, genitori, amministrativi a dire che cosa vogliono dalla scuola italiana e che cosa si debba studiare.

La proposta del governo Renzi è di estremo interesse anche per la nostra categoria professionale. Penso agli istituti alberghieri e di formazione dei nostri ragazzi e al beneficio che potrebbero trarre



dal punto di vista della loro preparazione professionale se uno dei punti in allegato al rapporto **La Buona Scuola** potesse tradursi in realtà.

Al **punto n. 11** si legge infatti che la “buona scuola” è: **Fondata sul lavoro**. *Alternanza Scuola-Lavoro obbligatoria negli ultimi tre anni degli istituti tecnici e professionali per almeno 200 ore l'anno, estensione dell'impresa didattica, potenziamento delle esperienze di apprendistato sperimentale.*

La Federazione Italiana Cuochi non mancherà di esprimere nelle sedi opportune la propria opinione a riguardo e invita tutti i suoi soci insegnanti e studenti a partecipare alla “campagna di ascolto”, attraverso il sito: **labuonascuola.gov.it**. Contro la crisi e le sfide del mondo del lavoro, anche a livello internazionale, abbiamo bisogno di giovani ben preparati, grazie alla giusta alternanza tra scuola e lavoro. 🇮🇹



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



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

| | |
|-----------------------------|----------------------|
| Presidente | CALDANA PAOLO |
| 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 |

CONSIGLIO NAZIONALE - Gianluca Masullo, Stellini Vittorio, Bedale Angelo, Grasso Renato Giuseppe, Bresciani Carlo, Castelli Ferruccio, Cranchi Carlo, Bassi Fernando, Manzatto Graziano, Momolo Fabio, Stofella Bruno, Pontoni Germano, Blasi Wilson, Barbieri Ivanna, Mariani Franco, 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

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

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 - *Dipartimento Emergenze:* Rosati Roberto

COMPARTIMENTI FIC - *Ordine dei Maestri di Cucina ed Executive Chef:* Nardelli Giorgio - *Ateneo della Cucina Italiana:* D'Agostino Michele
NIC e Junior Team: Caldarulo Daniele - *Lady Chef:* Bugari Gabriella - *Coordinamento Giovani:* Circiello Alessandro, Drago Gianluca

INCARICO SPECIALE - *Project manager:* Pozzulo Rocco

SENATORI A VITA (MEMBRI ONORARI) - Cicolini Bruno, Rossi Egidio, Antifora Pasquale, Cascino Salvatore, Di Cristo Benito, Caprio Nono, Morvillo Antonino, Mungo Francesco, Consentino Mario, Maulini Giovanni

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:* Seby Sorbello - *Amministratori:* Paolo Caldana, Maria Antonietta Miracolo, Vittorio Sallustio, Fabio Tacchella



EDITORIALE Scuola-lavoro
nel Patto Educativo del Governo pag. 4



EVENTI pag. 10



CONCORSI
Artistica: aperte le iscrizioni pag. 13



SAPERI E SAPORI
L'arte di tenere il vino in fresco pag. 20



BUONO A SAPERSI
Materie prime certificate pag. 22



DIDASKO
Nutrire il pianeta, nutrire l'uomo pag. 24



MERCATO ITTICO Tracciabilità
e filiera: parole o realtà? pag. 26



LA PASTICCERIA Mousse alla frutta
e meringa italiana pag. 29



SPAZIO GIOVANI
Le ricette di Giancarlo Cammisà pag. 37



PROFESSIONE CUOCO

Intervista a Gennaro Esposito pag. 42



NAZIONALE ITALIANA CUOCHI Intervista al team coach Pierluca Ardito pag. 49



RICETTE DA COMPETIZIONE I piatti degli chef della Nazionale Italiana Cuochi pag. 53



ATENEIO DELLA CUCINA ITALIANA Il sale marino, fonte di vita pag. 60



RACCONTO DEI RACCONTI

Dello sgomento alimentare pag. 67



ENGLISH TEXT

News of international interest pag. 80



Le notizie dalle associazioni, unioni e delegazioni F.I.C.

In questo numero:

AVELLINO

CUNEO

MACERATA

PADOVA

SARDEGNA

SORRENTO

STABIESE EQUANA MONTI LATTARI

VITA ASSOCIATIVA

La FIC in Italia e nel mondo da pag. 67

Gli ingredienti giusti per il comfort dei tuoi piedi.

tpu-SKIN® SUOLA DEFATICANTE

SmellStop FODERA ANTIDODORE

Sticking SUOLA ANTISCIVOLO

ACQUISTA
ON LINE
25%
DI SCONTO
PER I TESSERATI
F.I.C.*



Base Protection
approvato dalla FIC



Partner Ufficiale della
Nazionale Italiana Cuochi

BASE
comfortable safety shoes



BASE
iTech Available on the
App Store | Android

T +39 0883 334815 www.baseprotection.com

PARTECIPA ANCHE TU AI CONCORSI
E AGLI EVENTI ORGANIZZATI DALLA FIC.
TUTTI GLI APPUNTAMENTI SONO SEGNALATI
ANCHE SUL SITO WWW.FIC.IT



Il Forum dei giovani chef

L'11 novembre presso la Fiera di Roma "Tirreno CT Roma da gustare" si svolge la nuova edizione dell'**Agorà dei Giovani**. Un punto di riferimento didattico che quest'anno cercherà di mettere a fuoco l'importante legame esistente fra "tradizioni alimentari" e sfruttamento sostenibile delle risorse agroalimentari e animali nel rispetto della biodiversità, in linea con le tematiche care ad Expo 2015.

Scarica la locandina dell'evento.



Verso la Coppa del Mondo

La Villeroy & Boch Culinary World Cup si svolgerà in Lussemburgo dal 22 al 26 novembre. In cinque giorni oltre 105 squadre (nazionali, junior, regionali e altre) in rappresentanza dei cinque continenti prenderanno parte ad una straordinaria competizione culinaria. I loro menu saranno valutati da una giuria internazionale composta da 55 grandi chef, che faranno in modo che le diverse competizioni possano svolgersi nel rispetto delle regole dell'arte culinaria.

Senza glutine, con gusto!

Complimenti al nostro collega e socio Marcello Ferrarini che conduce il primo programma Tv interamente dedicato alla cucina per i celiaci. Dal 15 settembre su Gambero Rosso Channel!



10

Calendario

OTTOBRE:
13 Festa Nazionale del Cuoco, tutta Italia

NOVEMBRE:
9-12 Artistica, Roma
21-22 Expogast Villeroy & Boch Culinary World Cup, Lussemburgo



Fiera di Roma, 11 novembre 2014

AGORÀ

FIC

FEDERAZIONE ITALIANA CUOCHI
IL FORUM DEI GIOVANI CHEF
A SCUOLA DI GUSTO CON LE ECCELLENZE AGROALIMENTARI ITALIANE

La manifestazione

La nuova Edizione dell'Agorà dei Giovani, prevista l'11 novembre 2014 presso la Fiera di Roma "Tirreno CT Roma da Gustare", si annuncia come importante punto di riferimento didattico per tutto il comparto produttivo dell'ospitalità e della ristorazione mediterranea.



I ♥ TIRRENOCT
ROMA DA GUSTARE



LA CUCINA ITALIANA FRA ARTE E GUSTO, IN CAMMINO VERSO "EXPO 2015"

Lo scopo

La Federazione Italiana Cuochi, fuori dagli spazi istituzionali di formazione, ha l'obiettivo di favorire l'incontro, l'ascolto e la relazione attiva dei giovani con grandi maestri della ristorazione italiana. Un contatto fondamentale per quanti si avviano all'esercizio della professione, ma anche indispensabile per comprendere oggi l'identità contemporanea della nostra cucina attraverso l'esperienza, le dimostrazioni e le personali chiavi di lettura di grandi professionisti emergenti e maestri consolidati dell'arte culinaria.



Il Tema principale di Expo 2015 "Nutrire il Pianeta, Energia per la vita" metterà presto in evidenza una serie di importanti argomenti legati all'alimentazione. Il Cibo, ad esempio, sarà visto come sinonimo di energia disponibile del pianeta per il nutrimento di ogni essere o veicolo di pratiche fondamentali quali la promozione della salute del corpo umano e il suo sviluppo in conformità alle risorse dell'ambiente.

All'interno di questi orientamenti l'Agora dei giovani 2014 cercherà di mettere a fuoco l'importante legame esistente fra "tradizioni alimentari" e sfruttamento sostenibile delle risorse agroalimentari ed animali nel rispetto della bio diversità ambientale di ogni ecosistema. Il suo titolo, "La Cucina Italiana contemporanea tra arte e gusti", vuole infatti essere un modo per riflettere su distinte identità culturali e sociali del mondo attraverso le loro tradizioni alimentari,



analizzandone elementi di contaminazione culturale, rilanciando il problema di una nutrizione sostenibile e orientata al benessere della persona, nonché quello dell'attività ristorativa come luogo di sperimentazione per sviluppare pratiche di "green economy".



La gustosa estate di Rai 1 con Vitiello, Di Felice e D'Agostino

UN VIAGGIO TRA SAPORI E TRADIZIONI REGIONALI IN COMPAGNIA DEI CUOCHI FIC. È STATO QUESTO UNO DEI FILI CONDUTTORI DELLE PUNTATE DI “UNOMATTINA ESTATE – SAPORE DI SOLE”, CONDOTTE DA INGRID MUCCITELLI. PROTAGONISTI DELLA TRASMISSIONE DI RAI 1, SPECIALITÀ GASTRONOMICHE E PIATTI REGIONALI SONO STATI INFATTI RACCONTATI ANCHE GRAZIE ALLA COMPETENZA DEI NOSTRI ASSOCIATI, OSPITI IN STUDIO.

Così, il 3 luglio, è stato il Presidente dell'Unione Regionale Cuochi Campani, **Luigi Vitiello**, a svelare i segreti di una ricetta simbolo della sua terra, la Parmigiana di melanzane: fino a 5 strati di piacere resi ancora più gustosi dall'uso della Provola. Il 10 luglio, **Andrea Di Felice**, Presidente dell'Unione Regionale Cuochi Abruzzesi, ha invece raccontato il suo “Filetto di maiale in olio cottura”, ovvero al forno affogato nell'olio, reso ancora più caratteristico dall'uso del caramello di liquirizia. Ma l'esperienza dei cuochi FIC è stata chiamata in causa anche su argomenti diversi, come è accaduto il 21 agosto quando in studio si è parlato di matrimoni, con un occhio al risparmio e uno alla qualità. Ad affrontare un argomento tanto delicato è stato chiamato il **Maestro Michele “detto Lello” D'Agostino**, Coordinatore dell'Ateneo della Cucina Italiana. Tre i piatti sfiziosi, buoni ed economici presentati dal Maestro: “Polpo alla griglia con stracciatella di burrata”, “Mezzi paccheri con polpa di gallinella” e “Filetti di sgombrò in pastella di tempura”, per un pranzo di nozze raffinato ma dai prezzi contenuti.



Artistica 2014: *sono aperte le iscrizioni*

LA COMPETIZIONE INTERNAZIONALE DI CHEF E PASTICCIERI ARTISTI SI SVOLGERÀ DAL 9 AL 12 NOVEMBRE ALLA FIERA DI ROMA NELL'AMBITO DI "TIRRENO CT ROMA DA GUSTARE". È POSSIBILE ISCRIVERSI FINO AL 22 OTTOBRE

Finalità della Manifestazione

La **Federazione Italiana Cuochi (FIC)** in partnership con la **Federazione Italiana Pasticceri (FIP)** e con il sostegno della **"Tirreno CT Roma da Gustare"** rilancia a Roma la nuova edizione di una delle più importanti competizioni italiane sulle performance dal vivo e l'esposizione di opere espressive con materie alimentari.

Con la manifestazione s'intende promuovere una competizione a carattere nazionale e internazionale (estendendo la partecipazione a concorrenti esteri della WACS Società Mondiale degli Chef) che valorizzi le competenze dei professionisti della gastronomia (cuoco, pasticcere, panificatore ecc.) nelle **diverse espressioni estetiche legate al trattamento**

artistico del prodotto gastronomico: *Intaglio Vegetali, Sculture Formaggio o Lavorazioni in Margarina, Trionfi di Frutta e Vegetali, Sculture di Ghiaccio, Lavorazioni in Zucchero o in Cioccolato (diverse tecniche), Composizioni in Pasta Pane, Composizioni in Pastigliaccio o Marza-pane, Cake Design ecc.* Un'occasione che permetta di far emergere quanti si dilettano a livello professionale o competitivo nella manipolazione di materie alimentari esclusivamente a scopo plastico o espressivo, per essere ammirate.

L'evento, raggruppando in un'unica esposizione le discipline e lavorazioni estetiche legate al mondo della gastronomia in generale è un'opportunità culturale che la **FIC**, la **FIP** e la **"Tirreno CT Roma da Gustare"** intendono destinare a professionisti giovani e meno giovani, per favorire lo scambio e il confronto tecnico, l'arricchimento artistico e, soprattutto, la divulgazione di nuovi orientamenti legati alla presentazione dei prodotti alimentari. Fra le tante tematiche oggi in discussione nel settore è di grande attualità quella che vede la cucina e la pasticceria raggiungere, da una vocazione tecnica di pura artigianalità, **livelli estetici che spesso si collocano in aree contigue all'arte o al design, esaltando negli operatori doti naturali**



spesso mortificate dalla mera trasformazione funzionale degli alimenti.

“Artistica 2014” rappresenta un tentativo di dare risposte a queste aspirazioni e al tempo stesso un’opportunità per l’imprenditoria ristorativa, alberghiera o comunque legata al settore gastronomico di valutare l’efficacia di queste forme espressive per incrementare l’offerta propriamente detta o la promozione dei prodotti.

Soprattutto, all’interno di una fiera come la **“Tirreno CT Roma da Gustare”**, l’iniziativa vuole rappresentare **un momento d’incontro qualificato fra le aziende del settore foodservice con chef e pasticciери professionisti**, valorizzandone le professionalità e doti tecniche con l’assegnazione di importanti riconoscimenti.

Nei quattro giorni dedicati alla competizione saranno inoltre previste a scopo formativo dimostrazioni e lezioni a cura di maestri in varie discipline, show e performance dal vivo rivolte al pubblico e all’aggiornamento degli operatori.

Obiettivi dell’evento

- Raggruppare le molte espressioni della cucina e della pasticceria artistica in un’unica manifestazione competitiva;
- Raccogliere in un’unica arena differenti manifestazioni artistiche delle abilità di chef, pasticciери ed operatori gastronomici.
- Confrontare in un’unica competizione tutti i manufatti estetici del prodotto “gastronomico” senza una preliminare categorizzazione tecnico-specialistica degli stessi.
- Premiare ed attribuire attraverso una giuria qualificata riconoscimenti per ogni giornata alle opere artistiche risultate più interessanti, valutandole secondo indicatori tecnici ed estetici opportunamente approntati per questi manufatti.

Regolamento della manifestazione

1. Sono ammessi a partecipare alla competizione, attraverso la compilazione dell’apposita domanda di iscrizione (modulo pre-stampato scaricabile [cliccando qui](#)), Chef, Pasticciери ed altri operatori del settore alimentare con competenze e professionalità di diverso genere che desiderino esprimere con un proprio elaborato particolari doti tecniche o competenze artistiche.
2. Il Concorso è una Competizione ufficiale organizzata dalla Federazione Italiana Cuochi in partnership con la FIP e riconosciuta dalla WACS - Società Mondiale degli Chef.
3. Le categorie di concorso previste saranno: Cat. A (Opere Pronte) Cat. B (Opere dal Vivo) e Cat. C (Opere Fuori Concorso).
4. Ogni Concorrente potrà partecipare alla Competizione presentando uno o due elaborati legati esclusivamente all’espressione estetica del “Bellavista” scegliendo tra diverse forme espressive: Intaglio di Vegetali, Sculture di Formaggi, Trionfi di frutta e Vegetali, Sculture di Ghiaccio, Lavorazioni in Zucchero (in diverse tecniche) o in Cioccolato, composizioni in Pasta Pane, Lavorazioni in Margarina o altri grassi, Composizioni in Pasta Marzapane, Composizioni di Pastigliaccio, Cake Design ed altri lavori decorativi o plastici che prevedano l’impiego esclusivo di materiali alimentari.
5. Come riportato nella scheda d’iscrizione ogni concorrente potrà partecipare con non più di 2 opere, anche appartenenti a generi distinti, presentate nella medesima giornata. Tutte le opere saranno valutate singolarmente nella competizione giornaliera;
6. Tutte le opere artistiche presentate, appartenenti ad una delle categorie elencate, sono da considerarsi ai fini del concorso uniche nel genere e paragonabili fra di loro senza alcun tipo di catalogazione predeterminata;

7. La Giuria valuterà elaborati realizzati con soli prodotti commestibili, adottando a tal fine una griglia unificata con indicatori comuni per tutte le opere;
8. Sono ammesse solo strutture di base con materiali non alimentari per sostenere eventuali pesi particolari nelle sculture; nel caso specifico il Concorrente dovrà segnalare alla Giuria, prima della valutazione le caratteristiche e il materiale usato;
9. La giornata di esposizione delle opere partecipanti è fissata dall'organizzazione, la quale sceglierà di programmare il calendario in base a specifiche esigenze organizzative, prendendo in carico eventuali disponibilità dei concorrenti che verranno segnalate nella scheda di iscrizione.
10. Le opere dovranno rimanere esposte al pubblico sino al termine della giornata designata, per consentire alla stampa, alle giurie, ai colleghi operatori e al pubblico di verificare i lavori o il relativo punteggio assegnato. Solo dopo la premiazione giornaliera e con l'autorizzazione dell'organizzazione le opere esposte e valutate potranno essere ritirate dai concorrenti.
11. Ogni Concorrente dovrà presentarsi per tutta la durata del lavoro in divisa completa. Nel cerimoniale delle premiazioni la Giuria assegnerà i relativi riconoscimenti a concorrenti rigorosamente in divisa.
12. Ad ogni espressione artistica, indipendentemente dal genere e dal tema, l'organizzazione metterà a disposizione un tavolo espositivo di 140x80. Le misure massime entro le quali le opere da assemblare dovranno essere raccolte sono di 140x80. I Tavoli non sono previsti di tovaglia. Nel caso i limiti massimi non fossero rispettati la giuria assegnerà all'elaborato eventuali penalità. Le richieste per eventuali prese di corrente o altre esigenze dovranno essere segnalate al momento dell'iscrizione.

13. Per quanti eseguiranno sul posto le Opere dal Vivo Cat. B, l'organizzazione assegnerà una postazione individuale di lavoro di 140x80. I tavoli non sono previsti di tovaglia. Le richieste per eventuali prese di corrente o altre esigenze dovranno essere meglio specificate all'organizzazione al momento dell'iscrizione.

14. Per la valutazione degli elaborati da parte delle Giurie gli indicatori sono i seguenti:

| | |
|---|-----------------|
| Presentazione | 25 punti |
| Composizione | 25 punti |
| Tecniche Professionali di Corretto Assemblaggio o Esecuzione | 25 punti |
| Innovazione e Grado di Difficoltà | 25 punti |

L'assegnazione dei punteggi, ripartita in sezioni come da tabella, terrà conto dei seguenti valori o criteri presenti nelle opere e negli elaborati:

NELLA PRESENTAZIONE: Che i pezzi siano completati nei tempi stabiliti; Che la visione tridimensionale dell'opera sia accattivante da tutte le angolazioni; Che il tema scelto non sia offensivo o violento, oppure sia espresso attraverso una rappresentazione indiretta; Che il soggetto sia chiaro, proporzionale, e ben equilibrato; Che l'elaborato sia adeguatamente ed elegantemente colorato;

NELLA COMPOSIZIONE: Che vengano utilizzate più tecniche nella stessa opera; Che l'elaborato abbia un fuoco prospettico chiaro e una corretta prospettiva; Che il tema sia intelligentemente esposto, ben studiato, e chiaramente compreso; Che il design sia elegante; Che sia fatto, ove eventualmente occorrono, un uso di stampi molto limitato e che comunque non vengano utilizzati nell'esecuzione stampi commerciali; Che l'impiego di polveri luccicanti o metallizzate sia limitato e discreto; Che siano impiegate in modo vario texture contrastanti: lucido,

opaco, liscio, ruvido, piatto, ondulate, areate, rasate, ecc; Che la composizione sia leggera e ben equilibrata;

NELLE TECNICHE PROFESSIONALI DI CORRETTO ASSEMBLAGGIO O ESECUZIONE: *Che nelle sue parti, se applicabile, l'opera sia Anatomicamente corretta; Che le varie parti siano correttamente assemblate, senza giunture visibili, impronte o sbavature; Che l'assemblare non presenti leganti diversi dai materiali lavorati nell'elaborato; Che i pezzi assemblati si adattino perfettamente; Che fusi o pezzi siano privi di bolle, onde o crepe involontariamente prodottesi; Che incisioni di coltelli e curve siano precise; Che l'impiego di spray sia pulito, non eccessivo, senza sgocciolamenti o sbavature visibili; Che tutti gli elementi coloranti siano alimentari; Che i colori siano fedeli alla natura e/o armoniosamente miscelati; Che le pitture e/o serigrafie siano pulite e prive di sbavature; Che eventuali pennellate siano precise e lisce; Che l'aerografia sia delicata e complessa.*

NELLA INNOVAZIONE E GRADO DI DIFFICOLTÀ: *Che il Pezzo sia originale e creativo; la Tecnica innovativa è ripetibile; Che vengano utilizzati strumenti nuovi e/o innovativi per le realizzazioni; Che il grado di difficoltà sia alto; Che l'elaborato abbia richiesto un tempo adeguato per esser progettato e prodotto.*

- 15 Il giudizio della Giuria è insindacabile. Solo al termine delle valutazioni i membri di Giuria saranno disponibili a fornire tutte le informazioni relative alle valutazioni espresse.
- 16 Le quote di partecipazione non saranno restituite per nessun motivo.
- 17 Tutti i partecipanti alla Manifestazione **"ARTISTICA"** accettano con l'iscrizione il regolamento e le direttive in esso presenti, autorizzando attraverso liberatoria la Fiera **"Tirreno CT Roma da Gustare"**, la **FIC** e la **FIP** all'utilizzo di tutto il materiale fotografico, riprese d'immagine in video

e voce e quant'altro sia utile all'organizzazione al fine di diffondere con ogni mezzo le opere esposte, la partecipazione dei concorrenti e il trattamento dei dati per finalità attinenti al concorso ed alla sua promozione.

- 18 La **FIC**, la **FIP** e la **"Tirreno CT Roma da Gustare"** avranno la libertà d'utilizzare il materiale fotografico della competizione senza nessun vincolo da parte dei Concorrenti o altri soggetti coinvolti.
- 19 La **FIC**, la **FIP** e la **"Tirreno CT Roma da Gustare"** non assumono nessuna responsabilità penale e civile legate alla partecipazione dei concorrenti ad **"ARTISTICA"**.
- 20 Tutti i concorrenti al momento della registrazione e dell'esposizione della loro opera dovranno indicare il nome assegnato all'elaborato, che sarà riportato nel cartellino per l'esposizione ed in tutti i comunicati stampa.
- 21 La competizione favorisce la dimostrazione dal vivo di preparazioni ed elaborati artistici. La giuria valuterà con attenzione la fase di lavorazione e l'opera esposta.
- 22 **Un premio speciale, dedicato alla memoria di Gian Paolo Cangi che fu l'ideatore del concorso**, verrà assegnato all'opera eseguita dal vivo che avrà ottenuto il punteggio più alto della giornata. La Giuria, nella propria autonomia, avrà la facoltà d'assegnare per ogni giornata espositiva, eventuali altri Premi Speciali a Concorrenti che avranno raggiunto particolari graduatorie o per alcune discipline particolarmente difficili e innovative.
- 23 I concorrenti che partecipano nelle **Cat. A** sono esclusi dalla graduatoria per l'assegnazione del premio speciale, riservato invece alle esposizioni elaborate dal vivo.
- 24 Tutti i Concorrenti riceveranno l'attestato di partecipazione alla competizione.
- 25 Le medaglie, per le due categorie in concorso, saranno assegnate seguendo indicazioni internazionali, per

un massimo di 100 punti, con la seguente ripartizione: Punti 100 = medaglia d'Oro con menzione; Punti 90-99 Medaglia d'Oro; Punti 80-89 Medaglia d'Argento; Punti 70-79 = Medaglia di Bronzo; Punteggi inferiori = diploma

- 26** Al termine di tutta la competizione la Giuria assegnerà uno o più Premi Speciali **“Tirreno CT Roma da Gustare”**, valutando tutte le classifiche della manifestazione.
- 27** La quota d'iscrizione riportata sulle schede si riferisce alla singola presentazione di un'opera o al massimo di due opere nella singola giornata.
- 28** La partecipazione in differenti giornate di un unico concorrente non è prevista.
- 29** Tutte le opere esposte nella **Cat. A** non devono aver partecipato ad altre Manifestazioni competitive nei tre mesi precedenti ad **“ARTISTICA”**.
- 30** Ai Concorrenti, dopo la regolare iscrizione, verranno comunicate eventuali altre direttive e indicazioni utili per la loro esposizione.

