

il CUOCO

MAGAZINE UFFICIALE DELLA FEDERAZIONE ITALIANA CUOCHI

N. 319

Settembre - Ottobre 2014

CUCINA GLUTEN FREE

le ricette di Marcello Ferrarini

TENDENZE

ristoranti e menu vegani



*F.I.C. nel mondo:
a Londra con lo chef
Francesco Mazzei*

Il futuro è adesso!



LX900 TOP *Unique*

LX900 TOP Unique è un nuovo concetto di cucina professionale a sbalzo dalla linea elegante e moderna, dove personalizzazione e design trovano la loro massima espressione. L'innovativa tecnologia costruttiva risponde ad ogni esigenza e consente di creare una cucina su misura unica, la Tua. I 40/10 di spessore del piano in acciaio inox garantiscono un'eccezionale robustezza e durata. Berto's: 40 anni di esperienza, più di 500 rivenditori in 83 Paesi.

Seguiteci su:

Con Berto's lo chef diventa protagonista.

5 year
guarantee

2014/15 le prossime Fiere

Hotel **Bolzano** 20-23 Ottobre '14

Equip Hotel **Parigi** 16-20 Novembre '14

Sigep **Rimini** 17-21 Gennaio '15

www.bertos.com



BERTO'S[®]
the best catering equipment

L'associazionismo in risposta *alle sfide di oggi e di domani*



di **Paolo Caldana**
Presidente Nazionale F.I.C.

Cari Colleghi,
la campagna di Tesseramento F.I.C. 2015 si è da poco aperta e sono tante le richieste di adesione che stiamo raccogliendo attraverso le nostre **115** Associazioni Provinciali e Unioni regionali, attive capillarmente sul territorio italiano, e attraverso le nostre otto delegazioni in diversi Paesi del mondo. Ma a riempirci di una soddisfazione ancora più grande è constatare che sono molte le richieste di informazioni e di nuove iscrizioni che ci giungono da parte dei giovani cuochi ed allievi degli Istituti alberghieri. A questi giovani la Federazione Italiana Cuochi dà il migliore incoraggiamento nell'intraprendere una professione meravigliosa ma non facile, con l'invito a sentirsi parte una grande famiglia di professionisti, sulla quale poter contare per un consiglio, per un aggiornamento costante e per ampliare le proprie relazioni professionali.

Al giorno d'oggi aderire ad un'associazione di categoria è una scelta che qualcuno considera discutibile: perché ritiene che sia una spesa superflua o perché la contrappone al proprio individualismo. Sta di fatto che per migliaia di cuochi italiani iscriversi ad un'associazione con alle spalle 35 anni di esperienza e qualità come la Federazione Italiana Cuochi resta uno strumento importante di acquisizione di conoscenze e scambi professionali dei quali la FIC rappresenta un punto di riferimento e condivisione insostituibili.

Inoltre, in un periodo di forte trasformazione della nostra professione, il ruolo di un'Associazione di Categoria, ha

già a che fare con nuove sfide. Per quanto imprescindibile infatti la sola formazione e l'aggiornamento professionale che con impegno cerchiamo di proporre non sono oggi più sufficienti. In un panorama professionale così variegato e mobile come l'ambito della Cucina, sono ormai diventati necessari strumenti che permettano una sempre più veloce acquisizione e certificazione delle competenze e che diano la possibilità ad un professionista di riposizionarsi rapidamente nell'ambito della stessa professione. La sfida per un ente come il nostro diverrà pertanto quella di procedere, attraverso un associazionismo sempre più maturo, verso un sistema di vera e propria gestione del nostro bacino professionale.

Quanto alla spesa per tesserarsi ... scopri a pagina 11 le numerose convenzioni e gli sconti esclusivi riservati ai soci F.I.C.! 

ISCRIVERSI ALLA F.I.C. È FACILE:

**rivolgiti alle Associazioni provinciali e regionali
o alle Delegazioni estere. L'elenco è pubblicato
sul sito www.fic.it**

Per ogni altra informazione:

Federazione Italiana Cuochi

Piazza delle crociate 15/16, 00162 Roma

Tel 06.4402178/ 06.44202209

e-mail: info@fic.it

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 € 31.51
BASIC FIC iva inclusa

CAPPELLO TNT FIC	€ 4.88
FALDA BALZA FIC	€ 14.64
PANTALONE DANNY FIC	€ 24.40

carine

il CUOCO
MAGAZINE UFFICIALE DELLA FEDERAZIONE ITALIANA CUOCHI

*In copertina: lo chef Francesco Mazzei,
delegato FIC nel Regno Unito*

IL CUOCO n. 319
Rivista ufficiale della Federazione
Italiana Cuochi - Anno di fondazione 1960