Norme per la partecipazione

Cat. A - Opere Artistiche pronte

- I partecipanti possono accedere alla registrazione in Fiera di Roma presso l'**ufficio FIC “Artistica 2014” dalle ore 08.00** presentando le credenziali d'accesso alla porta riservata.
- I Concorrenti registrati possono accedere alla postazione assegnata per la lavorazione e assemblaggio del lavoro Artistico **dalle ore 08.30**
- Tutti i lavori Artistici dovranno essere completati **entro le ore 10.30 per consentire il passaggio della Giuria**.
- Il ritardo nella presentazione dei lavori sarà valutato dalla Giuria con una penalità di - 5 punti.
- I cartellini di ogni presentazione Artistica riporteranno

solo il nome assegnato all'opera.

- Al termine della valutazione della Giuria, sarà possibile identificare il lavoro Artistico con materiale cartaceo e promozionale personale dell'autore.
- Al termine delle premiazioni, ogni Concorrente dovrà riordinare e lasciare completamente in ordine le postazioni utilizzate.

Cat. B - Opere realizzate dal vivo

- I partecipanti possono accedere alla registrazione in Fiera di Roma presso l'**ufficio FIC “Artistica 2014” dalle ore 08.00** presentando le credenziali d'accesso alla porta riservata.
- I Concorrenti registrati possono accedere alla postazione assegnata per la predisposizione dei materiali e accessori utili per l'esecuzione del lavoro Artistico **dalle ore 08.30**. I concorrenti attendranno il segnale di giuria per dar corso alle lavorazioni per l'elaborato.
- I concorrenti della **Cat. B** possono avvalersi della collaborazione di uno o più assistenti per il riordino e trasporto merci, ma in nessun caso possono partecipare all'esecuzione dell'opera.
- Il tempo massimo per la costruzione dell'opera è di 4 ore.
- Il ritardo nella presentazione dei lavori sarà valutato dalla Giuria con una penalità di - 5 punti.
- I cartellini di ogni presentazione Artistica riporteranno solo il nome assegnato all'opera.
- Al termine della valutazione della Giuria, sarà possibile identificare il lavoro Artistico con materiale cartaceo e promozionale personale dell'autore.
- Al termine delle premiazioni, ogni Concorrente dovrà riordinare e lasciare completamente in ordine le postazioni utilizzate.

Cat. C - Opere Fuori Concorso

- È ammessa ad **"ARTISTICA"**, l'esposizione di opere eseguite da grandi professionisti o maestri che intendono promuovere attraverso il loro lavoro la propria disciplina, senza prendere parte alla competizione;
- Sono ammessi ad **"ARTISTICA"** nella **Cat. C** - fuori concorso, Istituti Alberghieri e Centri di Formazione Professionale che potranno partecipare alla manifestazione con giovani Allievi: come singoli, gruppi di lavoro o classi. In questi casi gli Allievi dovranno essere obbligatoriamente accompagnati dal Dirigente d'Istituto o dall'Istruttore di laboratorio. I Dirigenti d'Istituto o Istruttori tecnico Pratici assumono tutta la responsabilità del comportamento degli Allievi, esonerando la **FIC** e la Fiera di Roma da qualsiasi responsabilità per la partecipazione alla Manifestazione;
- I professionisti o gli allievi che esporranno le opere nella **Cat. C** - Fuori Concorso dovranno ottemperare all'iscrizione individuale con le stesse modalità delle altre categorie;
- I professionisti e Allievi che partecipano fuori concorso riceveranno l'attestato di partecipazione e a fine giornata un premio speciale per il lavoro più meritevole;
- L'Istituto Alberghiero o Centro di Formazione, che avrà iscritto alla Manifestazione singoli Allievi o gruppi di lavoro, riceverà l'Attestato di partecipazione;
- La Giuria, senza emettere alcun giudizio definitivo sulle opere presentate dalle Scuole, esprimerà se richiesta una valutazione e fornirà suggerimenti utili, per partecipare alle edizioni future di Artistica nelle **Categorie A-B**;
- Al termine di tutta la manifestazione, a giudizio insindacabile della Giuria, sarà consegnato un Premio Speciale all'Istituto o Centro di Formazione che si sarà maggiormente distinto per le opere e-sposte nella **Cat. C**;
- I partecipanti nella **Cat. C** devono attenersi scrupolosamente

a tutte le direttive dei tempi e posto assegnato;

- Per tutta la giornata della Manifestazione i Partecipanti nella **Cat. C**, devono obbligatoriamente presentarsi in divisa;

Norme generali

Per partecipare al Concorso è indispensabile eseguire l'iscrizione inviando alla **FIC** la scheda compilata (modulo pre-stampato scaricabile al link <http://www.fic.it/cms/allegati/381.pdf>) tramite e-mail o Fax accompagnata dal riscontro di pagamento della quota di partecipazione.

IL TERMINE ULTIMO PER L'ISCRIZIONE È FISSATO AL GIORNO 22 OTTOBRE 2014

Il versamento della Quota d'iscrizione dovrà essere effettuato tramite Bonifico Bancario presso: UBI - BANCA POPOLARE COMMERCIO & INDUSTRIA - Filiale 2095 V.le delle Provincie, 34 - 00162 ROMA - C/C 000000000339 Intestato a: **FEDERAZIONE ITALIANA CUOCHI**

IBAN - IT45T0504803207000000000339

SWIFT - BLOPIT22 (solo per bonifici Esteri)

Causale: Nome e Cognome
Iscrizione Artistica 2014
Categoria A/B o C

Quote di partecipazione

Per i Soci iscritti a FIC e a FIP per l'anno 2014:

€ 70,00 (opera singola) o € 120,00 (due opere)

Per i partecipanti non iscritti alla FIC o alla FIP

€ 90,00 (opera singola) o € 160,00 (due opere)

TUTTI I CONCORRENTI AVRANNO ACCESSO GRATUITO ALLA FIERA. I SOCI DELLA FIC E DELLA FIP POTRANNO ENTRARE IN FIERA CON IL PAGAMENTO DEL BIGLIETTO RIDOTTO A 3 EURO PRESENTANDO LE RISPETTIVE TESSERE PER L'ANNO 2014.



TIRRENO CT ROMA DA GUSTARE

Fiera di Roma, 9/12 novembre 2014



Concorso Internazionale
di composizioni
artistiche per cuochi e pasticceri

L'arte di tenere

il vino in fresco

di **Eugenio Medagliani**
Calderaio umanista

VINO CALDO? NON SE NE PARLA PROPRIO: FIN DALL'ANTICHITÀ SI È PRESTATO ATTENZIONE ALLA TEMPERATURA DI SERVIZIO DELLE BEVANDE. E COME OGGI SI USA IL GESTELLO CON IL GHIACCIO, COSÌ GLI ANTICHI RICORREVANO ALLA NEVE

Il primo a parlare di *fresco in tavola* sembra sia stato il poeta greco Simonide (500 a.C.) che, invitato a pranzo da un amico, vedendosi mescolare dal coppiere vino caldo all'inizio del simposio compose all'istante un epigramma con quale chiedeva **neve del monte Olimpo per raffreddare il vino** consigliando di *seppellire la neve viva* (scavando cavità chiuse all'imboccatura con foglie e paglia), *perché sotterrata divenga sempre più leggiadra e graziosa e viva si conservi e ringentilisca l'estate*.

Anche il poeta romano Ateneo che approvava il bere acqua calda in inverno e primavera, consigliava acqua fredda in estate. Seneca, filosofo e scrittore latino (4 a.C.-65 d.C.),

rampognava i Romani perché a causa degli eccessi nel mangiare e nel bere, erano costretti anche in inverno, per calmare le ardenti viscere, a cercare il refrigerio della neve. Plinio il Vecchio, scrittore e massimo erudito del primo secolo a.C., ci informa che si deve all'imperatore Nerone

Argenti francesi del XIX secolo: a sinistra, vassoio rinfrescatore per bicchieri a calice e a destra, due secchi rinfrescatori per bottiglie di champagne.



il ritrovato di **fare bollire l'acqua in un recipiente metallico** che, una volta giunto all'ebollizione era immerso nella neve, perché con questo procedimento si poteva bere acqua molto fredda.

Già nel Medioevo, utilizzando mastelli di legno rivestiti internamente con lastre metalliche e riempiti di ghiaccio, acqua e sale marino, si potevano ottenere temperature molto basse.

Per purificare le bevande alle quali era aggiunta neve da corpi estranei, come foglie, ghiaia o rametti, gli antichi versavano i liquidi in colatoi, simili agli attuali colapasta, attraverso i cui fori sottili l'acqua stillando potesse lasciare ogni resi.

I ricchi avevano colatoi (*colum nivarium*) di metalli preziosi, i meno abbienti si accontentavano di un panno di lino. È soprattutto nel XVIII secolo, sotto il regno di Luigi XV, età dell'oro della cucina francese ed epoca di grande raffinatezza per l'arte della tavola, che

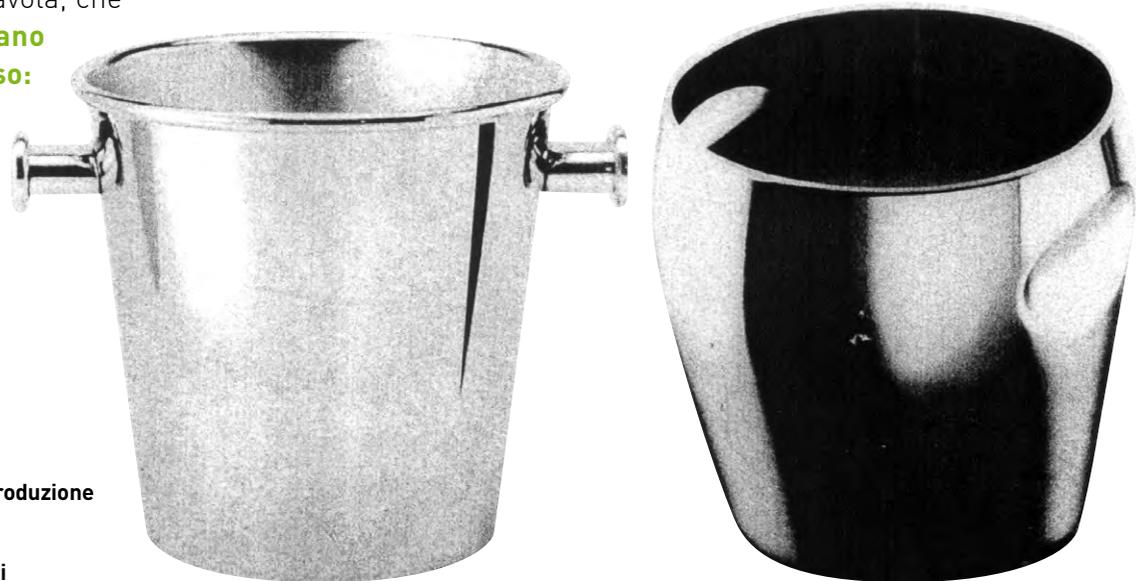
i rinfrescatori diventano un ornamento sontuoso:

sono costruiti in oro, vermeil, in metallo

argentato e in porcellana preziosamente decorata. Assai numerosi sono gli oggetti da tavola che fanno la loro apparizione in Francia tra il 1720 e il 1780, tanto che porcellana e argenteria rivaleggiano nell'eleganza.

Un prezioso ed elegante oggetto adatto alla *freschezza in tavola* è **il cestello porta bicchieri**: si tratta di una piccola conca rotonda od ovale in argento, in rame argentato, in lamiera stagnata, in porcellana e in maiolica, il cui bordo festonato forma una serie di tacche o merlature in cui si possono adagiare gli steli o gambi dei bicchieri. Si riempie la conca di acqua ghiacciata, o di ghiaccio tritato, in essa si depone la coppa del bicchiere mentre il gambo, trattenuto dalla tacca, può essere facilmente prelevato e sollevato asciutto.

Attualmente i secchielli rinfrescatori sono fabbricati in acciaio inossidabile o argentato, rame, ottone, raramente in porcellana. 🇮🇹



Rinfrescatori per spumanti produzione Alessi: a sinistra, il modello di Ettore Sottsass e a destra, il modello di Massoni-Mazzetti



di **Alberto Somaschini**
Food and Beverage
Consultant
e socio FIC

Materie prime *certificate*

NELLA CREAZIONE DI RICETTE E MENU, NEGLI ULTIMI ANNI,
TROVA SEMPRE MAGGIOR DIFFUSIONE L'UTILIZZO
DI MATERIE PRIME ALIMENTARI A VALORE AGGIUNTO

Una certificazione specifica, un'origine territoriale o una qualità merceologica ben distinta consentono di caratterizzare un alimento e, nel lavoro, una preparazione di cucina. Spesso, tuttavia, si assiste a forzature e utilizzi impropri di sigle, marchi e pittogrammi. Molte sono le mode e le tendenze che portano alla ricerca assoluta di prodotti di nicchia che, spesso, non presentano reali qualità aggiuntive o sono forzatamente inseriti in territori e contesti di produzione.

IL PRODOTTO A CHILOMETRO ZERO: CHI È COSTUI?

Filiera corta, canale corto, farmer's market. Diversi termini per diversi canali di approvvigionamento delle materie prime alimentari. Tutti accomunati da un'origine geografica: cibi e bevande devono nascere in prossimità della cucina dove saranno rielaborati e serviti.

Alla base della diffusione di questi alimenti c'è, prima di tutto, la necessità di riconoscere più valore ai prodotti del territorio, nella loro **produzione stagionale**, offrendo ai ristoratori la possibilità di **risparmi negli acquisti** e garantendo ai produttori migliori guadagni, in grado di sostenere le produzioni stesse (arrivando anche alla promozione della riscoperta di produzioni abbandonate nel tempo, spesso,

per scarsa convenienza economica).

In generale, quindi, a trarre benefici da una solida politica del Chilometro Zero è il **territorio** del quale è possibile sfruttare al meglio le potenzialità, ristabilendo un legame sostenibile con le **produzioni tipiche**. Il tutto anche in ottica di **educazione alla sana alimentazione e alla salute**. Forse questa visione, più tradizionale e genuina, è meno in linea con le teorie di riduzione delle emissioni inquinanti nell'atmosfera terrestre. Di fatto, le produzioni a Chilometro Zero hanno una quota di mercato estremamente ridotta, rispetto ai prodotti acquistati attraverso canali di approvvigionamento convenzionali.

Ultima considerazione per ulteriore chiarezza.

Oggi in Italia non esiste ancora una normativa che regoli i prodotti a Chilometro Zero dal punto di vista commerciale, merceologico e geografico. Ecco perché si rilevano applicazioni di questa dicitura molto soggettive. L'unica normativa attualmente in vigore, rivolta ai soli imprenditori agricoli, è il d. lgs n. 228 del 5 marzo 2001 - legge di orientamento e modernizzazione del settore agricolo - che in concreto è alla base di questa politica commerciale. Grazie a questa normativa agli agricoltori è consentita la valorizzazione e la

commercializzazione di prodotti tipici del patrimonio rurale.

CINQUE CERTIFICAZIONI DI QUALITÀ: DALL'UNIONE EUROPEA AI COMUNI.

Le certificazioni di qualità rappresentano uno strumento identificativo sempre più utilizzato nel mondo alimentare. Queste indicazioni si possono riassumere in cinque categorie:



1. DOP (Denominazione Origine Protetta)

Questi alimenti rappresentano il massimo livello di certificazione di qualità oggi disponibile all'interno degli Stati dell'Unione Europea. I prodotti DOP garantiscono due condizioni fondamentali: gli ingredienti e le produzioni sono tipiche di una limitata zona geografica (e vivono nella cultura della zona stessa). Tutta la filiera produttiva è quindi circoscritta all'interno di un'area geografica specifica e presenta un rigido disciplinare di produzione a cui tutti i produttori si devono attenere.

2. IGP (Indicazione Geografica Protetta)

Gli alimenti certificati con questa sigla, rispetto ai DOP, presentano una minor garanzia di tipicità e, in generale, di legame culturale ed economico con un territorio. Infatti nei prodotti IGP non è garantita la provenienza delle materie prime. Solo il processo di produzione deve avvenire all'interno di un'area geografica limitata.



3. STG (Specialità Tradizionale Garantita)

Gli alimenti di questa categoria fanno parte di produzioni non legate a un territorio specifico. Si caratterizzano rispetto a prodotti analoghi per l'utilizzo di ingredienti o metodi di produzione con migliori qualità. Non esiste alcun legame con tradizioni e territori. Pertanto un prodotto STG "generico" può essere prodotto in tutto il territorio dell'Unione Europea.

4. PAT (Prodotti Agroalimentari Tradizionali)

Gli alimenti certificati con questa sigla, di recente introduzione, sono espressione di produzioni integrate (agricoltura biologica, micro filiere aziendali, coltivazione integrata) e nascono all'interno di un territorio dove queste produzioni sono stabilmente presenti da almeno 25 anni. Questo marchio non ha ottenuto un'approvazione a livello europeo. Pertanto il Ministero delle Politiche Agricole ha definito un elenco di alimenti PAT in continuo aggiornamento.

5. DE.CO (Denominazione Comunale di Origine)

Questa denominazione comunale nasce con lo scopo di conferire il giusto rilievo ai prodotti agro-alimentari legati alla storia, alle tradizioni e alla cultura di un territorio limitato quanto un singolo Comune. La valorizzazione di queste eccellenze del territorio mira a un supporto concreto all'espansione di forme diverse di turismo enogastronomico. Le qualità di questi alimenti sono garantite dalle amministrazioni comunali stesse che redigono appositi disciplinari di produzione. 



di **Giovanni Guadagno**
www.abccuoco.it

Nutrire il pianeta, *nutrire l'uomo*

LA MISSIONE DEL CUOCO È NUTRIRE L'UOMO. OGNI PENSIERO, RICETTA, PROGETTO, AZIONE E COTTURA DOVRANNO ESSERE RISPETTOSE DELLO STILE QUI DESCRITTO E RISPONDERE AL QUESITO: HO FATTO IL POSSIBILE PER RISPETTARE IL PIANETA? IL MIO MODO DI CUCINARE È SOSTENIBILE?

Uno stile supera e ingloba semplici regole. Non si tratta quindi di dettare ricette e formule risolutive ma di tracciare la via sulla quale procedere insieme. Il fine ultimo non è di far proseliti ma quello di migliorare l'impatto dell'uomo sull'ecosistema.

Non si tratta quindi di scelte esclusive (non mangio carne, non cuocio gli alimenti, rifiuto un alimento per ragioni religiose, ecc...) ma inclusive (utilizzo tutto al meglio, non butto via mai nulla, a tavola non avanzo mai nulla nel piatto, ecc...) Gli avanzi in cucina devono essere utilizzati in modo intelligente subito al servizio successivo mettendo in gioco tutte le nostre competenze ed abilità professionali ottenendo buoni piatti (finger food, aperitivi di benvenuto, ecc...) a costo zero. Utilizzo tutto ciò che è commestibile come un tempo i nostri padri contadini facevano con il maiale di cui nulla si buttava. I nostri nonni vivevano in simbiosi con la natura. Da essa traevano nutrimento e benessere e con essa soffrivano carestie ed eventi catastrofici. Per necessità dominavano e governavano ciò che stava loro intorno. Non si tratta di ritornare all'agreste oleografico ambiente perduto ma di applicare nuove e tecnologiche soluzioni a problemi antichi riportando decisamente al centro il benessere di vita di tutti gli uomini

e non il profitto e il vantaggio economico di pochi.

Nella ristorazione possiamo declinare lo stile permacultura in dieci punti:

- 1.** Puntare all'utilizzo del 100% della materia prima. Dalle verdure alla frutta, dai formaggi alle uova passando attraverso il pesce e la carne : l'obiettivo è zero scarto. Utilizzare tutti gli ingredienti senza escluderne alcuno. Delle verdure e della frutta ben lavate utilizzare le bucce e i semi, dei formaggi utilizzare anche la crosta ma soprattutto della carne e del pesce usare tutto il prodotto dall'osso alla cotica. Con le cotiche di maiale preparare cotechini e zamponi, cazzuole e morbidi arrostiti sfruttandole come contenitore di cottura. Ossa e grasso devono essere impiegati ad arte nella preparazione di quotidiani fondi di cucina e fragranti brodi rinunciando così all'uso di ogni tipo di preparato industriale. Del pescato valorizzare i pesci meno pregiati perché più difficili da conservare, lavorare e cuocere (perché molto ricchi di spine o perché la loro polpa è poco consistente). Non schifare il quinto quarto degli animali: di fegato, trippe e polmoni si è nutrito il mondo.
- 2.** Tornare alla centralità del lavoro. È il cuoco da incenti-

vare, premiare, pagare il giusto in proporzione al lavoro e alla responsabilità: la giusta mercede in relazione al lavoro svolto, alla sua abilità e competenza. Il cuoco è colui che trova la soluzione, semplifica le procedure e attiva processi non solo per il benessere del palato e dello stomaco dei propri clienti ma, anche, per innestare loop virtuosi di relazione fra le persone. Il cuoco che riscopre la propria manualità e la applica nella realtà nella quale opera in modo originale e indipendente ottenendo ogni giorno piccoli capolavori.

3. Applicare tutti gli strumenti tecnologici e le innovazioni per ridurre i consumi e gli sprechi. Non limitare mai la propria azione rimanendo agganciati alle abitudini consolidate. Guardare avanti. Trovare nuove vie.

4. Aggiornare le ricette domandandosi sempre: questo ingrediente che funzione ha in questo piatto? Questo passaggio della ricetta che cosa garantisce alla preparazione finale? (Ad esempio la tostatura del riso nel risotto garantisce la tenuta del chicco di riso a fine cottura).

5. Rimanere legati alle proprie tradizioni per scoprire quali punti di contatto e soluzioni comuni si sono contemporaneamente sviluppate in popoli fra loro lontani. Molte sono le ricette che, anche in diversi continenti, presentano tratti comuni.

6. Mangiare anzitutto ciò che offre il territorio, essere curiosi, assaggiare i piatti tipici dei popoli direttamente nei luoghi di produzione tradizionale. Sviluppare il concetto di chilometro zero rinunciando ad utilizzare prodotti, quindi a pensare ricette e menu che li contengano, quando provenienti da luoghi troppo lontani. Formulare proposte che contengano soluzioni gastronomicamente valide con ingredienti a impatto ridotto sul trasporto.

7. Abbattere il costo dell'energia. Per le operazioni di modeste entità, montare poca panna, tritare il prezzemolo, tornare alla

mano dell'uomo. Le macchine sono ammesse solo quando agevolano notevolmente il lavoro. Utilizzare un macchinario per lavorazioni di modesta grandezza di fatto prolunga l'operazione (montare il macchinario, pulirlo alla fine e rimontarlo) e comporta un consumo di energia non giustificato. Anche per gli abbattitori l'utilizzo deve essere ragionato in relazione al beneficio reale: con una corretta programmazione della produzione posso infatti evitare l'urgenza di raffreddare un prodotto che di per sé non richiede questo tipo di procedura (es: crostate di confettura).

8. Mantenere sempre efficienti le attrezzature e gli utensili con una manutenzione e una pulizia ciclica ordinaria e straordinaria. Qualsiasi macchinario se mal gestito e in assenza di manutenzione riduce sensibilmente la sua resa produttiva e aumenta il consumo energetico. Prevedere sempre un uso proprio degli strumenti. In primis i coltelli: ogni coltello la sua funzione.

9. Applicare tutte le procedure di sicurezza sul lavoro a garanzia e a salvaguardia del soggetto e dell'obiettivo della nostra filosofia: l'uomo. Quindi utilizzare sempre dispositivi e sistemi di sicurezza ma anche recuperare la signorilità d'un tempo quando, durante il servizio al personale di cucina, veniva sempre offerto da bere affinché il benessere del lavoratore incidesse positivamente sul lavoro.

10. Considerare la cucina in costante relazione con il mondo. Evitare di chiudersi in questo minuscolo pezzettino di realtà e chiedersi sempre: è questo il modo migliore? 🍷

.....

•

• **IPSE DIXIT**

• Sant'Agostino - Confessioni XIII, 27, 42

• *In verità nutre l'anima solo ciò che la rallegra.*

•

.....

Quali prodotti ittici

conviene acquistare?



di **Valentina Tepedino**
medico veterinario
www.eurofishmarket.it

NEL CAMPO ALIMENTARE SONO ORMAI DIVENTATI DI UTILIZZO QUOTIDIANO I TERMINI DI TRACCIABILITÀ E DI FILIERA. MA È DAVVERO POSSIBILE RIUSCIRE A FARE PER TUTTI I PRODOTTI ALIMENTARI UNA REALE TRACCIABILITÀ O FILIERA?

Sicuramente per quanto riguarda i prodotti ittici, soprattutto per quelli selvaggi, siamo ancora lontani dal potere dare delle certezze in questa direzione per tutta una serie di motivazioni oggettive. Basti pensare solo alla varietà enorme di prodotti ittici commercializzata sui nostri mercati (oltre 700 specie). Alle abitudini alimentari ed agli spostamenti che compiono in vita i pesci (anche da un Paese all'altro del mondo). E ancora alla difficoltà di gestire il confezionamento e l'etichettatura per singolo esemplare (ad es. l'etichetta non la si trova mai esposta su una sardina ma sempre sulla cassetta; mescolare il contenuto delle varie cassette o sostituire un'etichetta nel caso dei prodotti della pesca è davvero semplice). A tutto questo va aggiunto che nel settore ittico mancano ancora a livello ufficiale molte indagini analitiche utili a verificare tutta una serie di parametri che potrebbero essere di garanzia a quanto dichiarato dai produttori in etichetta.

Qualche esempio? Esiste ma non è ancora a disposizione di tutti la metodica analitica che

identifica i pesci anche quando sono lavorati in tranci e filetti. Negli USA la suddetta metodica è invece usata ufficialmente da già circa vent'anni per questo scopo. Senza tale metodica risulta praticamente impossibile, anche per un esperto,





attuare una reale verifica su questa tipologia di prodotti e le frodi di questo tipo sono numerosissime. Basti pensare che per ciascuna specie ittica europea giudicata pregiata dal consumatore italiano esistono i rispettivi sosia a basso costo di importazione. Un esempio? Limanda "cinese" al posto di platessa, pangasio "vietnamita" al posto della sogliola, persico "africano" al posto del Pesce persico. E se è difficilissimo a volte distinguere un filetto dall'altro, è davvero impossibile identificare ciò nelle preparazioni pronte a cuocere a base di pesce o comunque nei prodotti ittici trasformati. Quanto e che specie ittica viene utilizzata per fare il tanto diffuso surimi? E quali specie ittiche sono state realmente sminuzzate per realizzare il preparato ittico per condire una pasta? La sostituzione di specie è una delle non conformità principalmente rilevate nel settore ittico. Ed è sicuramente quella da cui il ristoratore appassionato di prodotti della pesca può difendersi con maggiore facilità. Difatti se è vero che vengono commercializzate quotidianamente più di 700 specie ittiche differenti è pur vero che

ciascuno consumatore predilige quelle 10-15 che compra poi abitualmente. Ciò che si dovrebbe fare sarebbe dunque imparare a riconoscere bene le specie ittiche preferite al fine di non essere più truffati. Comprare le specie intere invece che in filetti può darci migliori garanzie per l'identificazione. Ma non ci fa capire comunque se sono stati aggiunti o meno additivi. Perché ad occhio è quasi del tutto impossibile determinarlo sia sul pesce intero che sul suo filetto. Non esistono metodiche ad hoc per ricercare i nuovi additivi che vengono aggiunti nei pesci per farli conservare più a lungo e/o per farli aumentare in peso del 10-15 %. Così come stanno passando quasi inosservati additivi che servono a rendere i prodotti più attraenti agli occhi del consumatore. Il trancio di Tonno a pinne gialle, additivato con una sostanza che ne rende il colore delle carni rosso ciliegia, "spacciato" per il nostro pregiatissimo tonno rosso ne è un classico esempio. Inoltre non sono rari i casi di intossicazioni alimentari da consumo di prodotti ittici. E sono in costante aumento i casi di allergia dovuti all'aggiunta di additivi che però non vengono

27



dichiarati. Ma la sofisticazione non sempre viene nascosta: l'aggiunta di acqua può anche essere ben in evidenza. Ne è un classico esempio la glassatura ossia quel sottile strato di ghiaccio che avvolgendo il prodotto dovrebbe aiutarlo a conservarsi meglio durante il periodo di congelazione. Il problema è che non essendo fissato per legge un limite di glassatura a volte si tende a fare sì che il suddetto strato sia un po' troppo spesso. Al contrario in etichetta viene reso poco evidente il peso netto, dunque reale, del prodotto. Per restare in tema di "freddo" non farà piacere al ristoratore sapere che non è raro acquistare salmone affumicato o caviale decongelato venduti come refrigerati? Ciò accade anche per i normali tranci e filetti di pesce che vengono poi venduti comunque per freschi. E quanti ristoratori preferendo acquistare a caro prezzo prodotti ittici selvaggi si ritrovano con ottimi prodotti ma di allevamento? Un esempio? Almeno il 70% dei rombi chiodati in commercio sono prodotti di acquacoltura. Ad oggi non esiste una metodica analitica utile a svelare l'eventuale frode allevato-selvaggio ma esistono dei parametri macroscopici che riescono a dare delle buone indicazioni in merito. In ogni caso andrebbe anche comunicato al consumatore che per moltissimi aspetti il prodotto ittico allevato è sicuramente più controllabile, controllato e quindi più sicuro dal punto di vista igienico-sanitario e spesso arriva sul banco al dettaglio più fresco rispetto al corrispettivo selvaggio. E per un buon prodotto di acquacoltura è possibile



parlare di prodotto di filiera.

Molto indietro nel settore dei prodotti della pesca è anche la logistica e tutto quello che riguarda la corretta gestione del prodotto dalla pesca fino alla vendita al consumatore finale. Una recente indagine condotta da Eurofishmarket ha individuato e fotografato nei mercati ittici più importanti d'Italia un gran numero di "accumulatori di freddo" inseriti nelle cassette di pesce al fine di riuscire a mantenere più a lungo la temperatura. Ma nessuna di queste "freezerine" è assolutamente ammessa dalla normativa. E, sempre ai fini della tracciabilità, le "freezerine" sono risultate nella maggioranza dei casi essere anonime ossia senza un'etichetta che ne riportasse gli ingredienti, le indicazioni e le modalità d'uso.

Nel settore della ristorazione è difficile fare arrivare aggiornamenti in merito a tutte queste potenziali problematiche e soprattutto fare formazione ed informazione sulle stesse al fine di evitare sgradevoli sorprese ai cuochi stessi ed ai loro clienti. Proprio per questo la Federazione Italiana Cuochi ha richiesto ad Eurofishmarket anche attraverso il progetto Amo di individuare e meglio approfondire alcune tematiche attraverso tutti gli strumenti dell'Associazione. Dunque risponderemo al quesito del titolo di questo articolo nei prossimi numeri e chiaramente restiamo disponibili per ulteriori quesiti di vostro particolare interesse che potrete segnalare alla redazione della Rivista il Cuoco. 🇮🇹



di **Giuseppe Giuliano**
Maestro di cucina e pasticcere
www.giuseppegiuliano.it

Mousse alla frutta e meringa italiana

I DESSERT PRESENTATI IN QUESTO SERVIZIO SONO INDICATI SIA PER LA RISTORAZIONE SIA PER IL BANQUETING CHE UTILIZZI IL SERVIZIO AL PIATTO. IN PARTICOLARE, PRENDIAMO IN CONSIDERAZIONE LE MOUSSE ALLA FRUTTA, UTILIZZANDO COME BASE LA MERINGA ITALIANA

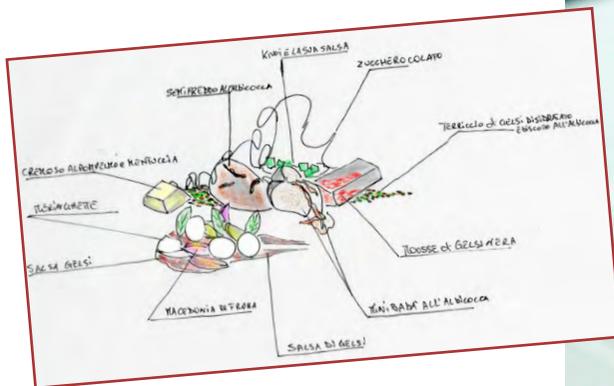
Ogni cuoco e pasticcere può bilanciare la ricetta delle mousse alla frutta e personalizzare così i propri dessert. Creare da sé un dessert senza andare alla ricerca di ricette non solo è gratificante ma offre anche il vantaggio di fare in modo che il cliente venga nel nostro locale per trovare proprio la specialità da noi preparata.

PROGETTIAMO UN DESSERT

Di norma un dessert viene progettato prima di metterlo in opera in laboratorio. È importante dunque **pianificare la sua fattibilità** che, intesa come tempi di preparazione, realizzazione e attrezzature da utilizzare, diventa un fattore

essenziale per snellire il lavoro e per poter garantire poi la riproducibilità del dessert ottenuto.

Una volta pianificata la fattibilità, si cerca di **stilare la ricetta** prendendo in considerazione la cromia, la sofficità, la quantità di frutta ed altri aspetti. Poi, sulla carta si realizza lo **“schizzo” di come si vorrebbe impostare il dessert sul piatto**, indicando i passaggi che occorrono per completarlo, comprese le salse, le guarnizioni e le decorazioni che servono a renderlo più appetibile, per la presentazione e per essere veloci nel servizio.



Una volta pronto, **l'elaborato viene discusso con i propri collaboratori** e si apportano eventuali modifiche, quindi si passa all'inserimento dell'immagine della preparazione finale nel book fotografico.

A questo punto viene stilata **la grammatura con i vari passaggi di preparazione**. Il dessert è pronto per essere proposto al cliente raccogliendo man mano le impressioni e quindi anche le eventuali critiche. Una volta concluso il processo di elaborazione, **il dessert è pronto per essere standardizzato**.

PER UNA PERFETTA MOUSSE DI FRUTTA

Per ottenere la stabilità voluta in una mousse è importante bilanciare le polpe o i succhi di frutta con uno stabilizzante per alimenti (abituamente viene usata la gelatina).

Se alla base consideriamo che la panna montata e la meringa sono delle preparazioni che hanno la loro stabilità, l'ingrediente che deve essere maggiormente bilanciato è il liquido che introduciamo con la frutta.

Abituamente per stabilizzare un chilo di polpa di frutta in media occorrono non meno di 23 grammi* di gelatina, mentre per il succo di frutta e specialmente per quelli acidi sono da calcolare non meno di 28 grammi* di gelatina per chilo (*Nota: queste proporzioni sono indicative e possono essere

personalizzate a proprio piacimento).

Con la mia esperienza posso suggerire di **bilanciare così una mousse alla frutta con base di meringa italiana: per 500 grammi di meringa italiana occorrono 600 grammi di panna semi montata** senza aggiunta di zuccheri, ma se si vuole si può aumentare fino al 20% per il completamento della ricetta. La quantità di zucchero che deve contenere una mousse alla frutta deve essere calcolata in base allo zucchero contenuto nella meringa. Quindi, se un chilo di meringa mediamente contiene 725 grammi di zucchero e 275 grammi di albume, dobbiamo calcolare quanti ingredienti dobbiamo inserire senza zucchero senza dimenticare di tenere conto anche della "dolcezza" della frutta.

Nella meringa italiana la quantità dello zucchero è la dose iniziale della nostra ricetta, non si deve considerare l'acqua che mettiamo per la cottura dello zucchero perché evapora, quindi se per un chilo di zucchero occorrono 550 grammi di albume e 350 grammi di acqua, il prodotto finito (meringa italiana) peserà 1,550 chili di cui un chilo è zucchero.

QUELL'AROMA IN PIÙ...

Spesso sostituisco la quantità dell'acqua con **i liquori o i rosoli, che anche se evaporano conferiscono aroma alla me-**



ringa e quindi al prodotto finito. Per esempio: per una base di meringa per realizzare la mousse alla pesca, sostituisco completamente l'acqua con la vodka alla pesca, mentre per una mousse a limone l'acqua viene sostituita dal rosolio a limone e così via.

ATTENTI ALLA CONSISTENZA

Un altro fattore importante, soprattutto per i dessert da taglio, è che i bilanciamenti siano fatti bene per evitare che la base della mousse risulti più soffice della porzione superiore e crei di conseguenza problemi al taglio.

Nelle mousse da taglio **consiglio di inserire il biscuit, che oltre a dare consistenza al dessert completa anche il gusto e durante il taglio "pulisce" la lama** evitando di sporcare totalmente la mousse sottostante.

Inserire **ingredienti croccanti** o che coinvolgano la masticazione è altrettanto importante.

I suggerimenti qui esposti sono delle considerazioni frutto della personale esperienza lavorativa e studi, li ho appresi da aggiornamenti e dalla continua sperimentazione per riuscire in qualche modo ad "emozionare" i clienti.

Desidero concludere con un consiglio importante e personale: non cambiate mai e poi mai la ricetta

"vincente", quella per quale avete trovato l'equilibrio e che il cliente richiede abitualmente, perché di sicuro egli sa che potrà sempre venire a gustare il suo dessert preferito e che lo troverà sempre uguale! 🍷

SEMIFREDDO ALL'ALBICOCCA, MOUSSE DI GELSI E CREMOSO DI POMPELMO ALLA MENTUCCIA SU TERRICCIO DI BISCOTTO AL KIVI E ALBICOCCA E GELSI NERI DISIDRATATI FRUTTA STAGIONALE MARINATA AL POMPELMO E MENTUCCIA CON SALSA DI GELSI NERI

Composizione:

- Terriccio di biscotto all'albicocca e kiwi con gelsi disidratati
- Semifreddo all'albicocca
- Piccolo babà semi salato al rosolio di albicocche
- Mousse di gelsi
- Cremoso di pompelmo alla mentuccia
- Salsa di gelsi con macedonia di frutta marinata con pompelmo e mentuccia
- Meringhette con scorzetta di pompelmo
- Decorazione con zucchero colato





Semifreddo
all'albicocca

Kiwi e la sua salsa

Zucchero colato

Mousse
di Gelsi Neri

Mini babà
all'albicocca

Salsa di Gelsi

Meringhette

Macedonia
di frutta

Mentuccia

Terriccio di gelsi disidratato
e biscotto all'albicocca

Cremoso
al pompelmo

Per il “terraccio” di biscotto all'albicocca e kiwi con gelsi disidratati85% *di gallette di albicocca e kiwi sbriciolati*15% *di gelsi disidratati***Per le gallette all'albicocca e kiwi**gr 65 *burro*gr 40 *zucchero*gr 95 *farina*gr 13 *polpa di albicocca **gr 10 *tuorlo d'uova*gr 25 *farina di mandorle*

Nota: per le gallette al kiwi: sostituire la polpa di albicocca con la polpa di kiwi e la farina di mandorle con la polvere di nocciole.

Procedimento

Procedere come una pasta frolla, fare riposare l'impasto in frigorifero per circa 4 ore, quindi “appiattire” l'impasto ad uno spessore di cm 0,5 e infornare a 170°C. Cuocere bene, raffreddare e passare al cutter. Unire ai gelsi disidratati e “micronizzati”. Conservare in un luogo asciutto.

Per il semifreddo all'albicoccagr 500 *meringa italiana*gr 300 *polpa di albicocca*gr 85 *albicocche scottate in sciroppo*gr 720 *panna semi montata (senza aggiunta di zucchero)***Per la meringa italiana**gr 334 *zucchero*gr 184 *albume*gr 38 *acqua*gr 68 *liquore all'albicocca*gr 3 *succo di limone***Procedimento**

Cuocere lo zucchero con l'acqua e il liquore a 122°C. Versare a pioggia sugli albumi messi precedentemente in planetaria, aggiungere il succo di limone. Montare fino a raffreddamento.

Per le albicocche in sciroppogr 240 *albicocche lavate e denocciolate*gr 180 *zucchero*gr 105 *acqua*n. 1 *scorzetta di limone***Procedimento**

Riscaldare in un contenitore adatto per la cottura in microonde l'acqua con lo zucchero e la scorzetta di limone. A raggiungimento del bollore, togliere il contenitore dal microonde e unire le albicocche, posizionare il contenitore (non sigillato) in un sottovuoto a campana e azionare evitando che fuoriesca il liquido dal contenitore “stoppando” l'azione della macchina sottovuoto. Ripetere per tre volte il “degasaggio”. Fare raffreddare, privare le albicocche dallo sciroppo e tagliare a “julienne”, immergere nuovamente nello sciroppo le albicocche che non occorreranno per realizzare il semifreddo e conservare in frigorifero.

Definizione del semifreddo

Mettere sul fondo delle forme per “quenelle” dei filettini di albicocca in sciroppo, a parte unire delicatamente alla meringa italiana la polpa delle albicocche e per ultimo la panna semimontata. Mettere in forma e abbattere di temperatura.

Per il piccolo “babà” semi salato al liquore di albicocchegr 900 *farina 00 / 280 W*gr 125 *polvere di anacardi semi salati*gr 250 *burro*gr 450 *uova*

gr 185 tuorli
 gr 35 zucchero
 gr 35 lievito di birra
 gr 5 sale
 q.b. acqua (circa g 120)
 gr 45 panna al 35% di grassi
 gr 125 polpa di albicocca (non zuccherata)

Per la bagna

gr 690 acqua
 gr 310 sciroppo delle "albicocche in sciroppo" (vedi ricetta sopra)
 n. 1 bustina di tè all'albicocca
 gr 180 zucchero
 gr 75 liquore di albicocca
 n. 1 scorza di limone
 n. 1 baccello di vaniglia

Procedimento

Mettere in macchina e miscelare (con braccio a gancio) la farina con il lievito di birra, aggiungere l'acqua e la panna. Unire la polpa di albicocca, le uova e i tuorli. Fare "incordare" il composto, aggiungere il burro e per ultimo il sale, lo zucchero e gli anacardi semi salati. L'impasto deve risultare liscio e la massa non troppo "sostenuta". Togliere dalla planetaria, fare riposare per mezz'ora e poi mettere l'impasto nelle formine a lievitare a 28°C con un'umidità del 60% circa. Infornare a 180°C. Preparare lo sciroppo per la bagna riscaldando l'acqua con lo zucchero e la scorza di limone e il baccello di vaniglia; appena la "miscela" sta per bollire, togliere dal fuoco e mettere in infusione il tè, aggiungere lo sciroppo e "inzuppare" i piccoli babà con lo sciroppo non troppo caldo. Mettere i piccoli babà a scolare. Unire gr 385 di sciroppo rimanente con gr 75 di liquore all'albicocca e insaporire i piccoli babà accompagnandoli con una "julienne" di albicocche in sciroppo (vedi ricetta sopra).

Per la mousse di gelsi

gr 550 meringa italiana (alla ricetta sopra indicata, sostituire la quantità di liquore di albicocca con l'acqua)
 gr 380 polpa di gelsi nera
 gr 880 panna semi montata (senza aggiunta di zucchero)
 gr 26 gelatina

Procedimento

Ammollare la gelatina in acqua fredda, strizzarla (ma non troppo) e sciogliere a microonde. Unire metà della polpa alla gelatina sciolta, miscelare e aggiungerla alla restante polpa di gelsi. Incorporare delicatamente alla meringa italiana la polpa di gelsi miscelata precedentemente con la gelatina e per ultimo unire la panna semimontata. Mettere in forma e abbattere di temperatura.

Per il cremoso di pompelmo alla mentuccia

gr 225 panna fresca pastorizzata al 35% di grassi
 n. 7 foglie di mentuccia fresca
 gr 45 tuorli d'uovo
 gr 97 zucchero
 gr 125 succo di pompelmo
 gr 13,5 gelatina

Procedimento

Miscelare il succo di pompelmo con metà dello zucchero, mettere sottovuoto e cuocere a vapore a 85°C per 25-30 minuti (dovrebbe avvenire la pastorizzazione del succo di frutta), raffreddare in acqua e ghiaccio e conservare in frigorifero. A parte, pastorizzare la panna con i tuorli "sbianchiti" (tuorli con lo zucchero battuti energicamente con la frusta fino a renderli spumosi e chiari di colorazione) precedentemente con l'altra metà dello zucchero e la mentuccia. A pastorizzazione avvenuta, raffreddare, passare a colino e unire il succo di pompelmo preparato precedentemente con aggiunta di colla di pesce ammollata e

sciolta a microonde. Colare in forma e abbattere di temperatura.

Nota: a piacere si può aggiungere alla miscela qualche fogliolina (piccola) di mentuccia.

Salsa di gelsi con macedonia di frutta marinata con pompelmo e mentuccia

gr 250 polpa di gelsi nera

gr 25 zucchero

gr 85 gelatina a freddo neutra

q.b. frutta di stagione (uva, albicocche, noce pesca, kiwi)

gr 100 succo di pompelmo

gr 35 zucchero

qualche fogliolina di mentuccia

Procedimento

In un contenitore adatto per il microonde unire la polpa di gelsi e lo zucchero, portare ad una temperatura di 65°C. Raffreddare e unire la gelatina a freddo neutra. A parte tagliare la frutta, miscelare con qualche foglia di mentuccia e il succo di pompelmo precedentemente "pastorizzato" con lo zucchero e raffreddato. Mettere la frutta con il succo di pompelmo e "degasare" per tre volte.

Meringhette

Con un sac à poche creare dei piccoli spumoni con la meringa italiana con aggiunta di pochissima scorzetta di pompelmo grattugiata disidratata; "essicare" in una stufa a 75°C o in un disidratatore

Kiwi in gelatina

Sbucciare e tagliare 2 kiwi; a parte miscelare gr 100 di polpa di kiwi con gr 45 di gelatina a freddo e servire.

Decorazione con zucchero colato

In un pentolino inox riunite gr 135 di acqua, gr 500 di zucchero di canna raffinato e gr 150 di glucosio, miscelare delicatamente e cuocere su una piastra a induzione senza mescolare; durante la cottura pulire i bordi del pentolino con un pennello inumidito con acqua calda, per evitare che i residui di zucchero possano caramellare. Fare cuocere la miscela ad una temperatura di 164°C, togliere dal fuoco e aggiungere ½ cucchiaino da caffè di succo di limone verde, immergere per pochi secondi il fondo esterno del pentolino in acqua a temperatura ambiente e colare dei fili sottilissimi facendo in modo che si attorciglino su un foglio di silicone per uso alimentare. Fare raffreddare e usare per la decorazione del dessert.



Composizione del dessert

Posizionare in un piatto il terriccio di biscotto all'albicocca, kiwi e gelsi disidratati. Posizionare il semifreddo all'albicocca, il piccolo babà tagliato a metà con una "julienne" di albicocche allo sciroppo, sformare la mousse ai gelsi e il cremoso al pompelmo e posizionarli in linea. Versare davanti al dessert la salsa di gelsi nera e posizionare la frutta, le mini meringhe e le foglioline di mentuccia. Dietro il dessert poggiare il kiwi con il suo succo. Decorare con il filo di zucchero colato



PER COTTURA
A GAS



PER COTTURA
ELETTRICA



PER COTTURA
RADIANTE



IMPRESA STORICA D'ITALIA



www.pentoleagnelli.it

LA CUCINA PROFESSIONALE PER TUTTI.

Baldassare Agnelli, la storica fabbrica delle vere pentole italiane, presenta le linee in alluminio puro con rivestimento antiaderente. Maneggevoli e versatili, sono costruite su corposi spessori professionali di 3 e 5 mm abbinata a perfette manichature inox o a doppia maniglia. Il rivestimento antiaderente DuPont impedisce al cibo di attaccarsi sul fondo e facilita la pulizia. L'ottima conduttività di calore, la maneggevolezza, la resistenza agli urti, le rendono perfette in cucina, specialmente per tutte le preparazioni che richiedono un basso contenuto di olio, burro o altri grassi.



PENTOLE AGNELLI
PROFESSIONAL COOKWARE

MADE IN ITALY

www.pentoleagnelli.it

Numero Verde
800-233040



UNIONE ITALIANA RISTORATORI

La mia cucina di *sensazioni ed emozioni*



a cura di
Alessandro Circiello
Responsabile
Compartimento Giovani F.I.C.

LA F.I.C. SOSTIENE I GIOVANI CUOCHI, CHE ATTRAVERSO QUESTA RUBRICA POSSONO PRESENTARE I LORO PIATTI E CONDIVIDERE CON I COLLEGHI ESPERIENZE E PROGETTI

GIANCARLO CAMMISA

Sono chef executive de **La Piana dei Mulini** a Colle D'Anchise, in provincia di Campobasso (CB) e con la mia cucina mi impegno per la valorizzazione dei prodotti molisani con una chiave raffinata e distinta in un suggestivo contesto storico-ambientale. Ricordo che sin da piccolo ho mostrato di



avere una forte passione per l'ambiente e il territorio che mi circondava. Ed è così che è nata la mia passione nella ricerca del prodotto e nella sua trasformazione.

Classe 1984, ho frequentato l'Ipsar "Enrico Mattei" di Vieste (FG), dove mi sono diplomato. Il mio percorso formativo è incominciato con stage presso l'Hotel Cipriani di Venezia, dove cominciai a

scoprire l'armonia e il rispetto per la materia prima. Dopo un lungo e suggestivo percorso, sono approdato come chef di partita al Royal di Sanremo (IM). Successivamente alla Villa Marchese del Grillo a Fabriano (AN), per poi fare la grande conoscenza del bistellato Fabio Barbaglini come sous chef al Montblanc di La Salle (AO). Lo Chef Barbaglini ha dato grande ispirazione alla mia cucina. Inoltre, ho collaborato con grandi personaggi della ristorazione italiana e partecipato con successo a concorsi enogastronomici, come gli Internazionali d'Italia a Massa Carrara dove ho conquistato un argento con il Team "Gargano Capitana", da me capitanato. 🇬🇧

37

COMPARTIMENTO GIOVANI F.I.C.

È l'organo preposto a favorire lo sviluppo e la crescita di giovani che siano in grado di promuovere la cucina italiana, sia nelle sue istanze innovative sia nella sfera tradizionale, interpretandola con professionalità e passione, alla luce delle nuove esigenze che la moderna alimentazione impone.



🇬🇧 for english text see page 85

ANTIPASTO

INSALATINA TIEPIDA DI COZZE TARANTINE E MENTA PIPERITA IN PATATA COTTA AL SALE DI MARGHERITA DI SAVOIA; TIMBALLINO DI ORZO PERLATO AGLI SCAMPI E RIBES ROSSO CON SALSA ALLO ZAFFERANO

Ingredienti

| | |
|--------|---------------------------|
| gr 600 | cozze tarantine |
| gr 100 | olio extravergine d'oliva |
| n. 4 | patate novelle medie |
| Kg 3 | sale grosso |
| gr 200 | orzo perlato |
| n. 2 | grappoli di ribes rosso |
| gr 100 | panna fresca |
| 8 | scampetti freschi |
| q.b. | menta piperita |

Procedimento

- Pulire e sbollentare le cozze in acqua salata con l'aggiunta di menta piperita, raffreddarle e sgusciarle e condire l'insalatina con dell'olio extravergine d'oliva, sale e menta tritata finemente.
- Lavare le patate e mettere in teglia e coprirle con del sale grosso ed infornarle a 180°C per circa 50 minuti.
- In una pentola aggiungere dell'acqua, sale e scarti degli scampi e farla bollire per circa 30 minuti. Passare il fumetto di scampi allo chinoise e cuocere l'orzo perlato. Una volta pronto e raffreddato, condirlo con del ribes, sale, olio extravergine e polpa di scampetti scottati. Con uno stampino di forma cilindrica comporre il timballino d'orzo.
- Per la salsa allo zafferano: mettere sul fornello una padella e aggiungere della panna e i pistilli di zafferano, salarla facendo attenzione che rimanga cremosa.

Presentazione

- Tornire la patata e con l'aiuto di uno scavino svuotarla centralmente e mettergli all'interno l'insalatina di cozze e un ramoscello di menta piperita. Sul lato destro la crema allo zafferano, a seguire il timballino di orzo, ribes e scampetti scottati, un grappolino di ribes e una cialdina di pane e per finire olio extravergine d'oliva.



PRIMO PIATTO

SACCHETTINI DI SEMOLA RIMACINATA E UOVA DI QUAGLIA CON RIPIENO DI CEFALO, RICOTTA DI CAPRA E FINOCCHIETTO SELVATICO SU CIMA DI RAPA SCOTTATA, SU VELLUTATA DI BURRATA DI ANDRIA, TARTUFO NERO ESTIVO E LIME

Ingredienti

Per la pasta fresca:

gr 500 semola rimacinata di grano duro

gr 100 uova di quaglia intere

q.b. acqua

Per il ripieno:

gr 200 ricotta caprina

gr 200 cefalo fresco

q.b. finocchietto selvatico

q.b. sale

Per la vellutata:

gr 200 burrata fresca

gr 100 panna fresca

q.b. burro

q.b. sale

q.b. lime

q.b. tartufo lamellato

Procedimento

- Per la pasta fresca: unire tutti gli ingredienti fino a quando l'impasto sarà omogeneo ed elastico e far riposare per circa 30 minuti.
- Per il ripieno: pulire e filettare il cefalo e tritarlo finemente con il finocchietto selvatico e unirlo alla ricotta di capra, salare il ripieno ottenuto e incominciare a sfogliare la pasta a circa 2 mm e con un coppapasta fare dei cerchi di circa 10 cm, riempirli con il composto ottenuto e chiuderli a sacchetto legarli con del porro scottato; cuocerli in acqua salata e saltarli con del burro, pulire e scottare le cime di rapa e fare dei dischi con un coppapasta rotondo piccolo.
- Per la vellutata di burrata: mettere sul fornello una padella e unire panna e burrata e mescolare fin quando si sarà sciolta completamente e il composto ottenuto sarà piuttosto liscio.

Presentazione

- Disporre i dischi al centro del piatto lineari e sovrapporvi i sacchetti. Aggiungere la vellutata di burrata intorno ai sacchetti a gocce e grattugiare della scorza di lime e disporre le lamelle di tartufo nero vicino ai tre sacchetti.



SECONDO PIATTO

MILLEFOGLIE DI SPIGOLA CON CIPOLLOTTO E UVA BIANCA STUFATI SU CREMA DI FRISELLE E POMODORINO AL FORNO SU GRANELLA DI NOCI

Ingredienti

| | |
|--------|---------------------------|
| n. 2 | spigole da 400/600 kg |
| n. 8 | cipollotti bianchi |
| gr 200 | uva bianca |
| gr 300 | friselle pugliesi |
| q.b. | sale |
| gr | 50 burro |
| q.b. | origano |
| q.b. | olio extravergine d'oliva |
| n. 4 | pomodorini |
| gr 50 | granella di noci |

Procedimento

- Per la millefoglie: pulire e sfilettare la spigola; tagliare ogni filetto in 3 pezzi. Mettere sul fuoco una padella e introdurre una noce di burro e il cipollotto tagliato a julienne e stufare. Verso fine cottura, introdurre gli acini d'uva tagliati a metà e denocciolati e saltare il tutto; salare e iniziare a comporre la millefoglie con il cipollotto e l'uva stufata e cuocerlo in forno a 165°C per circa 9 minuti su di una placca foderata.
- Per la crema di friselle: in una casseruola fare un fondo di aglio sbucciato e olio extravergine d'oliva e rosolare leggermente le friselle sbriciolate grossolanamente; aggiungere dell'acqua e con l'aiuto del frullatore ad immersione frullare il tutto e poi fare ritirare fino a ottenere una crema e condire con origano sale.
- Per il pomodorino: condire i pomodori interi con olio e sale e infornarli per 7 minuti a 160°C.

Presentazione

- Posizionare la millefoglie sul lato destro del piatto e disporre in accompagnamento la crema di friselle, accanto sbriciolare le noci e adagiare il pomodorino al forno.



DESSERT

CROSTATINA ALL'OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA CON RICOTTA DI PECORA E PERA COSCIA, CREMA ALLE NOCCIOLE, COMPOSTA DI FRUTTA FRESCA E CHUTNEY DI MELA LIMONCELLA E POMODORINI VERDI

Ingredienti

Per la pasta frolla:

gr 300 farina sfoglia
gr 150 zucchero
gr 100 olio extravergine d'oliva
n. 1 uovo intero
n. 1 tuorlo d'ovo
q.b. sale

Per il ripieno della crostata:

n. 4 pere coscia
gr 50 zucchero semolato
gr 300 ricotta di pecora
q.b. cannella
q.b. brandy

Per la crema di nocciole:

n. 4 tuorli d'uovo
gr 125 zucchero
gr 35 farina "00"
gr 180 pasta alle nocciole
gr 200 panna
ml 500 latte
gr 15 amido di riso

Per il chutney:

gr 300 pomodorini verdi
gr 200 mele limoncella
gr 30 zenzero radice grattugiato
gr 70 zucchero bruno di canna
gr 70 aceto di mele
q.b. sale

Procedimento

- Per la pasta frolla all'olio extravergine d'oliva: riunire tutti gli ingredienti nella planetaria, tranne la farina che va aggiunta alla fine per poi ottenere un composto liscio. Stendere la pasta a 5 mm e infornare in una teglia foderata a 170°C per circa 6 minuti; cappare la sfoglia ottenuta a caldo e farcirla con il ripieno.
- Per il ripieno di ricotta e pere: mettere sul fuoco una padella antiaderente e introdurre le pere a dadini e lo zucchero; fare caramellare e

sfumare con il brandy; saltare il tutto con l'aggiunta di una spolverata di cannella macinata e fare raffreddare le pere e lo sciroppo ottenuto ed introdurlo in una bastardella con l'aggiunta della ricotta di pecora; mescolare fin quando non si sarà sgranata bene la ricotta e completare le crostatine.

- Per la crema alle nocciole: in una casseruola riunire la panna e il latte e portare a 60°C. A parte, mescolare l'amido, il tuorlo, la farina e aggiungere nella casseruola del latte e panna e amalgamare il tutto fino ad ottenere un composto omogeneo. A caldo incorporare la pasta di nocciole, fare raffreddare e servire.
- Per il chutney: in una casseruola riunire tutti gli ingredienti e farli caramellare; introdurre l'aceto di mele e far sfumare e a fuoco lento fare restringere il tutto fino ad ottenere un composto non troppo duro.

Presentazione

- Sul lato sinistro del piatto disporre la crostatina, nappare con la crema di nocciole e accompagnare con la composizione di frutta fresca e una quenelle di chutney in mezzo al piatto.



Gennaro Esposito



di Stefano Pepe

Tutte le donne dello chef

DALLA MAMMA CARMELA, CHE LO HA INIZIATO AL PIACERE PER LA CUCINA, ALLA MOGLIE VITTORIA, CON LA QUALE CONDIVIDE VITA E LAVORO A VICO EQUENSE: GRANDI AMORI CHE HANNO SEGNATO UNA STORIA DI SUCCESSO



In ogni uomo (per lo più) è sempre esistita la figura di una donna variamente interpretabile come mamma, nonna, moglie o compagna di vita che sia, che influisce e conta nelle proprie scelte di vita; da lei ci lasciamo riprendere, criticare e consigliare per il meglio, ci fidiamo del suo intuito, e individuiamo in lei il punto fermo o di riferimento della nostra esistenza, quasi fosse una musa ispiratrice.

Per lo stellato Gennaro Esposito, classe 1970, una di queste è donna Carmela. È grazie a lei se in suo figlio è nata la passione per la cucina. Come lui stesso ama rammentare, Gennaro è cresciuto con il naso nelle casseruole di “*mam-mà*”, con quei profumi e sapori antichi delle cose vere e genuine dei loro luoghi. Ha impresso nella mente i suoi gesti lenti, cari e quasi cerimoniali nel “girare” il sugo che preparava la domenica mattina, con amore e dovizia, come tutte le cose fatte e rivolte ai suoi cari e alla sua famiglia. Lo stesso amore, attenzione e cura che la mamma è riuscita a trasmettere nella cucina dello chef Esposito. Gennaro lavora ancora nella nativa Vico Equense, dove ha frequentato alternando cucine di trattorie del suo paese e la scuola alberghiera, diplomandosi infine nel 1988.

Dopo qualche esperienza interessante in giro per l'Italia

e portandosi sempre nel cuore la solarità della cucina campana, Vittoria, la sua allora fidanzatina, altra donna importantissima della sua vita, lo convinse e lo incoraggiò ad aprire a Marina di Seiano una loro attività in un locale di famiglia, caratteristico ristorante del posto, nel borgo marinaro, a fianco della torre di avvistamento di Caporivo. In breve tempo con Gennaro al timone e la sua cucina fatta di tradizione e tanto pesce freschissimo, il locale divenne meta abitudinaria per i buongustai del luogo e con ottimi riscontri di gradimento.

Il fuoco sacro della cucina per Gennaro Esposito viene reso incandescente però grazie a Gianfranco Vissani, incontrato casualmente per i corridoi del Vinitaly di Verona. Lo chef umbro lo invitò presso di lui: è la scoperta di un mondo nuovo, fatto di fantasia e creatività. Seguono esperienze chiave a Montecarlo e a Parigi, con Franck Cerutti e Alain Ducasse, che lo contagiano con la mania del prodotto, l'organizzazione

e il rigore tecnico.

Dopo questo percorso professionale e di vita Gennaro, sempre con il decisivo e preziosissimo supporto della fidanzata Vittoria Aiello (divenuta pregiata pasticciera), si dedica definitivamente alla metamorfosi della sua **“Torre del Saracino”** in uno dei locali più eleganti e apprezzati della regione. All'ombra del loro grande amore, è subito indissolubile il matrimonio che si celebra tra territorio e cultura, creatività e materia, sfociato in una inevitabile stella Michelin. Nel 2003 è arrivato il riconoscimento delle Tre Forchette del Gambero Rosso, prestigiosa classifica che lo vede al vertice fino ad oggi. La seconda Stella Michelin del 2008 è storia recente. Gennaro pratica una cucina di territorio in senso stretto, che fa gioco sulle sue abilità di “talent scout” di prodotti d'eccellenza: il primo sulla lista ovviamente è il pesce, blu nel sangue e azzurro nel colore (come lui stesso ama definirlo), tutto locale e procacciato da pescatori che lo recapitano direttamente al suo ristorante; ma ci sono anche le paste artigianali, gli ortaggi dell'agro sarnese-nocerino (coltivati in parte nell'orto familiare), i formaggi degli Alburni, dei Monti Lattari e del Cilento, ed i dolci naturalmente di Vittoria, insostituibili coprotagonisti della solare cucina di Gennaro Esposito.



*La donna uscì dalla costola dell'uomo,
non dai piedi per essere calpestata,
ne dalla testa per essere superiore.
Ma dal lato per essere uguale,
sotto il braccio per essere protetta
E accanto al cuore per essere amata!*

(William Shakespeare)

Fattore negativo del mestiere di cuoco in assoluto?

Non poter avere dei rapporti interpersonali “normali” con amici e propri cari a causa del poco tempo a disposizione.

E quello positivo?

Il poter, attraverso il nostro lavoro, conoscere una miriade di persone, di ogni genere e cultura, ed avere con loro riscontri immediati sul nostro operato professionale.

Il tuo punto di forza e quello debole in cucina?

La testardaggine, la caparbia e la risolutezza, in entrambi i casi!

Lo strumento o attrezzo di cui non puoi fare a meno nella tua cucina?

Nessuno, un professionista degno di questo nome non deve dipendere o essere messo in difficoltà per la mancanza di un'attrezzatura o altro, deve sapersi sempre districare nelle difficoltà dell'operato quotidiano della cucina.

L'ingrediente più abusato del momento?

I germoglietti, prodotti di serra e per lo più esteri, e i fiori eduli a guarnizione sui piatti.

E quello sottovalutato?

Verdure di ogni tipo.

Un libro di cucina che consideri veramente utile?

Tutti e nessuno! Mi spiego, in ogni libro c'è l'esperienza e la viva passione professionale di chi lo scrive, e la passione è una cosa che ti viene da dentro (come per tutte le cose) e che io ritengo non trasmissibile attraverso fredde pagine di un libro. Inoltre la cucina, ed il cucinare (parlo da addetto

ai lavori), è un'arte molto personale, che ognuno interpreta secondo il suo modo di vederla e sperimentarla; attingendo da un libro di ricette altrui, quasi sempre, il risultato finale sarà diverso dall'originale.

Il sapore o profumo in grado di evocare in te ricordi lontani?

Il limone.

Hai un'inconfessabile passione per...

Il gelato artigianale, ne sono veramente ghiotto!

Cosa cucini per te stesso quando sei solo?

Due uova al tegamino.

Cosa non manca mai nel tuo frigorifero di casa?

Una buona bottiglia di champagne e dell'ottimo formaggio.

Una cosa che non mangi?

Tutti i cibi cattivi, il cosiddetto “cibo spazzatura”.

La qualità che apprezzi di più in un collega?

La capacità di esprimere una cucina originale e autentica.

La qualità che apprezzi di più in un cliente?

La curiosità.

Destinazione gastronomica preferita

I ristoranti di mare.

Quando vai in vacanza mangi in albergo o cerchi un ristorante esterno particolare?

Di solito fuori albergo; ristorante, trattoria o altro ancora, purché sia tipico o caratteristico del luogo e che possa tra-

smettere curiosità e quindi percettibili sensazioni.

Simpaticamente parlando, nel rispetto delle scelte altrui e secondo il tuo modo di vedere, l'ultimo girone dell'Inferno gastronomico a chi lo riservi: ai vegani, agli stagisti, ai neo-diplomati dei corsi AIS, o chi altro del nostro mondo ristorativo?

Ai camerieri "mielosi" a caccia di mance dai clienti.

Il piatto della nostra cucina tradizionale che rappresenta al meglio e in assoluto l'Italia?

Può essere banale e scontato, ma direi gli "Spaghetti con la pommarola in coppa" (spaghetti al pomodoro). Anche se

sono numerosissimi i piatti che interpretano ed identificano al meglio il nostro "Bel Paese".

Tra chef c'è rivalità o collaborazione?

Collaborazione sì... e rivalità pure, ma intesa come ammirazione, stima e considerazione per il professionista che è riuscito per mezzo di duro lavoro a giudicarsi buone posizioni nel "gotha" dell'alta ristorazione

E se tu non facessi il cuoco?

Mi sarebbe piaciuto fare il musicista e vivere "a piene mani" di quel mondo. 🎵

ANTIPASTO

MELANZANE ALLA SCAPECE, PALAMITO

E OSTRIACA CON PROFUMO DI LIMONE E VANIGLIA

Ingredienti per 2 persone

Per il pesce:

200 gr di palamita

Per la gelatina di ostriche:

1 cc di acqua

2 bucce di limone

1/4 di bacca di vaniglia

15 cc di succo di limone

6 ostriche

10 gr di colla di pesce

Per le melanzane alla scapece:

2 peperoncini di fiume di media grandezza

2 melanzane di media grandezza

2 olive verdi

aceto

peperoncino rosso



Per l'acqua di pomodoro in gelatina:

250 gr di pomodori
 (70 cc di acqua di pomodoro)
 4 gr di colla di pesce

Procedimento

- **Per la gelatina di ostriche:** versare in un pentolino 125 cc di acqua e le bucce del limone, riscaldare fino a raggiungere 50°C, aggiungere la polpa della bacca di vaniglia e portare alla temperatura di 85°C, infine togliere dal fuoco ed aggiungere il succo di limone. Sigillare con la pellicola e lasciare il tutto in infusione per 30 minuti. Frullare il tutto e passare a chinois. Intanto aprire le ostriche e versare l'acqua contenuta al loro interno in un pentolino, riscaldare fino a far raggiungere l'ebollizione, aggiungere le ostriche e lasciar cuocere per 3 minuti, raffreddare immediatamente e togliere le ostriche dall'acqua. A questo punto prendere il primo composto (acqua, limone e vaniglia), pesare ed aggiungervi la stessa quantità di acqua di ostriche (che avremo conservato), intiepidire ed aggiungere la colla di pesce precedentemente ammollata e strizzata, le ostriche, e riporre il tutto in frigorifero per circa 30 minuti.
- **Per le melanzane alla scapece:** prendere le melanzane, pelarle, tagliarle a cubetti di circa 2x2 cm, metterle sotto sale per circa 30 minuti, poi asciugarle e friggerle in olio extravergine di oliva. Infine condirle con sale, aceto, pepe, aglio, olive tritate, il peperoncino piccante e la julienne di peperoncini verdi di fiume, e riporre in frigo.
- **Per l'acqua di pomodoro in gelatina:** prendere i pomodori, tagliarli a fette e passarli nel passa verdure. Mettere in un chinois un panno di lino dove verseremo la polpa di pomodoro e lasciare filtrare per circa 2 ore in modo da separare l'acqua di pomodoro dalla sua polpa. A questo



punto unire l'acqua di pomodoro alla colla di pesce precedentemente ammollata e sciolta a bagnomaria, lasciare il composto in frigorifero.

- **Per il pesce:** prendere il filetto di palamita, scottare su di una brace molto rovente lasciandolo crudo al suo interno e raffreddare immediatamente.

Presentazione

- Porre al centro di un piatto piano le melanzane alla scapece, riporvi sopra uno strato di gelatina di pomodoro e successivamente uno di gelatina di ostriche, adagiarvi sopra la palamita ed infine guarnire con il composto di acqua, vaniglia e limone.



PRIMO PIATTO**RISOTTO AL POMODORO “CUORE DI BUE”,
LIMONE CANDITO E CALAMARETTI
RIPIENI DI PROVOLA AFFUMICATA****Ingredienti per 4 persone****Per i calamaretti:**

4 calamaretti
60 gr di provola affumicata.

Per il risotto:

200 gr di riso carnaroli
200 gr di pomodori “cuore di bue” (tagliato a grossi cubetti)
6 calamaretti
20 gr di provola affumicata
30 gr di limone candito (tagliato a brunoise)
2 lt di brodo leggero di pesce e verdure
100 gr di olio extravergine di oliva
10 gr di burro
10 foglie di basilico
un cucchiaino di cipolla tritata
il succo di mezzo limone
uno spicchio d'aglio
sale
pepe al mulinello

Procedimento

- **Per i calamaretti:** farcire quattro calamaretti con la provola affumicata tritata, chiudere con uno stuzzicadenti e tenere al forno a 100°C per circa 2 minuti.
- **Per il risotto:** tostare il riso con circa 50 gr di olio, aggiungere la cipolla. Finire la tostatura e iniziare a bagnare con brodo bollente. Intanto in una padella rosolare lo spicchio d'aglio con 50 gr di olio e saltare i pomodori cuore di bue con basilico e sale, per circa 3

minuti. A metà cottura del riso, salare e aggiungere man mano il sughetto ottenuto dai pomodori e successivamente parte dei pomodori stessi. Quando il risotto sarà molto al dente aggiungere i calamaretti tagliati finemente, cuocere ancora fino a terminare la cottura aggiungendo il limone candito. Completare con il pepe al mulinello ed il burro e mantecare a fiamma spenta. Bilanciare l'agrodolce con il succo di limone.

Presentazione

- Sistemare il risotto al centro del piatto, adagiando sopra il calamaretto ripieno privato dello stuzzicadenti. Decorare con pezzetti di pomodoro leggermente scottati e foglie di basilico.



F.I.C. presenta il nuovo Marchio di Approvazione

La Federazione Italiana Cuochi (F.I.C.) è l'unico ente professionale di categoria giuridicamente riconosciuto e rappresenta la Wacs (Società Mondiale dei Cuochi) sul territorio nazionale.

Nell'intento di tutelare e legittimare la rispondenza qualitativa dei prodotti commerciali nei settori di propria competenza, la F.I.C. ha promosso l'istituzione del marchio "APPROVATO DALLA F.I.C."

Un riconoscimento importante e un logo che quest'anno si rinnova graficamente con i colori della bandiera nazionale, per valorizzare ulteriormente la professionalità del cuoco italiano e delle aziende che operano con qualità in Italia e all'estero.

Il marchio "APPROVATO DALLA F.I.C." è riservato ai produttori di derrate alimen-



tari, attrezzature e utensili di qualità per la ristorazione ed è concesso alle aziende che ne fanno richiesta e sottopongono un prodotto o una linea di prodotti all'analisi e controllo da parte di un'apposita Commissione. La concessione impegna formalmente l'azienda a produrre nel pieno rispetto delle norme stabilite nel momento del rilascio del marchio.

Le aziende che ottengono il marchio di qualità "APPROVATO DALLA F.I.C." possono riprodurlo sulle confezioni dei loro prodotti e farne uso in qualsiasi tipo di comunicazione o iniziativa pubblicitaria, tese alla promozione del prodotto. Numerose sono già le aziende che grazie al marchio "APPROVATO DALLA F.I.C." hanno raggiunto un buon posizionamento nel settore della ristorazione e un accredito speciale nella Gdo (grande distribuzione organizzata) e nel retail.

F.I.C. PRESENTS ITS NEW TRADE-MARK OF APPROVAL

The Federazione Italiana Cuochi (F.I.C.) (Italian Chefs' Federation) is the only legally recognised professional body in the category and represents the Wacs (World Association of Chefs Societies) in Italy.

With the intention of protecting and legitimating the qualitative compliance of commercial products in the sectors for which it is responsible, F.I.C. has promoted the institution of the "APPROVED BY F.I.C." trademark. An important recognition and a logo which this year has new graphics with the colours of the national flag, to further valorise the professionalism of the Italian chef and the companies which operate with quality in Italy and abroad.

The "APPROVED BY F.I.C." trade-mark is reserved for producers of quality food commodities, equipment and tools for the restaurant trade and is granted to companies which ask for it and who submit a product or a line of products to the analysis and control of a special Commission. The granting of this trade-mark formally commits the company to producing in full respect of the standards established at the time the trade-mark is issued. The companies which obtain the "APPROVED BY F.I.C." quality trade-mark can reproduce it on the packs of their products and use it in any type of communication or advertising venture, aimed at promoting the product. Numerous companies have already achieved a good position in the restaurant sector and a special credit in the area of large-scale organised distribution thanks to the "APPROVED BY F.I.C." trade-mark.

Le aziende che vantano il Marchio di Approvazione della Fic



Per informazioni: F.I.C. PROMOTION SRL UNINOMINALE - Piazzale delle Crociate, 15 - 00162 Roma
Tel. 06.4402178 – 06.44202209; Fax 06.44246203; e-mail: fic@ficpromotion.it

L'importante non è

partecipare, ma vincere!



di **Vito Mastrosimini**

A BREVE SARÀ LANCIATA LA NUOVA “N.I.C. ACADEMY”,
LA SCUOLA PER PREPARARE GLI CHEF ALLE COMPETIZIONI.
LEGGI L'INTERVISTA AL TEAM COACH DELLA N.I.C. PIERLUCA ARDITO

La nuova Nazionale Italiana Cuochi, sotto la guida di Daniele Caldarulo (Team manager) e Pierluca Ardito (Team coach) si prepara al rush finale che condurrà la



squadra azzurra alla **Villeroy e Boch Culinary World Cup** che si terrà in **Lussemburgo dal 22 al 26 novembre** prossimi. Pronto il menu del caldo, fissate le date delle prove iridate (23 novembre Hot e 26 novembre Cold all'ExpoLux), fissate anche le date degli ultimi allenamenti e del ritiro

Pierluca Ardito,
Team Coach della N.I.C.

prima della partenza. Quindi è l'occasione buona per fare il punto con il **coach Pierluca Ardito**. «Dopo l'incarico ricevuto dalla **Federazione Italiana Cuochi** nel 2012, al quale ho dovuto, mio malgrado, rinunciare per motivi di salute, ho accolto con entusiasmo l'invito di Daniele Caldarulo, a far parte a pieno titolo della nuova Nazionale, con la qualifica di Team coach. Un'adesione naturale, considerando che

49

LA NAZIONALE ITALIANA CUOCHI

È nata nel 2000 come emanazione della Federazione Italiana Cuochi, che riunisce oltre 18mila 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. Grazie a questa attività la Nic sta contribuendo alla diffusione della cultura gastronomica italiana e del Made in Italy nel mondo.

🇬🇧 for english text see page 87



il programma presentato da Daniele alla F.I.C. è quello al quale abbiamo lavorato insieme e preparato negli anni».

Una Nazionale costruita attorno ad uno zoccolo duro.

«Una grande emozione ritrovarci tutti quanti insieme, quelli dello storico Team Puglia, arrivato per ben due volte ad un soffio del titolo mondiale. Un'emozione che si è subito trasformata in grande responsabilità e concentrazione. Difendere i colori della propria nazione in una competizione internazionale sarà una esperienza unica. Ma il nostro approccio rimane identico: grande studio, grandi sacrifici, grande passione».

Un team che comunque si è aperto anche a tanti volti nuovi.

«Abbiamo fortemente voluto una selezione nazionale che si è svolta lo scorso febbraio ad Avellino, che ci ha arricchito di grandi talenti che, alla preparazione e professionalità, aggiungono un senso di sacrificio e umiltà, da prendere sicuramente ad esempio. Le selezioni per entrare in N.I.C. saranno comunque annuali, e quella per il 2015 si svolgerà a Milano tra dicembre e gennaio».

Raccontaci il tuo ruolo di team coach.

«Abbiamo voluto separare i ruoli di rappresentanza e di amministrazione da quello prettamente tecnico. In quest'ultimo ruolo ho trovato la mia naturale collocazione, con la concentrazione dedicata esclusivamente allo studio dei piatti e alla scelta

dei componenti della squadra titolare per il caldo e alla preparazione del programma del freddo. Sono uno che preferisce avere le mani sempre in pasta!».

Che cosa significa per uno chef professionista, partecipare ad una competizione internazionale?

«La partecipazione di uno chef a competizioni internazionali è un grande momento di arricchimento professionale. Si possono sperimentare nuove preparazioni, cotture, alimenti e ci si confronta con i migliori del mondo. Dalle competizioni escono i piatti che successivamente troviamo nei menu internazionali dell'alta gastronomia. Inoltre, nelle competizioni a squadre, il lavoro in team è estremamente educativo, per noi che di solito siamo monarchi nelle nostre cucine.»



Gli chef N.I.C. Pierluca Ardito e Gaetano Raguni, responsabile della squadra junior.

È importante, comunque, arrivare preparati a questi appuntamenti.

«Certo. In Italia manca un momento formativo per prepararsi ai concorsi. Per sopperire a questa mancanza, sta nascendo la N.I.C. Accademy, che avrà il compito esclusivo di preparare gli chef iscritti alla F.I.C. per le competizioni. A breve presenteremo i nostri programmi».

La Nic ha avuto anche il compito di selezionare i partecipanti alcune prestigiose competizioni internazionali, come la Catering Cup.

«La Federazione ci ha assegnato il ruolo di preparatori per questa competizione. Volevamo organizzare una selezione nazionale, ma i tempi stretti e la necessità di scegliere chef già preparati, ci hanno fatto optare per una scelta interna ai componenti della Nazionale. **Così per la Catering che si svolgerà a Lione il 24 gennaio 2015**, abbiamo selezionato lo Chef Domenico Lampedecchia e lo **Chef pastry Giuseppe Palmisano jr**, che hanno una specifica competenza nella preparazione di banchetti».

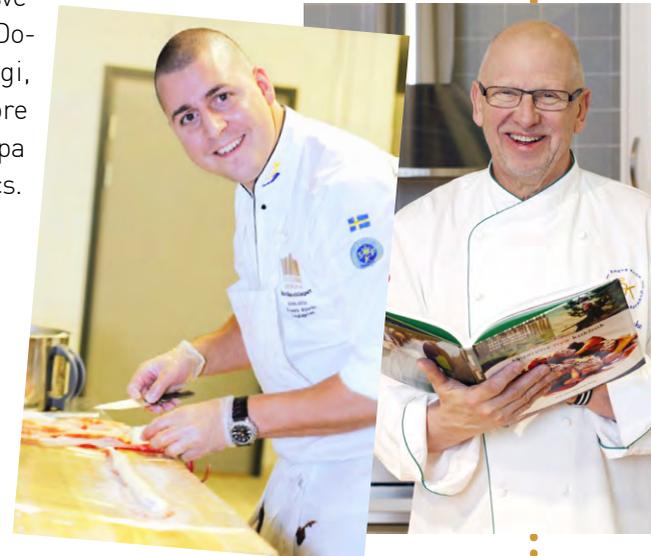
Importante anche l'attenzione ai giovani.

«I giovani in un team che guarda al futuro, sono fondamentali. Per questo siamo molto presenti negli istituti alberghieri e lì dove è importante testimoniare l'importanza della nostra professione. Con la N.I.C., abbiamo voluto iniziare un percorso affidando ad uno chef di alto livello, come Gaetano Ragunì, la responsabilità della squadra junior, che in un primo momento affiancherà la senior, per poi, quando i ragazzi saranno pronti (credo il prossimo anno), cimentarsi con la giusta preparazione in una competizione internazionale. Il nostro obiettivo è quello di abbassare l'età media della squadra senior, perché è intorno ai 25-26 anni che un chef può esprimere il massimo nelle competizioni».

IL GEMELLAGGIO CON LA GRANDE SVEZIA

Dal 22 al 24 settembre si svolgerà a Bari, presso **Villa Romanazzi Carducci**, un importante momento formativo tra la scuola culinaria svedese, leader indiscussa alle ultime competizioni iridate e la Nazionale Italiana Cuochi. A tenere un **seminario specifico sulle tecniche di gelatinatura** saranno l'ex capitano della Svezia, che ha vinto tutto, **Fredrik Björlin**, attualmente capitano del Wacs Culinary Dream Team e Gert Klötzke ex team manager di quel favoloso team, attuale team manager sempre del Wacs Culinary Dream Team, oggi anche alla guida dal Culinary Team della Finlandia. Inoltre la sera del 24 settembre, assisteranno all'allenamento del programma caldo, per 110 ospiti, che gli azzurri terranno appositamente per ricevere l'importante feedback dai grandi colleghi svedesi. Il gemellaggio è stato reso possibile grazie anche ai rapporti di amicizia che legano i due svedesi allo chef Domenico Maggi, fresco direttore dell'area Europa Sud della Wacs.

Gli chef svedesi Fredrik Björlin e Gert Klötzke, rispettivamente capitano ed ex capitano del Wacs Culinary Dream Team



Gli sponsor della Nic



ORGANIGRAMMA DELLA NAZIONALE ITALIANA CUOCHI

Direttivo:

Team manager: chef **Daniele Caldarulo**

(*Black&White* | Bari) – Team Manager

Team coach: chef **Pierluca Ardito**

(*Nobis Chiusa di Chietri* | Alberobello - Bari) – Team Coach

Cucina calda: chef **Francesco Dibenedetto** (*Le Gavroche* | London)

Cucina fredda: chef **Felice Laforgia**

(*Hotel Mercure Villa Romanazzi Carducci* | Bari)

Pasticceria: chef pastry **Giuseppe Palmisano**

(*Sierra Silvana* - Selva di Fasano - Brindisi)

Team Junior: chef **Gaetano Raguni**

(*Osteria dei Noci* | Mendola - Fc)

Logistica: chef **Piero Pezzolla**

(*Nobis Chiusa di Chietri* | Alberobello - Ba)

Marketing e comunicazione - **Vito Mastrosimini**

(*Ficarra&Mastrosimini* | Castellana Grotte - Ba)

Team senior

Chef **Lorenzo Alessio** (*Hotel Roma* | Cervia - Ra)

Chef **Debora Fantini** (*Fantini Club* | Cervia - Ra)

Chef **Domenico Lampedecchia** (*Casale San Nicola* | Bisceglie - Bt)

Chef pastry **Giuseppe Palmisano jr**

(*Sierra Silvana* - Selva di Fasano - Br)

Chef **Fabio Potenzano** (*Detto tra noi* | Rai)

Chef **Michelangelo Sparapano**

(*Tenuta Visconti* | Marconia Pisticci - Mt)

Team junior

Chef **Salvatore Canargiu** (*Locanda Palazzone* | Orvieto - Rt)

Chef **Nicholas Capucci** (*Hotel Universal* | Cervia - Ra)

Chef **Enrico Lavernier**

(*Esperia Palace Parco dei Principi* | Zafferana Etnea - Ct)

Chef **Paolo Lotito** (*Casale San Nicola* | Bisceglie - Bt)

Chef **Aldo Scollo**

(*Esperia Palace Parco dei Principi* | Zafferana Etnea - Ct)

Chef **Andrea Votta** (*Forte Village* | Santa Margherita di Pula - Ca)

I piatti degli chef della *Nazionale Italiana Cuochi*

LE RICETTE QUI PRESENTATE SONO STATE REALIZZATE DAL TEAM
DEL 2013 E SONO UN ESEMPIO DI TECNICA DI CUCINA DA GARA

**SALMONE CONFIT IN OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA AL LIMONE, BATTUTO DI GAMBERO ROSSO DI GALLIPOLI
SU CETRIOLO E MELA VERDE MARINATI, YOGURT MONTATO E SALSA DI PEPERONE GIALLO**



Ingredienti
per 10 persone
Per il salmone:

800 gr salmone intero
1,5 lt di olio extravergine
di oliva al limone
0,5 lt di acqua di mare
100 gr Alghe di mare
n. 2 stecchi di lemongrass
n. 1 limone
5 gr polline di finocchio

Per le verdure:

80 gr barbabietola gialla
80 gr barbabietola
di Chioggia
80 gr watermelon radish
100 ml aceto di vino bianco
100 gr zucchero
50 gr acqua
1 rametto di rosmarino

Per il battuto di gamberi:

500 gr gamberi rossi
 n. 1 lime
 10 gr sale
 n. 10 fiori di ostrica
 40 ml olio extravergine di oliva
 1 rametto di rosmarino

Per i condimenti:

n. 20 fettine di bottarga di muggine
 n. 20 Salty fingers
 150 gr avocado
 10 gr scalogno
 200 gr melone cantalupo
 n. 1 cetriolo
 n. 1 mela verde
 125 ml di Gin
 65 gr zucchero
 10 gr uova di salmone
 n. 2 ravanelli

Per lo yogurt montato:

160 gr yogurt magro
 20 gr miele
 100 gr panna fresca
 n. 1 succo di limone
 n. 1 peperone giallo
 n. 1 scalogno
 200 ml fondo vegetale
 20 gr aceto di lamponi

Procedimento

• **Per il salmone:** squamare, filettare, togliere le spine al salmone. Preparare e immergere in una marinata liquida con acqua di mare, alghe, lime e lemongrass per 40 minuti. Scolare asciugare con carta assorbente e arrotolare in pellicola. Abbatte per 20 minuti e

porzionare, conservare in frigorifero. Per la cottura: immergere i dossi di salmone in olio extravergine alla temperatura di 58°C per una cottura finale di 20 minuti.

• **Per la crudaiola di verdure:** pelare le barbabietole, affettarle in mandolina e tagliare dei piccoli cubetti.

• **Per il pickled:** versare in un pentolino l'aceto di vino bianco, lo zucchero, mescolare con una frusta e portare a ebollizione. Aggiungere il rosmarino e l'acqua e togliere dal fuoco. Coprire con pellicola e lasciare in infusione. A 60°C versare la dadolata di barbabietole e conservare in frigorifero. Prima del servizio, scolare e condire con olio extravergine di oliva, aneto e sale.

• **Per il battuto di gamberi:** pulire i gamberi, eliminare il budello e sciacquarli in acqua di mare; asciugarli e ricavare un battuto, condirli con olio extravergine d'oliva, le zeste di lime e sale fino. Metterlo in stampi di flexipan e abbatte in negativo.

• **Per le mele e i cetrioli:** pelare e affettare le mele, dargli una forma regolare e immergerle nel pickled e lasciarle in infusione nel pickled; pelare i cetrioli, affettarli alla mandolina e tagliarli più piccoli della mela e marinarli con gin e zucchero.

Mondare e tagliare il cantalupo; tagliare in forma regolare e condire con olio extravergine e sale fino.

• **Per l'avocado:** pelarlo e ricavare la polpa; metterla in un termomix e frullarla con lo scalogno, succo di lime olio extravergine d'oliva, sino ad ottenere una consistenza cremosa.

• **Per le insalatine:** affettare i ravanelli, il watermelon radish e metterli in acqua e ghiaccio; condirli con un dressing all'aceto balsamico bianco; affettare la bottarga.

• **Per lo yogurt montato:** Amalgamare il miele con il succo di limone e il sale, aggiungere le zeste; lo yogurt e la panna semi montata.

• **Per il pure di peperoni:** in una pentola versare l'olio extravergine d'oliva, lo scalogno e farlo appassire. Mondare i peperoni, lavarli e tagliarli a pezzi e unirli al fondo, fare appassire, unire il brodo vegetale e completare la cottura. Frullare il tutto e rettificare con sale fino, pepe e aceto di lamponi nel termomix a 60°C per 7 minuti

MAIN COURSE

**LOMBO DI AGNELLO IN MANTO DI FICHI PORCINI
E CAPOCOLLO DI MARTINA FRANCA; BRASATO
DI CAPPELLO DI PRETE ALLA BIRRA CHIARA;
SFORMATO DI PATATE E ZUCCA GRATINATO;
PURÈ DI BROCCOLO ROMANESCO,
FUNGHI CARDONCELLI E CASTAGNE GLASSATE**

Ingredienti per 10 persone

1 kg lombo di agnello
100 gr confettura di fichi
50 gr petto di pollo
10 gr albumi d'uovo
150 gr panna
15 gr sale
20 gr fichi secchi
20 gr zucchine

20 gr funghi porcini
n. 20 fettine di capocollo di Martina Franca
n. 1 rametto ciascuno timo, rosmarino, prezzemolo
800 gr cappello di prete di vitellino
100 gr carote
100 gr sedano rapa
100 gr sedano verde
500 ml birra chiara
1,5 lt fondo bruno di vitello
10 gr agar agar



200 gr patate
 200 gr zucca
 100 gr panna
 1 tuorli d'uovo
 n. 1 uovo intero
 100 gr Parmigiano reggiano grattugiato
 2 gr sale
 100 gr burro
 300 gr broccolo romanesco
 50 gr burro
 100 gr panna
 10 gr sale
 200 gr funghi cardoncelli
 50 gr burro aromatizzato
 n. 10 castagne bollite e pulite
 200 gr Porto
 80 gr miele
 200 gr fondo di vitello
 10 gr sale

Procedimento

• **Per il cappello di prete:** salare e rosolare in olio extravergine d'oliva, metterlo in una gastronomia profonda, eliminare il grasso di rosolatura e stufare le verdure con un po' di olio extravergine, bagnare con la birra e far ridurre di circa 70%, aggiungere il fondo bruno di vitello e far bollire per circa 10 minuti. Versare il fondo con le verdure sul cappello di prete coprire e cuocere in forno per circa due ore a 140°C. Togliere il cappello di prete dal fondo di cottura e raffreddarlo in abbattitore e tagliarlo in cubetti. Estrarre le verdure e far ridurre il fondo di circa la metà. dividerlo in due ed in una metà sciogliere l'agar agar e far bollire. Montare al burro l'altra metà del fondo. Tagliare il cappello di prete in piccoli pezzi, unire le verdure, la chiffonade di prezzemolo e il fondo con l'agar agar e sistemare all'interno delle terrine; chiudere con la pellicola e abbattere in negativo. Tagliare la terrina e rigenerare.

• **Per il lombo di agnello:** pulirlo dalle nervature e grasso, condirlo con il sale fino e rosolare nell'olio, aggiungere il battuto di erbe e lasciare in frigorifero. Preparare con i petti di pollo la farcia; passare al cutter con l'albume; aggiungere il sale fino e passare al setaccio; incorporare la panna. Tagliare in piccola brunoise i fichi secchi. Passare i funghi porcini in forno conditi con sale fino, timo e olio extravergine; raffreddare e tagliare in piccola brunoise; mondare le zucchine, lavarle e tagliarle in piccola brunoise; sbollentare e raffreddare in acqua e ghiaccio; scolare e asciugare. Unire alla farcia di pollo le zucchine, fichi secchi e i porcini. Stendere le fettine di capocollo, sistemare il lombo di agnello e spalmare un leggero strato di confettura di fichi; sistemare la farcia e chiudere il lombo, cuocere nel Roner a 60°C fino a raggiungere la temperatura al cuore di 52°C; togliere dalla pellicola e rosolare in olio; passare in forno e raggiungere la temperatura al cuore di 56°C.

• **Per lo sfornato:** affettare le patate e la zucca; preparare con la panna i tuorli e le uova una liaison, condire con sale fino e pepe. Sistemare, in una teglia da forno rivestita con carta da forno, uno strato di patate; condire con sale fino, pepe formaggio grattugiato e uno strato sottile di liaison; sistemare la zucca e condire anch'essa con sale fino, Parmigiano e uno strato sottile di liaison; ripetere fino ad esaurimento delle patate e zucca; cospargere di Parmigiano e burro fuso; far cuocere per 25 minuti con il coperchio e far gratinare per 25 minuti a 150°C; raffreddare e porzionare.

• **Per il purè:** cuocere il broccolo romanesco e raffreddare in acqua e ghiaccio; scolare e frullare nel termomix a 60°C per 6 minuti circa con la riduzione di panna; condire con sale fino e pepe.

• **Per le castagne:** preparare un fondo di burro e sciogliere il miele; bagnare con il Porto, lasciarlo evaporare e unire il fondo di vitello; addensare e unire le castagne glassarle.

• **Per i funghi:** mondare, lavare e passarli in forno con olio extravergine, sale fino, pepe e timo, per 3 minuti circa a 180°C; scolare e tagliarli a spicchi; saltarli nel burro chiarificato aromatizzato. Dressare il piatto.

DESSERT

GANACHE AL CIOCCOLATO FONDENTE CON CREMOSO AL PISTACCHIO DI BRONTE, GELATO GHIACCIATO ALL'ARANCIA, MINI CAKE ALLA MANDORLA CON INTERNO ALL'AMARENA, CREMA AL LATTE DI MANDORLA E AURUM.



Ingredienti per 10 persone

• **Per la ganache al cioccolato fondente:**

500 gr uova tuorlo
 500 gr zucchero semolato
 1,25 kg panna fresca 35% grassi
 1,25 kg latte intero fresco
 30 gr gelatina in fogli tipo oro

2 kg copertura fondente 55% cacao

• **Per l'interno al pistacchio:**

1 kg panna fresca 35% grassi
 260 gr uova tuorlo
 320 gr zucchero semolato
 20 gr gelatina in fogli tipo oro
 240 gr pasta pistacchio

- **Per il gelato ghiacciato all'arancia:**

3 kg succo d'arancia
 2,4 kg acqua
 1,53 kg saccarosio
 105 gr destrosio
 420 gr glucosio
 15 gr stabilizzante
 100 gr succo di limone

- **Per il Mini cake alla mandorla**

con interno di amarena:

600 gr farina di mandorle
 600 gr burro
 600 gr zucchero a velo
 240 gr farina debole
 600 gr uova intere
 250 gr purea di amarene
 5 gr baking powder
 2 gr limone grattugiato
 q.b. vaniglia in bacche
 1 gr sale
 q.b. filetti di mandorla

Per decorare

- **Per il crumble salato:**

200 gr farina di mandorla
 200 gr farina debole
 200 gr zucchero di canna
 5 gr sale vanigliato
 200 gr burro

- **Per il biscotto allo sciroppo di menta:**

320 gr tuorli d'uovo
 500 gr albumi
 320 gr nocciole

320 gr zucchero semolato
 80 gr farina debole
 200 gr sciroppo di menta Fabbri

- **Per le meringhette:**

100 gr albumi
 100 gr zucchero semolato
 100 gr zucchero a velo

- **Per la crema all'aurum:**

900 gr latte fresco
 (800 gr latte, 100 gr panna)
 100 gr latte di mandorla
 200 gr zucchero semolato
 250 gr uova tuorlo
 20 gr liquore aurum
 30 gr amido di mais

- **Per lo sciroppo al lampone infusione ananas:**

2 kg acqua
 200 gr glucosio
 400 gr zucchero
 1 kg purea di lamponi
 n. 1 stecca di vaniglia
 n. 1 stecca di cannella

- **Per la sferificazione di cachi:**

1 kg purea di cachi
 200 gr zucchero invertito
 25 gr succo limone

- **Per la gelatina:**

2 kg acqua
 100 gr gelificante

- **Per la schiuma al lampone:**

800 gr sciroppo di lamponi
 200 gr acqua
 50 gr lecitina

Procedimento

- **Per la ganache al cioccolato fondente:** montate leggermente i tuorli con lo zucchero, versare la panna e il latte caldi, cuocere a 85°C. Versare nel composto il cioccolato, la gelatina e mescolare avendo cura di ottenere un risultato ben liscio.
- **Per l'interno al pistacchio:** incorporare lo zucchero nei tuorli senza montare, aggiungere la panna calda con la pasta di pistacchio e subito dopo la colla di pesce ammorbidita. Cuocere a 85°C sul fuoco, poi passare al setaccio ed emulsionare.
- **Per il gelato ghiacciato all'arancia:** spremere gli agrumi o utilizzare il succo naturale surgelato e scongelato e subito aggiungere lo zucchero liquido e lo stabilizzante. Dare una veloce frullata per disperdere lo stabilizzante, unire l'acqua, l'acido citrico e mantecare immediatamente. Se non si desidera utilizzare l'acido citrico, sostituire 60 gr di acqua con del succo di limone.
- **Per il Mini cake alla mandorla con interno di amarena:** montare burro e zucchero a velo, unire le uova poco per volta, poi incorporare le mandorle e la farina e impastare fino a rendere omogeneo l'impasto; con una sac à poche riempire degli stampini sino a metà, posizionare all'interno la passata di amarene, ricoprire con il restante impasto, decorare con filetti di mandorla e cuocere in forno preriscaldato alla temperatura di 160°C per 15 minuti circa.

Per decorare

- **Per il crumble salato:** amalgamare il burro con lo zucchero e successivamente aggiungere tutti gli ingredienti. Impastare poco, fare dei panetti e congelare. Grattarli da congelati e cuocere in forno a 175°C per qualche minuto.
- **Per il biscotto allo sciroppo di menta:** tritare tutti gli ingredienti al mixer per 10 minuti; riempire un sifone e caricarlo con il gas. Cuocere il biscotto dentro bicchierini di plastica nel forno a microonde per 1 minuto.
- **Per le meringhette:** montare in planetaria gli albumi con lo zucchero; quando il composto sarà ben montato unire 240 gr di zucchero a velo e 20 gr di aroma arancio. Formare con un sac à

poche degli spuntoni e farli essiccare a 90°C per circa 120 minuti.

- **Per la crema all'aurum:** Portare a bollire il latte e il latte di mandorla, a parte miscelare i tuorli con lo zucchero versarvi il latte bollente e portare il tutto a 85°C: non deve bollire. Passare immediatamente ad un colino e abbattere in positivo, avendo l'accortezza di coprire il tutto con pellicola per alimenti a contatto.
- **Per lo sciroppo al lampone infusione ananas:** Portare a bollire il latte e il latte di mandorla, a parte miscelare i tuorli con lo zucchero versarvi il latte bollente e portare il tutto a 85°C: non deve bollire. Passare immediatamente ad un colino e abbattere in positivo, avendo l'accortezza di coprire il tutto con pellicola per alimenti a contatto.

Per l'assemblaggio

Disporre al centro del piatto una fetta di ananas marinata in forma rettangolare, su di essa adagiare un pezzo di ganache al cioccolato, una pallina di gelato ghiacciato, il mini cake, salsare con la crema all'aurum, spugna alla menta, crumble salato, sfera di cachi, lampone fresco e schiuma.

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":

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 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. Grazie per la collaborazione.

Sale marino naturale: *fonte di vita*



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

IL SALE ESERCITA SU DI NOI UN RICHIAMO IRRESISTIBILE
E SVOLGE UNA FUNZIONE CHE VA BEN OLTRE IL GUSTO:
SCOPRIAMO INSIEME IL PERCHÉ

Credo che pressoché tutti abbiamo sperimentato quella voglia matta, o meglio impulsiva, che grandi e piccini sviluppano verso il cibo salato. Ognuno ovviamente ha il suo favorito: il bimbo di 8 mesi apre la bocca solo se la mamma mette “una montagna di parmigiano” sulla pappa; il bimbo di 20 mesi beve l’acqua del mare durante il bagno al mare col suo papà; il bambino già grandicello di 3 anni stravede

per il prosciutto cotto; il ragazzo di 15 anni adora le lasagne, i tortellini e soprattutto i wurstel; o ancora la ragazza sui 18 continuamente a dieta gusta i semi salati di zucca (i brustolini) o i pistacchi tostati e salati; il maschio adulto in carriera ordina come contorno sempre le patatine fritte; o la signora che ha sperimentato ogni tipo e moda di dieta fa fuori un etto, o più, di prosciutto crudo; o la dietologa

60



ATENEVO DELLA CUCINA ITALIANA

È la scuola di aggiornamento professionale della F.I.C. 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 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 F.I.C. e per le organizzazioni culturali che ne fanno richiesta.

🇮🇹 for english text see page 91



stessa che mangia un pacchetto intero formato famiglia di patatine (di nascosto, e ovviamente in un momento di black out mentale, cioè di debolezza come si suol dire); o il nonno che ruba fette di salame dal frigo, perché sua moglie non sala mai nulla (perché l'hanno detto in televisione...); o il macrobiotico che condisce il suo piatto con il gomasio in abbondanza, esclamando che fa bene al cervello, oppure con il tamari o il miso; e il vegetariano che non si fa scappare mai l'ultima oliva sul piatto... E qui mi fermo, ma sono sicuro che vi verranno in mente altri esempi visti e vissuti in prima persona.

COME MAI QUESTA FAME DI SALE?

Indistinta per tutti, diversa solo nella tipologia del cibo. L'unica eccezione è rappresentata forse solo dai "masochisti delle diete", che fanno tutto quel che gli si dice, mentre la vita gli scorre fra le mani fra ansie e frustrazioni (nota: per digerire bene il cibo bisogna goderselo, altrimenti non vengono emessi i preziosi succhi digestivi che dipendono dal sistema del vagotono / parasimpaticotono: sistema biologico che regola la salute e la rigenerazione del nostro organismo).

ACQUA E SALE: GLI INGREDIENTI DEL BRODO PRIMORDIALE

Facciamo subito un piccolo e velocissimo viaggio all'indietro: la vita inizia nel grande brodo/mare primordiale: acqua, sale, oligoelementi e pian piano arrivano le prime forme di vita sempre più complesse e articolate. Le cellule prima semplici ed

"egoiste" (unico scopo di vita: moltiplicarsi) "scoprono" che insieme (in simbiosi) si diventa più grandi e più forti e si creano delle specie di "società di interessi simbiotiche" (organismi superiori, appunto), dove ognuno svolge il proprio compito specializzato. I nostri mitocondri, ex batteri (oggi la fabbrica endocellulare dell'energia) sono uno stupendo esempio di questa fusione di interessi.

In memoria degli inizi rimangono comunque delle cellule totipotenti conosciute come le famose e ultra-nominate cellule staminali (gli scienziati e gli eruditi sull'argomento mi perdonino per la semplificazione fumettistica della santissima evoluzione).

Ed è così che giungiamo a quel sistema che ha due grandi principi sui piatti della bilancia: Simbiosi e Lotta: un sensibile e sottile equilibrio dinamico ed evolutivo. Azzarderei dire che finché prevale il principio della simbiosi, si genera evoluzione. E laddove prevale la lotta? Qui ognuno risponda per se stesso.

LA CULLA MARINA DELL'UTERO MATERNO

Giunti qui vorrei ricordarvi che siamo tutti nati con il sale sulla bocca: anzi ci siamo fatti nove mesi in una culla marina nell'utero materno: il liquido amniotico corrisponde proprio al mare primordiale.

Chi volesse approfondire, può immergersi nelle ricerche di Renè Quinton, illuminato scienziato francese, purtroppo "dimenticato" e del tutto taciuto, come purtroppo succede troppe volte...

Il primo alimento non è quindi il latte materno (dolce), ma il liquido amniotico (salato) e il sangue materno (pure salato), perché l'acqua nel nostro corpo è salata ovunque. Il bicchiere di acqua che bevete, una volta assorbito, entra nel pool-fisiologico: 0,9%





di salinità, la salinità del mare primordiale secondo Quinton. Se vi chiedo di scegliere di mangiare per un mese solo cibo dolce o solo cibo salato, cosa scegliereste? Sono sicura al 90% che scegliereste salato! Questo solo per indicarvi che il nostro "istinto" ci segnala in effetti la scelta giusta, perfino il super-goloso sente che senza sale non si vive. Ne sono testimoni simboliche alcune meravigliose favole sul sale, chiamato anche "oro bianco": vere e proprie perle metaforiche di saggezza.

Se poi ancora vi chiedessi che cosa serve per sopravvivere nel deserto? Acqua certamente! Ma la seconda scelta per importanza è il sale, poi seguono gli zuccheri. Ed eccoci arrivati alla ricetta base di tutte le "bibite energetiche", composte esattamente dalla "triade della sopravvivenza": acqua-sale-glucidi, ovviamente pure usata in determinate situazioni per via endo-venosa in ospedale.

Elenco tutti questi aspetti-basici ampiamente conosciuti, ma a volte dimenticati, per ricordare che la vita dipende sempre e genialmente da questi tre protagonisti; soprattutto in si-

tuazioni di estremo sforzo. Ovviamente non si può vivere solo di questi tre "alleati", ma senza di loro null'altro ha valore. Detto tutto ciò, possiamo passare a qualche considerazione meno nota sul sale nella nostra alimentazione.

LA "VOGLIA DI SALE"

Peggiora è la nostra alimentazione, ricca di proteine animali (altamente acidificanti per il nostro metabolismo) e povera di vegetali naturali, stagionali e biologici, in associazione a scarso tempo (o addirittura mai) trascorso all'aperto (ufficio-scuola-vita moderna), più grande sarà la "voglia di sale". Dobbiamo sapere che in situazioni di acidosi cronica il nostro corpo comincia a prendere delle precauzioni veramente intelligenti: lo stomaco (precisamente le sue cellule parietali situate nella parete gastrica) capta il sale (NaCl) e lo "smonta": il Cloro (Cl) va nel pool dell'acido cloridrico (HCl) e quindi esce così dall'organismo attraverso l'intestino, tanto da rendere le feci acide (facilmente durante abusi di proteine animali, diarree da intossicazioni da farmaci o altro).



Il Sodio (Na), invece, viene utilizzato per produrre Bicarbonato (NaHCO₃) che viene invece immesso nella vena gastrica (in medicina è chiamata la "marea alcalina"): quindi entra nel corpo per fungere da efficiente anti-acido e non solo: ne sono "ghiotti" il pancreas, il fegato, e certe ghiandole intestinali per produrre i loro liquidi digestivi alcalini.

Riassumendo in parole essenziali: il nostro stomaco è un "sistema geniale" che produce Bicarbonato per alcalinizzare (tamponare gli acidi) il nostro metabolismo al bisogno e su richiesta. E per fare questa operazione capta il Sale (NaCl) dal sangue. La reazione chimica che avviene nelle cellule parietali è questa: $\text{NaCl} + \text{H}_2\text{O} + \text{CO}_2 = \text{HCl} + \text{NaHCO}_3$.

Si tratta di un sensibilissimo sistema di auto-regolazione e la "fame perenne di sale", essendo materia prima, ne è la spia vivente: quando sentiamo questa insaziabile fame significa che stiamo mangiando davvero male.

Nel leggere gli studi dell'illuminato dottor Friedrich F. Sander, che ha compreso e studiato questa importantissima funzione gastrica negli anni Cinquanta, la vergogna è che questa specifica e geniale funzione gastrica non viene insegnata agli studenti di medicina, nel senso che ogni paziente che ha una gastrite florida (iper-acida) non fa altro che auto-alcalinizzarsi; quindi la gastrite è un sintomo, una spia, un indicatore, una lampadina di allarme, chiamatelo come volete: ma segnala senza ombra di dubbio che il corpo è sotto grave stress biochimico e sta cercando di compensare. E l'unica terapia da fare sarebbe un attento esame dello stile di vita e dell'alimentazione per attuare consigli che guariscono il fenomeno. Invece, vengono prescritti gli antiacidi di turno e gli inibitori della pompa. Tutt'al più era meglio il

cucchiaino di bicarbonato dei nonni (molto usato dopo stravizi alimentari domenicali). Mi crea molta tristezza che questa scoperta sia rimasta ignorata: se impediamo allo stomaco questo meccanismo di auto-alcalinizzazione e continuiamo con un pessimo stile alimentare, il metabolismo attinge ai minerali del nostro sistema osseo che rappresenta la grande riserva alcalina del nostro organismo. A voi le conclusioni.

IL SALE NELLO SVEZZAMENTO

Un importante aspetto da analizzare per crescere le nuove generazioni entro una cultura alimentare veramente sana e corretta è rappresentato dallo svezzamento pediatrico classico, che include purtroppo alcuni errori tragici: si "proibisce" di dare il sale ai bambini, ma si permette di dare il parmigiano e a 8 mesi (e spesso anche prima) il prosciutto cotto! Ricordiamo che il bambino conosce il sale già in pancia: diciamo che è il suo alleato di crescita e rappresenta una memoria biologica dell'intimo rapporto con la madre. Appena (ri)trova il sale fuori dal corpo vi si affeziona proprio in memoria del suo vissuto intrauterino, volendo rimanere nel linguaggio metaforico. Avete presente i bambini di pochi mesi

che bevono l'acqua del mare, succhiano i portachiavi, giacche, ciabatte e così via di pelle (tutti conciatati o prodotti col sale!). Ora capirete il perché. Le preziose verdure, invece, vengono somministrate dopo circa un'oretta di cottura (brodo vegetale) e poi frullate e aggiunte alla pappa. Il gusto è sempre tristemente uguale, e dopo poco, da un giorno all'altro, il bambino odierà questa preparazione.

Da diversi anni si consiglia di aggiungere poco sale integrale sulle



verdure cotte a vapore, al massimo due tipi di verdure insieme e un pochino di olio buono. Con questo sistema il bambino memorizza il sale con la verdura e non con formaggio e prosciutto (io lo chiamo "l'autostrada verso wurstel & co"). Appena possibile si propone il pinzimonio con verdure crude tagliate adeguatamente.

COME IMPARARE AD AMARE LE VERDURE

Col tempo siamo riusciti a far mangiare le verdure ad adulti accaniti carnivori spiegando loro questa trappola istintiva: basta condire bene le verdure con sale integrale, capperi, olive, volendo anche gomasio, semi tostati e salati (girasole) per scoprire il mondo meraviglioso dei vegetali e per uscire così finalmente dai raptus per affettati, formaggi, patatine, snack ultrasalati e simili invenzioni di chi di istinti e imprinting se ne intende alla perfezione (ovvero l'industria alimentare).



PERCHÉ SCEGLIERLO INTEGRALE

Che il sale sia meglio integrale e non raffinato, quindi ricco di elementi e oligoelementi a mio avviso non andrebbe nemmeno più discusso. Andate a vedere le ricerche di René Quinton: ha guarito migliaia di bambini distrofici e segnati dalla povertà con infusioni di acqua marina (allo 0.9%). Il sito oceanplasma.org è pieno di documentazioni di questa mente irrequieta, amante della vita e instancabile ricercatore, e di altri medici studiosi delle virtù terapeutiche che derivano dritte dal mare, il quale contiene quasi tutti gli elementi della famosa "Tabella di Mendeleev" (escluso ovviamente quelli instabili) ed è da un pezzo che sappiamo quanto sono importanti elementi come, ad esempio, il Magnesio: il famoso Cloruro di Magnesio deriva dalla raffinazione del sale. Il mare contiene poi dei sali sulfurei, bromuri, iodio, cromo: la lista è lunghissima. Immaginate il sale marino naturale come una grande orchestra: ogni elemento è un musicista e la musica è bella e armoniosa perché tutti suonano insieme, in sinergia! Il concetto della presenza temporanea di questi "mattoni basilari" dell'evoluzione non è ancora studiata in dettaglio, ma con cuore e intuizione si può percepire la grandezza di questo principio. La vita procede per sinergia, collaborazione, autoregolazione, è esposta a bio-ritmi, stagioni, rapporti dinamici con l'ambiente; la vita è un ballo piuttosto che una marcia misurabile e imponibile.

Vi siete mai chiesti perché la maggior parte delle persone ha un'immagine con il mare sullo sfondo del computer? Ma certo! È l'istinto verso le nostre origini: mare-mater-matrix: un primordiale richiamo verso "la culla della nostra esistenza" e della sua naturale, generosa e meravigliosa vitalità. 🇮🇹

(*) Tratto da un articolo di Sabine Eck del 28/10/2013.

Dello sgomento alimentare



di **Francesco Lopopolo**
Docente di Italiano e Storia
Tecnico e Tecnologo
della Comunicazione

STORIE AMENE, LIBERI PENSIERI E BIZZARRI RICORDI
RACCONTATI A CUOCHI CURIOSI DA CHI, AHIMÈ, CUOCO NON È

Sono giunto a un momento della mia vita in cui, volente o nolente, mi hanno detto chiaramente che così non si può continuare; ne va della mia salute e bisogna selezionare e decidere che cosa mangiare.

Essere onnivoro e contemporaneamente ricercatore e sperimentatore di piaceri gastronomici (pare che si dica *gourmet*, una parola francese che in quella lingua ha il significato positivo di raffinato consumatore di cibo, ma che poi tradotta in italiano diventa "goloso" con una connotazione più negativa che positiva) non va più bene.

Tuonano i Soloni: "devi mangiare leggero e sano, soprattutto e prima di tutto sanooo! Lo vuoi capireeee?".

Intanto qualcun altro mi racconta peste e corna della carne; altri mi ricordano che nessuno può sottrarsi agli Ogm; certuni mi dicono delle contaminazioni di latte e formaggi; altri ancora pesano piombo e mercurio nel pesce; c'è chi addita con sdegno e orrore zuccheri e dolci; qualcuno malignamente mi susurra che anche la frutta, qualora si riesca a depurarla dai pesticidi, dagli ormoni e

dalle schifezze varie, sempre carboidrato è e dai carboidrati bisogna guardarsi come la beghina si guarda dal diavolo; non ne parliamo poi di salse, condimenti e intingoli tanto meno se somministrati in fast food e catene commerciali; i fritti? Veleno, dei più tossici e nocivi.

Il terrorismo continua con le iniezioni fatte ai cocomeri per renderli più grandi e rossi; con le irrorazioni di cere alle ciliegie per impedire che trasudino liquidi e siano sempre più cicciose. Che dire poi delle zucchine invernali, delle arance estive e del tutto in tutti i tempi e in tutti i luoghi?

Avevo anche pensato a una fuga... in un'isola deserta nei mari caldi... una pacchia, ma poi il pensiero del bombardamento dei raggi UV a causa delle emissione continua di raggi serra e la

presenza di plastiche e lattine sulle immacolate spiagge caraibiche mi ha fatto ricredere... meglio morire circondato di amici e familiari!

Sono sgomento, non so cosa fare.

Forse questo mondo sta iniziando a produrre anticorpi per espellere una malattia chiamata Uomo. 🤖





RUMMO

MAESTRI PASTAI
IN BENEVENTO DAL 1846

.....
SCELTA DAI MIGLIORI CHEF
.....



pastarummo.it

LA FIC IN ITALIA

Le notizie dalle associazioni,
unioni e delegazioni F.I.C.

In questo numero:

AVELLINO

CUNEO

MACERATA

PADOVA

SARDEGNA

SORRENTO

STABIESE EQUANA MONTI LATTARI

67



LA FIC NEL MONDO

[BELGIO | CANADA | FRANCIA | GERMANIA |
BRASILE | COSTARICA | GIAPPONE | REGNO UNITO]



Avellino

Studenti campani in Alsazia: è stato un successo!

Il progetto “Tous à Table” ha coinvolto 15 allievi dell’Istituto Ronca di Montoro per un mese. Un’esperienza formativa a tutto tondo che ha posto anche le basi per un futuro gemellaggio

“**U**n’esperienza lavorativa che ci ha consentito di approfondire il nostro bagaglio culturale e professionale e, nel contempo, ci ha permesso di conversare in lingua straniera. Così come ha aperto una concreta opportunità di lavoro per alcuni di noi”. Questo il primo commento dei quindici studenti dell’**Istituto Alberghiero “G. Ronca” di Montoro**, in provincia di Avellino, che

si sono cimentati per un mese in uno **stage in Alsazia** organizzato grazie alla programmazione dei **Fondi Strutturali 2007/2013 della Regione Campania** “Interventi formativi per lo sviluppo delle competenze chiave – Comunicazione nelle lingue straniere” e tirocini/stage (in Italia e nei paesi Europei) del Programma Operativo Nazionale: “Competenze per lo Sviluppo”. Il progetto C5 “**Tous à**

Table” è stato effettuato senza nessun intoppo grazie anche alla preziosa collaborazione offerta dalla **delegazione francese della Federazione Italiana Cuochi**. In particolare il **presidente Antonio Passasseo** ha voluto sovrintendere all’accoglienza degli studenti nelle strutture precedentemente selezionate



I 15 studenti dell’IPSEOA di Montoro che hanno preso parte al progetto “Tous à Table”.

grazie al lavoro della stessa delegazione FIC. Trattasi di **locali di alto prestigio e che hanno al loro interno professionisti aderenti alla Federcuochi**. Ma vediamo quali sono e gli studenti dell'Alberghiero di Montoro che in esse hanno svolto lo stage. **"Le Cheval Blanc"** di Massimo Cataldi situato a Village Neuf ha ospitato Paola Iannone; il ristorante **"Pizza Puglia"** di Salvatore Gatto situato a Hagenthal Le Bas ha ospitato Raffaele Picariello; l'**"Hotel Mercure"** diretto da Geudin Gilles situato a Mulhouse ha ospitato Gilda Rainone e per un periodo Francesca Lettieri; il ristorante **"Pinocchietto"** di Claudio Passaseo situato a Brunstatt ha ospitato Marianna Giordano e Sara Barbarisi; il **"Mamma Emilia"** di Sandrine Robillard situato a Belfort ha ospitato Leonardo Alfano; "Aromi e Sapori" di David Gabriele situato a Zimmersheim ha ospitato Adriana De Maio, Marika Patrizio, Antignoni Teresa Buongiorno e Caterina Giordano; l'hotel ristorante **De l'Ange** di Franco Fancello situato a Guebwiller ha ospitato Lesya Fryzheva; l'hotel **Holiday Inn Brasserie Flo** diretto da

Hubert Francois ha ospitato per un periodo Stefania Izzo e Roberta Russo e il "Deux Clefs" di Sébastien Fancello situato a Masevaux ha ospitato Nicola De Giacomo. Come detto, per gli alunni, accompagnati da quattro tutor, è stata un'esperienza importante perché hanno potuto testare sul campo le conoscenze acquisite in questi anni di scuola. In Alsazia **gli stagisti hanno conosciuto le attuali tendenze** che caratterizzano il mercato di nicchia. Per tre di loro, già diplomati, si è anche aperta **la porta per un primo contratto di lavoro**. Dopo essere rientrati in Italia, infatti, hanno ripreso la valigia e sono ripartiti nuovamente alla volta dell'Alsazia, e questo anche grazie al lavoro tessuto dal presidente della FIC Francia Antonio Passaseo. Segno ulteriore di come questa esperienza, realizzata con i Fondi Strutturali, sia stata effettuata con rigore, serietà e non poco impegno da parte di tutti i protagonisti in campo. Il progetto "Tous à Table" ha consentito, tra l'altro, agli studenti di visitare anche alcune delle città più importanti dell'Alsazia, così come musei e aziende del settore agro

alimentare e vitivinicolo. Non ultimo, sempre grazie all'intervento della delegazione francese della FIC, e del suo presidente in particolare, sono stati avviati dei **contatti tra l'IPSEOA di Montoro e il liceo Storck di Guebwiller**. Le due istituzioni scolastiche, che si occupano di formare i futuri operatori del settore ristorativo, potrebbero presto dare vita ad un vero e proprio **gemellaggio**.

Gli studenti dell'IPSEOA di Montoro durante lo stage in una delle prestigiose strutture alsaziane che hanno partecipato al progetto "Tous à Table".



In primo luogo, vorrei, a nome della commissione e tutti i membri della delegazione FIC Francia, rivolgere le mie più sentite congratulazioni ai quindici allievi e agli insegnanti / tutor dell'ISSS G. Ronca – sezione IPSEOA – principalmente allo Chef Pietro Roberto Montone e M. De Luca e Aniello, per la loro serietà e impegno. Inoltre, devo calorosamente ringraziare Esna Tour e soprattutto Valentina Cola per la sua organizzazione. Se tutto è andato per il giusto verso bisogna ringraziare il Vice Preside Eric Loesch e il professor M. Christopher Pham Van del Liceo Storck per l'accoglienza riservata agli stagisti italiani, nonostante le vacanze scolastiche. Spero che questo stage abbia permesso agli studenti dell'IPSEOA di Montoro di acquisire e sperimentare nuove tecniche nel campo culinario. La loro non è stata solo una esperienza di lavoro in ristoranti e alberghi, o conoscenza di chef e capi partita, ma anche un arricchimento in campo culturale visto che hanno avuto modo di visitare l'Alsazia. Ma questo stage è stato per gli allievi soprattutto un momento per approfondire sul campo la conoscenza della lingua francese. Sperando che in futuro si possa ancora continuare a far scoprire le ricchezze francesi (Alsazia), attraverso nuovi stage in cucina, da tecnico vorrei portare e condividere la mia esperienza in modo da assicurare permanentemente ai tirocinanti una formazione quanto più spendibile in Italia. Nel mondo della cucina abbiamo costantemente bisogno di condividere e scambiare esperienze, di avere punti di riferimento di ogni territorio. Sono molto contento di aver ricevuto

to all'interno della FIC Delegazione Francia questi stagisti dell'IPSEOA di Montoro ai quali dico arrivederci ad una delle prossime sessioni di formazione.

“La tavola è lo specchio della vita dove ognuno di noi riflette il suo amore e le sue passioni.”

Un ringraziamento speciale a tutti gli chef e ai direttori degli istituti:

- **LE CHEVAL BLANC:** Chef M. Massimo CATALDI
- **PIZZA PUGLIA:** Chef M. Salvatore GATTO
- **HOTEL MERCURE:** Directeur M. GEUDIN Gilles
- **IL PINOCCHIETTO PRONTO PIZZA:** Chef M. Claudio PASSASEO
- **MAMMA EMILIA:** Chef Mme Sandrine ROBILLARD
- **AROMI E SAPORI:** Patron M. David GABRIELE & Chef M. Francesco ARMATO
- **HOTEL RESTAURANT DE L'ANGE:** Chef M. Franco FANCELLO
- **TRATTORIA AUX DEUX CLEFS:** Chef M. Sébastien FANCELLO
- **HOTEL HOLIDAY INN BRASSERIE FLO:** Directeur M. Hubert FRANCOIS

Un ringraziamento per il loro supporto durante il corso in Alsazia:

- Mme Rosanna CASILLO
- Mme Anna Maria GIOIELLA
- M. Aniello DE LUCA
- M. Pietro Roberto MONTONE

Antonio Passaseo



Cuneo

Incontri di buon gusto nelle Langhe

Il ricordo della festa di primavera svoltasi a Barolo offre l'occasione per ringraziare tutti i colleghi cuochi che continuano a donare energia ed entusiasmo all'Associazione

Si è svolta a Barolo l'edizione 2014 della festa di primavera dei cuochi di Cuneo, la consolidata manifestazione organizzata dal direttivo A.C.P.G. ha avuto luogo presso **"La Locanda in Cannubi"** condotta con maestria dai coniugi, soci, Enrico e Palmira (nella foto) con il figlio Gianni responsabile dell'azienda.

Da un lato una sorta di attualità della stagione il menù proposto, che poneva attenzione ad una cucina che valorizza quanto ci forniscono i nostri orti. Su tutte le ricette, superba la "tavolozza" di antipasti che racchiudeva ricette della cucina Langarola.

Come di consuetudine, la giornata di primavera è stata caratterizzata da un momento di svago tipici del nostro folklore piemontese. Ma la giornata è stata anche un momento per incontrarsi e confrontarsi sulle problematiche del lavoro. Durante il pomeriggio i soci hanno potuto visitare la cantina "Terre da Vino" con degustazione e momento didattico sulla vendemmia.

Un ringraziamento speciale va ai tanti soci che

continuano a donare entusiasmo ed energia

all'associazione. Senza di loro sarebbe tutto più grigio. E un sincero ringraziamento va al vice presidente Area Nord Vittorio Stellini e all'economista Angelo Bedale per la loro presenza e portavoce delle novità FIC.

Loris Macario



Macerata

Le ricette interpretano l'opera

L'Associazione dei cuochi maceratesi "Antonio Nebbia" in collaborazione con Ex.it – CCIAA Macerata, nell'ambito della seconda edizione de "La domenica del gusto", ha interpretato il melodramma in chiave enogastronomica e realizzato domenica 13 luglio presso la Civica Enoteca, una degustazione dedicata a Verdi ed alla imminente Stagione lirica maceratese

Sono state presentate alcune ricette originali che combinavano i prodotti di eccellenza del territorio alle opere in cartellone per raccontare come il piacere della convivialità e il sapiente utilizzo delle risorse a disposizione nelle diverse stagioni, possano veicolare da una prospettiva diversa il valore di un Festival di Opera lirica giunto alla sua 50a edizione nella

splendida cornice dello Sferisterio, uno dei teatri all'aperto migliori del mondo.

L'intera stagione è intitolata l'Opera è donna e dedicata alla figura femminile ed ai tanti temi di riflessione connessi, perché non debba mai più farsi una stagione di genere.

La chef Iginia Carducci ed il Maestro Pasticciere Roberto Cantolacqua hanno presentato una *Piramide di riso selvaggio con Zafferano dei Sibillini e fiori di zucchine* (dedicata ad Aida), una *Crema di patata rossa di Colfiorito*

e *tartufo estivo* (dedicato al "Cigno di Busseto" - Giuseppe Verdi), la *Coda alla vaccinara di vitellone marchigiano QM* (dedicato alla gastronomia romana e dell'ambientazione di Tosca), *Parigi Addio - Macaron con farcitura di visciole al sole* (dedicato alla Traviata) e *Barchetta di mais quarantino con Crema di vino cotto con dattero egizio* (dedicato alla Notte dell'Opera ed al viaggio sul Nilo), in abbinamento ai vini marchigiani abbinati dalla Sommelier AIS Ines Laubbichler





per brindare ed introdurre il ricco calendario della Stagione Maceratese in compagnia di Francesco Micheli, Carlo Cambi, Patrizia Sughì ed alle direttrici d'orchestra accreditate. Un approfondimento sui prodotti utilizzati e brindisi di buon

auspicio: un'occasione per dimostrare la grande versatilità della migliore gastronomia nell'interpretare i temi più disparati e per nobilitare il lavoro silenzioso di tanti cuochi professionisti, di fronte ad un pubblico curioso ed attento, desideroso di saperne di più e di gustare al meglio anche i cibi di tutti i giorni.

Visto che **all'interno dell'Opera italiana del Sette e Ottocento, la presenza di alimenti e di situazioni in cui si mangia**, o si vorrebbe mangiare, non è esclusivamente legata alla contingenza della spettacolarità di un banchetto o finalizzata all'espressione di un puro e semplice atto fisiologico, ma illumina rapporti e relazioni di ordine metaforico, **iniziative come questa rafforzano la centralità del cibo come oggetto-simbolo di vita, di felicità e di benessere** e mettono in luce il lavoro di cucina.

WÜSTHOF 200 Years of knives
Made in Germany Solingen

CLASSIC IKON

www.wuesthof.com

Quality - Made in Germany/Solingen

Per informazioni: POSATE VALSODO · Karl-August Gaedt · Tel.: 335 6535883 · Fax: 055 8825624 · e-mail: valsodo@iol.it

Padova

IL NOSTRO ADDIO A MICHELE "ALVERMAN" ORGANTE



L'Associazione Cuochi di Padova e Terme Euganee ricorda con affetto il socio e l'amico prematuramente scomparso

È sempre una cosa brutta venire a conoscenza della scomparsa di una persona piena di vita, pronta sempre a nuove iniziative, e con il "pallino" del sostenere chi ha bisogno o è in difficoltà. Poi se questa è uno di noi, e ha condiviso per anni gli stessi intenti, le stesse passioni, gli stessi interessi, diventa una cosa tragica e insostenibile. L'**Associazione Cuochi di Padova e Terme Euganee** lo vuole ricordare attraverso una lettera a lui dedicata.

"Caro Michele, avresti avuto un lasso di vita ancora lunga davanti, e tanti progetti da costruire e portare a termine con i tuoi affetti, i tuoi compagni ed amici. E invece niente, tutto è finito nell'arco di pochi mesi, troppo pochi per renderti (e rendersi) conto di quello che ti stava succedendo. Te ne sei andato mesto, in silenzio, in punta di piedi, con la semplicità e la timidezza che ti hanno sempre contraddistinto. "Alverman" era il tuo nick-name in rete, probabilmente per la somiglianza con il personaggio narrato nelle storie fiamminghe della

fortunata serie televisiva di quando eravamo piccoli e spensierati. Come lui apparivi e scomparivi quasi per magia nei momenti di coloro che ti avevano conosciuto, donando il tuo sorriso dolce ed ironico insieme, la tua profonda umanità, la tua competenza mai esibita. Tu, dietro la tua grande modestia, riuscivi ad essere sempre presente e indispensabile nei momenti del bisogno: nel lavoro, nel campo di calcio, nella vita associativa e soprattutto nell'amicizia. Hai rappresentato l'allegria in persona, colui che non ha mai dimostrato tristezza ma sempre gioia di vivere e questo ti ha permesso di essere un simbolo, un modello di vita per molti. C'era un sacco di gente a salutarti nel tuo ultimo "tragitto": compagni di lavoro, compagni di squadra, compagni d'infanzia, compagni di gioco, compagni di avventure culinarie, professionali, sportive, divertenti, musicali, artistiche, nessuno di quanti ti hanno conosciuto ha voluto mancare, dimostrandoti quanto eri importante e sempre presente nei loro cuori. Cosa dire a loro e ai tuoi cari per alleviare questo immenso dolore? C'è parola capace di lenire questa immensa sofferenza? Crediamo proprio di no! Lassù qualcuno ha guadagnato, noi invece abbiamo perso qualcosa di grande, lasciando il mondo più vuoto.

Ciao magico "Alverman" ti vogliamo bene".

Con affetto, i tuoi amici dell'Associazione Cuochi di Padova e Terme Euganee

Sardegna

Persone che mettono il cuore in ciò che fanno

È stato raggiunto un grande traguardo: la cifra utile all'acquisto di un ecotomografo da donare all'ospedale di Cagliari

Mettendo insieme i fondi raccolti dall'Associazione Cuochi del Sud Sardegna con la Festa del Cuoco del 2012 e del 2013 e il 5xmille raccolto dall'Associazione Sinergia Femminile Onlus, si è potuto comprare un

ecotomografo di ultima generazione il cui costo è di € 26.230. Il macchinario, utile per lo studio della mammella e dei tessuti molli, è stato consegnato il 25 giugno al reparto di chirurgia sperimentale dell'Oncologico Businco di Cagliari del dott. Murenu e del dott. Desena. Erano presenti, in rappresentanza di tutti i cuochi, il presidente Antonello Pintus, il segretario Mino Ortu, la coordinatrice delle Lady Chef Concetta Cinus.



Sorrento**IN RICORDO DI GIUSEPPE MILANO**

L'Associazione Cuochi Penisola Sorrentina ha perso un altro chef storico tra i suoi costituenti, Giuseppe Milano. Uomo di grande professionalità, generoso ed onesto, ha contribuito per oltre quarant'anni alla crescita dell'As-

sociazione. Sempre disponibile ed aperto al confronto coi giovani avviati alla professione che egli amava tanto, ai quali insegnava con passione il proprio sapere. L'Associazione Cuochi Penisola Sorrentina, l'Unione Regionale Cuochi Campani e la Federazione Italiana tutta lo ricordano con affetto e stima incondizionata.

GLI INSERZIONISTI

Filo diretto con le aziende "amiche" dei cuochi



76

| AZIENDA | RESPONSABILE DA CONTATTARE | TELEFONO - MAIL | SITO WEB | A PAG. |
|-------------------------|---|--|--|----------|
| Baldassare Agnelli | | 035.204711 - info@agnelli.net | www.pentoleagnelli.it | 36 |
| Base Protection | Giuseppe Diterlizzi | 0883.334830 | www.baseprotection.com | 9 |
| Bayernland | | 0472.723111 - info@bayernland.it | www.bayernland.it | |
| Carine | Anna Boteon | 0438.411584 | www.carine.it | 2, 3, 92 |
| Conserve Italia | Giorgio Mazzoli - Sandra Sangiuolo | 051.62283111 | www.conserveitalia.it | |
| Medagliani | Eugenio Medagliani | 02.45485571 | www.medagliani.com | 93 |
| Rummo Lenta Lavorazione | Fernando D'Aviero (Direttore Vendite Italia NT & FS) | 342.8668230 - fernando.daviero@pastarummo.it | www.pastarummo.it | 66 |
| Senna | Marcello Tassinari | 366.5644049 - rimini@senna.at | www.senna.at | |
| Surgital | Valerio M. Manco | Numero Verde 800.733525 | www.surgital.it | 79 |
| Valsodo | Karl August Gaedt | 335.6535883 | www.wuesthof.de | 73 |

Stabiese Equana Monti Lattari

Tutto sull'arte bianca

Sono pane, pasta alimentare e gluten free alcuni dei temi attorno ai quali ruotano i corsi organizzati dall'Associazione Cuochi Stabiesa Equana e Monti Lattari per il 2014. Un progetto che da due anni mette professionalità ed esperienza a disposizione dei più giovani, gratuitamente

Grande successo di presenze e consensi per i corsi di formazione gratuita organizzati per i giovani soci dall'**Associazione Cuochi SEML (Stabiese Equana e Monti Lattari)** che si sono svolti nella cornice di **Villa dei Cesari (Gragnano)**. Durante l'anno 2013 infatti i giovani soci hanno potuto usufruire gratuitamente dell'esperienza e della professionalità del direttivo nei vari settori dell'arte culinaria con ben 5 corsi. Il primo corso è stato improntato sulla lavorazione dello zucchero artistico a cura dello chef **Ciro de Simone**, avvalendosi della collaborazione dello chef **Catello Cascone**. La seconda lezione sull'intaglio dei vegetali con l'ausilio del Tesoriere chef **Luigi Malafronte** con la collaborazione dell'allievo **Antonino D'Alessio** (due medaglie d'oro agli inter-

ASSOCIAZIONE CUOCHI SEML STABIESE EQUANA MONTI LATTARI

CORSI 2014 L'Arte Bianca

Martedì 8 Aprile ore 15:00
Il Pane nella Banchettistica tra Tradizione e Innovazione
 a cura dello chef **Aniello Abagnale**
 ed il maestro panettiere **Alfonso Di Massa**

Martedì 25 Novembre ore 15:00
Le Paste Alimentari nella Ristorazione Moderna
 a cura degli chef **Ciro De Simone**
Luigi Malafronte e **Antonio Tecchia**

Martedì 2 Dicembre ore 15:00
Il Menù Gluten Free
 a cura degli chef **Aniello Somma**
Antonio Cascone

Martedì 9 Dicembre ore 15:00
Le 50 Sfumature del Cioccolato
 a cure del maestro cioccolatiere **Tommaso De Rosa**

Tutti i Corsi SEML 2014 saranno Dimostrativi e aperti in modo totalmente gratuito a tutti i soci SEML 2014, mentre, per coloro che non sono soci SEML 2014 e vorranno assistere ai corsi, bisogna pagare una quota di partecipazione di € 15,00.
 Per la partecipazione ai Corsi SEML 2014, bisogna prenotarsi entro e non oltre 7 giorni prima della data del corso interessato al numero 333189197.
 Anche se dimostrativi, per partecipare al corso, occorre indossare una giacca da cucina BIANCA e presentarsi con un documento di riconoscimento e la tessera associativa SEML 2014.
 Siete invitati a seguirci e a chiederci l'amicizia su Facebook: AssociazioneCuochiSemi.
 Il Presidente
Antonio Cascone

Il Segretario
Michele Fiore

nazionali d'Italia alla giovane età di 18 anni). Il terzo è il corso di finger-food del Vice Presidente chef **Aniello Somma** supportato dall'allievo **Vincenzo Imparato** (che già lavora in ristoranti stellati della zona). Il quarto corso è quello di cake design del Presidente **Antonio Cascone** con la collaborazione dello chef **Aniello Cascone** e del nuovo Segretario, lo chef **Alfonso Tufano**. In ultimo si è svolto il corso base di cioccolato effettuato dal Maestro cioccolatiere **Tommaso De Rosa**.

Per l'anno 2014, l'Associazione SEML ha improntato i corsi gratuiti per i propri soci su un tema unico: l'arte bianca. In primavera si è già svolto



il primo corso: "Il pane nella banchettistica tra tradizione e innovazione" a cura dello chef Aniello Abagnale e del maestro panettiere Alfonso di Massa.

Per il prossimo autunno invece i soci potranno partecipare ai seguenti corsi:

"Le paste alimentari nella ristorazione moderna", a cura

Momenti di lezione teorica e pratica durante i corsi gratuiti organizzati dall'Associazione Cuochi SEML dal 2013

degli chef Ciro De Simone, Luigi Malafronte e Antonio Tecchia; "Il menu gluten-free" a cura degli chef Aniello Somma e Antonio Cascone; e dulcis in fundo, per il periodo natalizio un corso extra: "Le 50 sfumature del cioccolato" a cura del Maestro Tommaso De Rosa.

Il progetto nell'ambito del quale si svolgono i corsi di formazione gratuita è nato 2 anni fa dall'insediamento del nuovo direttore SEML con l'obiettivo di coinvolgere sempre più i giovani alla vita associativa preparandoli al mondo del lavoro.

Antonio Cascone



L'intaglio dei vegetali è stato il tema del corso tenuto nel 2013 dallo chef Luigi Malafronte con la collaborazione di Antonino D'Alessio

Laboratorio Tortellini. Il nuovo pack con il senso pratico...



Tempi di cottura
ben evidenti!



Chiare modalità
di cottura



Immagine
del prodotto
sul pack



...che ti parla... con l'**etichetta a fascia** che sigilla
il cartone a garanzia del prodotto e riporta, ben evidenti,
tutte le informazioni più importanti: tempi
e modalità di cottura, ingredienti
e immagine del prodotto.

...che ti ascolta.

Con **SURGIPACK**, studiato
per rispondere alla tua esigenza
di praticità, velocità e qualità in cucina.

Surgipack infatti è il sacchetto
dotato di un esclusivo e praticissimo sistema apri-chiudi
che ti facilita il lavoro e mantiene intatta la fragranza della pasta.
Lo distinguerai a colpo d'occhio nel tuo freezer.



**Laboratorio
Tortellini®**

Primi per la Ristorazione

NUMERO VERDE
800 - 733525

SAPERI E SAPORI

The art of
cooling wine

by **Eugenio Medagliani**, Humanist coppersmith
 see page 20 for the italian text

WARM WINE? DEFINITELY NOT: RIGHT FROM ANCIENT TIMES SPECIAL ATTENTION WAS PAID TO THE SERVING TEMPERATURE OF DRINKS. AND AS WE USE THE ICE BUCKET TODAY, SO ANCIENT PEOPLE USED SNOW.

It would appear that the first person to speak about *coolness on the table* was the Greek poet Simonides (500 B.C.) who, when invited to a friend's house for lunch, was served warm wine by the cupbearer at the beginning of the meal and on the spot composed an epigram with which he asked for **snow from Mount Olympus to cool his wine** recommending that it should be *buried in fresh snow* (digging holes closed at the mouth by leaves and straw), *because when it is buried it becomes lighter and more beautiful and keeps itself alive and brightens the summer.*

Also the Roman poet Atheneus who approved of drinking hot water in the winter and spring, recommended cold water in the Summer. Seneca, the Latin philosopher and writer (4 B.C.-65 A.D.), reprimanded the Romans because due to their excessive eating and drinking, they



were forced even in the winter to calm their burning viscera by seeking the coldness of the snow.

Pliny the Elder, writer and great scholar of the first century B.C. informs us that we owe it to the Emperor Nero for having discovered **boiling water in a metallic container** which, once it reached boiling point, was immersed in the snow, because with this procedure it was possible to drink very cold water. Already in the Middle Ages, using wooden vats clad in metal plates and filled with ice, water and sea salt, very low temperatures could be obtained.

To purify drinks to which snow was added from foreign bodies, such as leaves, gravel or branches, the ancients poured liquids into crucibles, similar to the strainers of today, whose small holes collected the foreign bodies left by the water pouring through.

The rich had crucibles (*colum nivarium*) in precious metals, the less well-to-do settled for a linen cloth. And above all it was in the XVIII century, under the reign of Louis XV, the golden age of French cuisine and the period of great sophistication in the art of the table, that **coolers became a sumptuous ornament:** they were made in gold, vermeil, in silver-plated metal or in preciously decorated porcelain. Many objects for the table appeared in France between 1720 and 1780, so that porcelain and silverware were again considered to be elegant. One precious and elegant object adapted to *coolness on the table* was **the glasses basket:** this was a small round or oval basin in silver, silver-plated copper, metal, porcelain and majolica, the edges of which were decorated with a series of pockets to support the stems of the glasses. The basin was filled with iced water or crushed ice into which the cup of the glass was inserted while the stem, supported by the pocket, could easily be lifted and kept dry.

Currently ice buckets are made in stainless or silver-plated steel, copper, brass and rarely in porcelain.

BUONO A SAPERSI

Raw food materials: certificates *of origin and quality*

by **Alberto Somaschini**,

F.I.C. member and Food and Beverage Consultant

 see page 22 for the Italian text

WARM WINE? DEFINITELY NOT: RIGHT FROM ANCIENT TIMES SPECIAL ATTENTION WAS PAID TO THE SERVING TEMPERATURE OF DRINKS. AND AS WE USE THE ICE BUCKET TODAY, SO ANCIENT PEOPLE USED SNOW.

A specific certification, a territorial origin or a highly distinctive commodity quality makes it possible to characterise a food and, in work, a cooking preparation. Often, however, we find strained interpretations and improper usage of initials, brands and pictograms. There are many fashions and trends that lead to the absolute search for niche products which, often, do not present real additional qualities and are forcedly inserted into production territories and contexts.

The Kilometre Zero product: what is it?

Short chain, short channel, farmer's market. Different terms for different supply channels for raw food materials. All have in common a geographic origin; food and drinks must be born near the kitchen where they will be reprocessed and served. At the basis of the spread of these foods, there is, above all, the need to recognise more value for products from the territory, in their seasonal **production**, offering restaurants the possibility of **savings in purchases** and guaranteeing producers better earnings, able to sustain the productions

themselves (also arriving at the promotion of the rediscovery of productions abandoned over the years, often, because they were not economically worthwhile).

In general, therefore, it was the **territory**, the potentials of which could be exploited as well as possible, by re-establishing a sustainable link with **typical productions** that benefited from a solid Kilometre Zero policy. Also from the point of view of education **about a healthy diet and health**. Perhaps this more traditional and genuine vision is less in line with the theories of the reduction of polluting emissions into the terrestrial atmosphere. In fact, Kilometre Zero productions have an extremely small market quota compared with products purchased through conventional supply channels. A final consideration for further clarity.

Currently in Italy there is as yet no legislation governing Kilometre Zero from the commercial, commodity and geographic point of view. This is why we find very subjective applications of this phrase. The only legislation currently in force, aimed solely at farmers, is legislative decree no. 228 of 5 March 2001 – law governing the orientation and modernisation of the agricultural sector – which is actually at the basis of this commercial policy. Thanks to this legislation farmers are allowed to valorise and commercialise products typical of their rural heritage.

Five quality certificates: from the European Union to the Municipalities.

The quality certificate represents an identification instrument used increasingly in the food world. These indications can be summarised in five categories:

1. DOP (Protected Origin Appellation)

These foods represent the maximum level of quality certification available today within the States of the European Union.

DOP products guarantee two fundamental conditions: the ingredients and productions are typical of a limited geographical area (and live within the culture of the area itself). The whole production chain is therefore limited to within a specific geographical area and presents a rigid production discipline to which all producers must adhere.



2. IGP (Geographical Protected Indication)

Foods certified with these initials, compared with DOPs, present a lower guarantee of typicalness and, in general, cultural and economic link with a territory. In fact, in IGP products, the provenance of the raw materials is not guaranteed. Only the production process must take place within a limited geographical area.

3. STG (Guaranteed Traditional Speciality)

The foods in this category belong to productions not linked to a specific territory. Compared with similar products, they are characterised by the use of ingredients and production methods with the best qualities. No link exists with traditions and territories. Therefore a "generic" STG product can be produced in the whole territory of the European Union.



4. PAT (Traditional Agro-alimentary Products)

The foods certified with these initials, recently introduced, are the expression of integrated productions (biological agriculture, corporate micro chains, and integrated cultivation)

and originate within a territory where these productions have been present permanently for at least 25 years. This brand has not obtained an approval at European level. Therefore the Ministry of Agricultural Policies has defined a list of PAT foods undergoing constant updating.

5. DE.CO (Municipal Appellation of Origin)

This municipal appellation originates with the purpose of granting the correct significance to agro-alimentary products linked to the history, traditions and culture of a limited territory such as an individual Municipality. Valorisation of these excellent aspects of the territory aims at providing a positive support to the expansion of various forms of wine and food tourism. The qualities of these foods are guaranteed by the municipal administrations that draft special production rules.

LA PASTICCERIA

Fruit mousse and Italian meringue:
the secrets of a pastry chef

by **Giuseppe Giuliano**, master chef and pastry chef

www.giuseppegiuliano.it

photo by Giovanni Vernengo - assistant Gabriele Abbate

🇮🇹 see page 29 for the italian text

THE DESSERTS PRESENTED IN THIS ARTICLE ARE SUITABLE BOTH FOR CATERING AND FOR BANQUETING USING SERVICE ON THE PLATE. IN PARTICULAR, WE CONSIDER FRUIT MOUSSES, USING ITALIAN MERINGUE AS A BASE.

Every chef and pastry maker can balance the fruit mousse recipe and in this way personalise his or her own desserts.

Creating your own dessert without searching for recipes is not only gratifying but also has the advantage of ensuring that the customer comes to our restaurant to find the speciality prepared by us.

Let us design a dessert

Usually a dessert is designed before it is tried out in the workshop. It is therefore important **to plan its feasibility** which, understood as times, preparation, realisation and the equipment to be used, becomes an essential factor in cutting down on work and being able to guarantee that the dessert obtained can be reproduced.

Once the feasibility has been planned, we try to **draft the recipe** taking into consideration the colours, the softness, the quantity of fruit and other aspects. Then on the paper we produce **the “sketch” of how we would like the dessert to look on the dish**, indicating the steps needed to complete it, including sauces, garnishes and decorations that will make it more appetising, for the presentation and in order to be fast in service.

Once ready, **the product is discussed with its collaborators** and any changes are made. Then we go on to inserting the image of the final preparation in the photographic book.

At this point **weights for the various preparation steps** are drafted. The dessert is ready to be proposed to the customer collecting impressions and therefore also any criticisms. Once the production process is concluded, the **dessert is ready to be standardised**.

For a perfect fruit mousse

To obtain the stability required in a mousse it is important to balance the pulps or the fruit juices with a stabiliser for foods (currently gelatine is used).

If at the basis we consider that whipped cream and meringue

are preparations that have their own stability, the ingredient that must be balanced the most is the liquid we introduce with the fruit.

Usually to stabilise a kilo of fruit pulp on average we need no less than 23 grams* of gelatine while for fruit juice and especially for acidic ones, we must calculate no less than 28 grams* of gelatine per kilo (*Note: these proportions are approximate and can be personalised as you please).

With my experience I can suggest **balancing a fruit mousse with an Italian meringue base as follows: for 500 grams of Italian meringue you need 600 grams of semi-whipped cream** without the addition of sugars, but if you like you can increase up to 20% for completing the recipe.

The quantity of sugar which a fruit mousse must contain must be calculated on the basis of the sugar contained in the meringue. Therefore, if a kilo of meringue on average contains 725 grams of sugar and 275 grams of egg whites, we must calculate how many ingredients we must include without sugar without forgetting to also take into account the “sweetness” of the fruit.

In Italian meringue, the quantity of sugar is the initial dosage of our recipe; we must not consider the water that we add for



cooking the sugar because it evaporates. Therefore if for a kilo of sugar we need 550 grams of egg white and 350 grams of water, the end product (Italian meringue) will weigh 1.550 kilos, of which one kilo is sugar.

That extra aroma...

I often substitute the quantity of water with **liqueurs and rosolio, which even if they evaporate, give an aroma to the meringue** and therefore to the end product. For example: for a meringue base, to create a peach mousse, I completely substitute the water with peach vodka, while for a lemon mousse, the water is substituted by lemon rosolio and so forth.

Beware of texture

Another important factor, especially for desserts which are to be cut, is to make sure that the balancing is done well to prevent the base of the mousse from being too soft at the top and consequently creating problems when you cut it.

In mousses to be cut, **I advise inserting biscuit, which not only gives texture to the dessert but also completes the taste and during cutting “cleans” the blade preventing** the mousse below from becoming dirty.

Including **crunchy ingredients** or ingredients that involve chewing is equally important.

The suggestions given here are remarks that come from my personal working experience and studies. I learned them from updates and constant experimenting to succeed in some way in “exciting” the customers.

I would like to end with an important and personal piece of advice; never change “successful” recipes; those for which you have found the right balance and which the customer asks for regularly, because he certainly knows that he can always come to enjoy his favourite dessert and that he will always find it the same!

SPAZIO GIOVANI

My cooking *of feelings and emotions*

edited by **Alessandro Circiello**,
person in charge of F.I.C. Youth Compartment
🇮🇹 see page 37 for the italian text

THE F.I.C. SUPPORTS YOUNG COOKS WHO THROUGH THIS COLUMN CAN PRESENT THEIR DISHES AND SHARE EXPERIENCES AND PROJECTS WITH THEIR COLLEAGUES

Giancarlo Cammisa

I am executive chef at the **La Piana dei Mulini** in Colle D'Anchise, in the province of Campobasso (CB) and with my cooking I am committed to valorising the products of Molise with a sophisticated and distinctive key in an attractive historical-environmental context. I remember that from when I was small I showed a keen passion for the environment and the territory that surrounded me. And this is how my passion for researching the product and its transformation was born. Class 1984, I attended the Ipsar “Enrico Mattei” of Vieste (FG), where I was awarded my diploma. My training path started with an internship at the Hotel Cipriani in Venice where I began to discover harmony and respect for the raw material. After a long and stimulating career, I took up the post of chef di partita at the Royal in Sanremo (IM). Later I worked at the Villa Marchese del Grillo at Fabriano (AN), and then worked as sous chef with the great two-star chef Fabio Barbaglini at the Montblanc at La Salle (AO). Chef Barbaglini greatly inspired my cooking. I also worked with great personalities of the Italian restaurant trade and successfully took part

in wine and food competitions, such as the Italian Internationals at Massa Carrara where I won a silver medal with the “Gargano Capitana” Team which I captained.

SPAZIO GIOVANI

see page 38 for the italian text

This is the body responsible for fostering the development and growth of young people who are able to promote Italian Cuisine, both in its innovations and in its traditional sphere, interpreting it with professionalism and passion in light of the new demands which the modern diet imposes.

NAZIONALE ITALIANA CUOCHI

The most important thing is not
to take part, but to win!

by **Vito Mastrosimini**

see page 49 for the italian text

SOON THE NEW “N.I.C. ACADEMY” WILL BE LAUNCHED, THE SCHOOL TO PREPARE CHEFS FOR COMPETITIONS. READ THE INTERVIEW WITH THE N.I.C. TEAM COACH PIERLUCA ARDITO

We have finally got there. The new Nazionale Italiana Cuochi (Italian Chefs Team), under the leadership of Daniele Cal-

darulo (Team manager) and Pierluca Ardito (Team coach) is preparing for the final rush which will lead the Italian team to the **Villeroy and Boch Culinary World Cup** to be held in **Luxembourg from 22 to 26 November 2014**. The hot section menu is ready, the dates of the world trials have been fixed (23 November Hot and 26 November Cold at ExpoLux) and the dates of the last training sessions and the retreat prior to departure have also been decided. So, this is the right time to find out how things are going with **Coach Pierluca Ardito**.

*«After the appointment I received from **Federazione Italiana Cuochi** in 2012, which unfortunately I had to refuse for health reasons, I very enthusiastically accepted Daniele Caldarulo’s invitation to join the new National team, with the position of Team coach. A logical move, considering that the program presented by Daniele to F.I.C. is the one on which we all worked together and prepared over the years.*

A National team built around a hard core.

«It is very exciting for all of us of the historic Puglia Team to meet up once again after arriving just a breath away from the world title twice. An excitement which immediately changed into great responsibility and concentration. Defending the colours of our own nation in an international competition will be a unique experience. But our approach remains the same: great study, great sacrifices and great passion».

A team however which has opened itself to a lot of new faces.

«We strongly wished for a national selection which took place last February in Avellino, and which enriched us with great talents which add a sense of sacrifice and humility to preparation and professionalism, to be taken certainly as an example. The selections to join the N.I.C. will be annual,

and the one for 2015 will take place in Milan next January.

Tell us about your role as team coach.

«We wanted to separate the roles of representation and administration from the purely technical one. In this latter role I have found my natural place, with concentration dedicated exclusively to studying the dishes and selecting the members of the team for the hot section and for preparing the cold section program. I am one who always prefers to have his hands in the dough! ».

What does it mean for a professional chef to take part in an international competition?

«For a chef, taking part in international competitions is a great opportunity for professional enrichment. We can experiment with new preparations, cooking methods and foods and we get the chance to work with the best chefs in the world. Dishes come out of competitions which we then find in the international menus of top gastronomy. Also, in team competitions, team work is extremely educational, for we who are usually the kings and queens of our own kitchens. »

However, it is important to be prepared when we come to these events.

«Of course. In Italy there is no training program to prepare us for competitions. To fill this gap, the N.I.C. Academy is about to be launched, the exclusive purpose of which will be to prepare chefs belonging to F.I.C. for competitions. Our programs will soon be presented».

The National Team has also had the task of selecting the participants in two prestigious international competitions: the Catering Cup and the Global Chef Challenge.

«The Federation has given us the role of preparers for these

TWINNING WITH THE GREAT SWEDEN

From 22 to 24 September an important training session will take place together with the Swedish chefs school, an indisputable leader in the last world competitions and the Nazionale Italiana Cuochi, in Bari, at the **Villa Romanazzi Carducci**. A **specific seminar on the use of gelatine** will be held by the former Swedish captain, who has won everything, **Fredrik Björlin**, currently captain of the Wacs Culinary Dream Team and Gert Klötzke ex team manager of that wonderful team, the current team manager again of the Wacs Culinary Dream Team, today also leader of the Culinary Team of Finland.

Also on the evening of the 24 September they will attend the hot program training session, for 110 guests, which the Italian team will hold specially to receive the important feedback of their great Swedish colleagues. The twinning was also made possible by the friendly relations that link the two Swedes to the chef Domenico Maggi, recently

appointed Director of the Southern European area of Wacs.



two competitions. We wanted to organise a national selection, but there was very little time left and the need to select already prepared chefs made us opt for a selection from the members of the National team. For the **Catering Cup which will be held in Lions on 24 January 2015**, we have selected **Chef Domenico Lampedecchia** and **pastry chef Giuseppe Palmisano jr**, while for the selections for the Global Chef the names will be officially announced shortly».

Is your attention towards young chefs also important?

«The presence of young chefs in a team which is looking towards the future is fundamental. This is why we have a great presence in catering colleges and it is there that it is

important to bear witness to the importance of our profession. With the N.I.C., it has been our wish to start a program entrusting to a high level chef, Gaetano Ragunì, responsibility for the junior team, which initially will support the senior team, to go on, when the youngsters are ready (I believe next year), to take part with the right training in an international competition. Our goal is to lower the average age of the senior team, because it is around 25-26 years of age that a chef can express his maximum talent in competitions».

ATENEVO DELLA CUCINA ITALIANA

Natural sea salt:
source of life

by **Michele D'Agostino**,
coordinator of the Atenevo della Cucina Italiana F.I.C.

see page 60 for the italian text

SALT EXERCISES AN IRRESISTIBLE ACTION ON US ALL AND PERFORMS A FUNCTION WHICH GOES WAY BEYOND TASTE: LET US DISCOVER TOGETHER WHY

I believe nearly all of us has experienced that mad, or more exact, impulsive desire that old and young feel for salty food. Obviously each of us has our favourite: a baby of 8 months opens his mouth only if Mummy puts "a mountain of Parmesan cheese" on his food; a child of 20 months drinks sea water when swimming in the sea with his Daddy; the older child of 3 is crazy about cooked ham; the boy of 15 adores lasagne, ravioli and above all frankfurters; or again, a girl of 18

LA NAZIONALE ITALIANA CUOCHI

see page 49 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 18 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. 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 activity, NIC is making a significant contribution to spreading Italian gastronomic culture and the concept of Made in Italy.

constantly on a diet enjoys salted pumpkin seeds or toasted, salted pistachios; the adult male pursuing his career always orders chips as a side dish; a lady who has tried every type and method of diet eats a hundred grams or more of raw ham; or the dietician herself who eats a whole family-size packet of crisps (in secret, and obviously in a moment of mental black-out, i.e. of weakness as we say); or the grandfather who steals slices of salami from the fridge, because his wife doesn't put enough salt on anything (because they say on the television....); or the macrobiotic who flavours his food with lots of gomasio, exclaiming that it is good for the brain, or with tamarind or miso; and the vegetarian who never lets the last olive on the dish get away... And here I stop, but I am sure that you will think of other examples you have experienced personally.

Why this thirst for salt?

Common to everyone, but only different in the type of food. The only exception perhaps is represented by "diet masochists", who do everything they are told, while life runs away between their hands with anxieties and frustrations (note; in order to digest food well it must be enjoyed, otherwise the precious digestive juices which depend on the vagotonic / parasympathetic system (the biological system that regulates the health and regeneration of our organism) are not released:

Salt and water; the ingredients of primordial broth

Let us immediately make a small and very fast journey into the past; life started in the great primordial broth/sea: water, salt, oligoelements and gradually they reached the first, increasingly complex and structured forms of life. The cells, first of all simple and "egoistic" (with the sole purpose of life: to multiply) "discover" that together (in symbiosis) they become larger and stronger and create kinds of "societies of symbiotic interests (superior organisms, in fact), where

each carries out its own specialised task. Our mitochondrions, former bacteria (today the endocellular energy factory) are a stupendous example of this fusion of interests.

In memory of the beginnings remain however totipotent cells known as the famous and ultra-nominated stem cells (scientists and scholars on the topic must pardon me for the comic-book simplification of the saintly evolution).

And so we arrive at that system that has two main principles on the scales: Symbiosis and Struggle: a sensitive and subtle dynamic and evolutionary balance. I would dare to say that as long as the principle of symbiosis prevails, evolution will be generated. And where struggle prevails? Here everyone must answer for themselves.

The marine crib of the maternal womb

And here I would like to remind you that we were all born with salt on our lips; in fact, we all spent nine months in a marine crib in our mother's womb: the amniotic liquid corresponds to the primordial sea. If you want to know more about this, just study the research of Renè Quinton, the illuminated French scientist, unfortunately "forgotten" and totally ignored, as unfortunately happens too often....

Our first food, therefore, is not our mother's milk (sweet), but the amniotic liquid (salty) and our mother's blood (also salty) because the water in our body is salty everywhere. The glass of water we drink, once absorbed, enters the physiological pool: 0.9% salinity, the salinity of the primordial sea according to Quinton.

If I ask you to choose to eat only sweet or only salty food for a month, what would you choose? I am 90% sure that you would choose salt! This just to show you that our "instinct" actually shows us the right choice, even the super-greedy person feels he cannot live without salt. Symbolic evidence of this can be seen in some wonderful fables about salt, also

called “white gold”: veritable metaphorical pearls of wisdom. And then again if I were to ask you what you need to survive in the desert? Water of course! But the second most important element is salt, followed by sugars. And so we have arrived at the basic recipe of all “energy drinks” composed exactly of the “trio of survival”: water-salt-glucides, obviously also used in specific situations intravenously in hospitals. I list all these widely known, but sometimes forgotten basic aspects, to remind you that life always and ingeniously depends on these three aspects; above all in situations of extreme stress. Obviously we cannot live from these three “allies” alone, but nothing else has a value without them. Having said this, we can go on to mention less-known things about salt in our diet.

The “desire for salt”

The worse our diet is, rich in animal proteins (highly acidifying for our metabolism) and lacking in natural, seasonal and biological vegetables, in association with the little time (or even no time) spent out of doors (office-school- modern life) the greater our “desire for salt” will be. We must know that in situations of chronic acidosis, our body begins to take really intelligent precautions: the stomach (precisely its parietal cells situated in the gastric wall) captures salt (NaCl) and secretes it: chloride (Cl) goes into the pool of hydrochloride acid (HCl) and therefore leaves the organism through the intestine, so as to make the faeces acidic (especially during abuses of animal proteins, diarrhoea from drug intoxications or others). On the other hand Sodium is used to produce Bicarbonate (NaHCO₃) which instead is secreted into the gastric vein (in medicine it is called the “alkaline tide”): it therefore enters the body to act as an efficient anti-acid and not only that: the pancreas, liver and certain intestinal glands are “gluttons” for it to produce their alkaline digestive liquids. In just a few words, our

stomach is an “intelligent system” that produces Bicarbonate to alkalise (to buffer acids) our metabolism when needed and on demand. To do this operation, it captures Salt (NaCl) from the blood. The chemical reaction which takes place in the parietal cells is this: $\text{NaCl} + \text{H}_2\text{O} + \text{CO}_2 = \text{HCl} + \text{NaHCO}_3$. This is a very sensitive self-regulation system and the “perpetual hunger for salt”, since it is a raw material, is living proof of it: when we feel this insatiable hunger it means that we are really eating badly.

In reading the studies of the brilliant Dr. Friedrich F. Sander, who understood and studied this very important gastric function in the Fifties, it is a shame that this specific and ingenious gastric function is not taught to medical students, in the sense that every patient who has a flourishing gastritis (hyper-acid) does nothing other than self-alkalinise; therefore gastritis is a symptom, a warning, an indicator, an alarm light, call it what you will: but without a shadow of doubt it indicates that the body is under serious bio-chemical stress and is trying to compensate. And the only therapy to follow would be a careful examination of your life style and diet in order to implement recommendations that heal the phenomenon. On the other hand, anti-acids and pump inhibitors are regularly prescribed. At the most, the teaspoon of bicarbonate soda, the remedy used by our grandparents after overeating on Sundays, was better. It makes me feel very sad to think that this discovery is now ignored: if we prevent our stomach from carrying out this self-alkalinisation mechanism and continue with a very bad diet, the metabolism uses up the minerals of our bone system which represents the great alkaline reserve of our organism. Draw your own conclusions.

Salt in weaning

An important aspect to be analysed to bring up the new generations with a truly healthy and correct dietary culture

is represented by traditional paediatric weaning, which unfortunately includes several tragic errors: it “prohibits” giving salt to children, but allows Parmesan cheese and at 8 months (and often even before) cooked ham! Remember that children already know salt in their stomachs: let us say that it is their growth ally and represents a biological memory of the intimate relationship with the mother. As soon as salt is (re)found outside the body children like it because it reminds them of their life within their mother’s womb, if we want to remain in metaphorical language. Just think how children just a few months’ old drink sea water, suck leather key-rings, coats, slippers and so forth (all tanned or produced with salt!). Now you know why. Instead, precious vegetables are given after cooking for about an hour (vegetable broth) and then blended and added to baby food. The taste is always sadly the same, and after a short while, from one day to the next, the child will hate this preparation.

In recent years, it has been recommended to add just a little untreated salt to steamed vegetables, two types of vegetables together at the most and a little good oil. With this system the child memorises salt with the vegetables and not with cheese and ham (I call it “the motorway towards frankfurters & co”). As soon as possible raw vegetables appropriately cut up to be dipped in olive oil, salt and pepper, can be proposed.

How to learn to love vegetables

With time we have managed to get dedicated meat-eating adults to eat vegetables explaining to them this instinctive trap: all you have to do is to dress the vegetables well with untreated salt, capers, olives, and even gomasio, toasted and salted seeds (sunflower) to discover the wonderful world of vegetables and to finally leave behind the raptures for salami, cheeses, crisps, ultra-salted snacks and similar inventions from those who have a perfect understanding of instincts

and imprinting (i.e. the food industry).

Why choose untreated salt

That salt is better untreated and not refined, therefore rich in elements and oligoelements, in my opinion, should not even be discussed any longer. Go and read the researches of Renè Quinton: he has healed thousands of dystrophic, poverty-stricken children with infusions of sea water (at 0.9%). The site oceanplasma.org is full of documentation from this restless mind, lover of life and tireless researcher, and of other doctors who studied the therapeutic virtues deriving from the sea, which contains almost all the elements of the famous “Mendeleev’s table” (excluding obviously the instable ones) and we have known for a while how important are elements such as, for example, Magnesium: the famous Magnesium Chloride derives from the refining of salt. The sea, then, contains sulphurous, bromide, iodine, chrome salts: the list is very long. Imagine natural sea salt as a great orchestra: each element is a musician and the music is beautiful and harmonious because they all play together, in synergy! The concept of the temporary presence of these “fundamental bricks” of evolution has not yet been studied in detail, but with heart and intuition we can perceive the greatness of this principle. Life proceeds by synergy, collaboration, self-regulation; it is exposed to bio-rhythms, seasons, dynamic relationships with the environment; life is a ball rather than a measurable and impressive march. Have you ever asked yourself why the screen-saver on most people’s computer is the sea? But of course! It is the instinct towards our origins: sea-mater-matrix: a primordial call towards “the cradle of our existence” and its natural, generous and marvellous vitality.

(*) Taken from an article by Sabine Eck of 28/10/2013.

ATENE0 DELLA CUCINA ITALIANA

see page 60 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.

IL RACCONTO DEI RACCONTI

The tale of tales about *food dismay*

by **Francesco Lopopolo**

see page 65 for the italian text

PLEASANT STORIES, FREE THOUGHTS AND STRANGE MEMORIES
TOLD TO CURIOUS COOKS BY WHO, UNFORTUNATELY IS NO COOK

I have reached a time in my life in which, whether I like it or not, I have been told clearly that I can't go on like this; it is a question of my health and I must chose and decide what to eat. I enjoy eating everything and at the same time am a researcher

and experimenter in gastronomic pleasures (it seems that the name for this is gourmet, a French word which in that language has the positive meaning of a sophisticated consumer of food, but which, when translated into Italian becomes "goloso" (greedy) a more negative than positive connotation) which is no longer good.

Wise men say: "you must eat light, healthy food, above all and first of all healthy! Do you understand?".

Meanwhile someone else is telling me everything about meat; others remind me that no one can avoid genetically modified foods; some tell me about milk and cheese contaminations; others about lead and mercury in fish; there are others who point with indignation and horror at sugars and sweet foods; some spitefully whisper to me that even fruit, if we can purify it from pesticides, hormones and various rubbish, is still a carbohydrate ... and we must protect ourselves from carbohydrates like Beguine protects herself from the devil; let's not even mention sauces, condiments and gravies especially if found in fast foods and commercial chains; fried food? Poison of the most toxic and harmful.

The terrorism continues with injections given to melons to make them bigger and redder; with sprays of wax to cherries to stop them from losing liquids and to make them even fatter. What can I say then about courgettes in the winter, oranges in the summer and at all times and in all places?

I had even thought about running away... to a desert island in warm seas ... a piece of cake, but then I think about being bombarding by UV rays due to the constant emission of greenhouse rays and the presence of plastic bags and cans on the immaculate Caribbean beaches made me change my mind... better to die surrounded by my friends and family!

I am dismayed; I don't know what to do.

Perhaps this world is starting to produce anti-bodies to expel a disease called Man.

DESIGN
MODERNO



BOTTONI
TESSUTO



GIACCA COOKING MASTER CHEF

LA PIÙ VENDUTA
IN ESCLUSIVA SU
WWW.CARINE.IT

€ 49,00

IVA INCLUSA

SPACCHI
SCHIENA



COOKING MASTER
Chef

carine

LA CUCINA È COME L'ANTRO DELL'ALCHIMISTA, dove i cibi cuociono, ribollono, i liquidi fermentano e vengono alla fine raccolti dal cuoco/alchimista. La cottura è dunque l'operazione che trasforma il cibo crudo in una preparazione gastronomica. Per ottenere i migliori risultati occorrono gli attrezzi, gli utensili, i recipienti di cottura e i materiali più adatti: noi dell'Alberghiera Medagliani forniamo tutto questo, da oltre 150 anni, ai cuochi professionisti.



via privata Oslavia 17, Milano

tel. 02 4548.5571/72 fax 02 9139.0463

info@spaziomedagliani.com | www.spaziomedagliani.com