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

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

Direttore Responsabile
EUGENIO MEDAGLIANI

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

Coordinamento redazionale
CHIARA MOJANA

Collaboratori:
Stefano Beltrame, Andrea Bertolino,
Stefano Bonetto, Riccardo Carnevali,
Alessandro Circiello, Gilda Ciaruffoli,
Michele D'Agostino, Andrea Di Felice,
Giuseppe Giuliano, Giovanni Guadagno,
Mariano Iacona, Leonardo La Cava,
Francesco Lopopolo, Eugenio Medagliani,
Pietro R. Montone, Mino Ortu,
Stefano Pepe, Maria Lucia Sechi,
Valentina Tepedino, Piera Zagone

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

Traduzioni Hispania - Milano

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

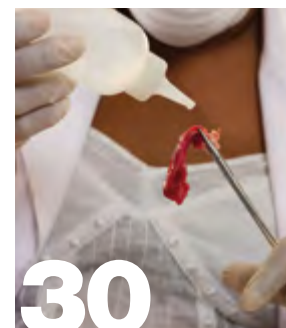
Banca Popolare Commercio & Industria
Viale delle Province, 34/46 - 00162 - Roma
C/C 000000000339 - Filiale 2095
IBAN IT45T0504803207000000000339
SWIFT BLOPIT22

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

**PER PUBBLICITÀ, MARKETING
E PROMOZIONE CON LA FEDERAZIONE
ITALIANA CUOCHI RIVOLGERSI A:
FIC PROMOTION srl (uninominale)**

Presidente: Seby Sorbello
Amministratori: Paolo Caldana,
Maria Antonietta Miracola,
Vittorio Sallustio, Fabio Tacchella

Associata all'USPI
Unione Stampa Periodica Italiana



in questo

Editoriale

3 L'associazionismo in risposta
alle sfide di oggi e di domani

Eventi

10 La tessera sociale 2015

Cucina gluten free

12 Le ricette di Marcello Ferrarini

Concorsi

20 Lussemburgo: Culinary World Cup

Saperi e sapori

24 Macinapepe, macinasale e mortai

Buono a sapersi

26 Menu e ristoranti vegani

Didàsko

28 Una grande tradizione di ospitalità

Mercato ittico

30 Pesce e additivi

La pasticceria

32 Dessert al piatto semifreddi

Spazio giovani

36 Le ricette di Leonardo La Cava

Professione cuoco

40 Francesco Mazzei: così Londra mangia italiano





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

Lady Chef

- 46 Il nuovo sodalizio abruzzese
- Ateneo della Cucina Italiana**
- 48 Calendario dei corsi 2014-15
- 50 Il lato oscuro della farina
- Il racconto dei racconti**
- 52 Del tempo (anticipato) di vendemmia
- 73 **English text**
- 71 **Gli inserzionisti**

- 55 **Vita associativa** Palermo
- Bologna Pavia
- Cagliari Provincia Granda
- Catania Savona
- Chieti Trapani
- Matera Valle d'Aosta

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, Zazzerini Antonio, Macri Antonio, Pasqualino Cosimo, Corapi Francesco, Fabbricatore Carmelo, Montemaggiore Giovanni Lorenzo, Gambuzza Salvatore, Privitera Domenico, Saba Elia, Veciani Cleto, Passaseo Antonio, Russo Nino, Stippe Andreello 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, 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

7

Vuoi scrivere su Il Cuoco?



Vuoi vedere pubblicate notizie e fotografie relative alla tua Associazione provinciale o Unione regionale? Inviale con tempestività alla Redazione de "Il Cuoco": **rivistailcuoco@gmail.com**
Per i sei numeri del 2015, le scadenze per la consegna dei materiali sono: 19 gennaio (n. 321), 16 marzo (n. 322), 18 maggio (n. 323), 20 luglio (n. 324), 21 settembre (n. 325), 16 novembre (n. 326).
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.

PARTECIPA ANCHE TU AI CONCORSI
E AGLI EVENTI DEDICATI AI CUOCHI
ITALIANI. TUTTI GLI APPUNTAMENTI
ORGANIZZATI O PATROCINATI
DALLA F.I.C. SONO SEGNALATI
ANCHE SUL SITO WWW.FIC.IT



Artistica 2014

Dal 9 al 12 novembre si svolge a Roma la competizione internazionale dedicata agli chef e pasticceri artisti, organizzata dalla F.I.C. con la Federazione Italiana Pasticceria Gelateria e Cioccolateria e con il sostegno di Tirreno CT Roma da gustare. Il regolamento integrale è pubblicato sul sito www.fic.it



Chef in punta di dita

Torna a Padova dal 30 novembre al 3 dicembre la quarta edizione del campionato italiano di finger food, organizzato con il patrocinio della F.I.C. Tre le categorie in concorso, senior, junior e allievi, che si sfideranno interpretando il tema di quest'anno: "I prodotti lattiero caseari dei territori italiani in Finger Food". L'iscrizione al concorso avviene attraverso il sito www.chefinpuntadidita.it, compilando nel dettaglio ogni campo richiesto.



Calendario 2014/15

L	M	M	G	V	S	D	
					1	2	NOVEMBRE
3	4	5	6	7	8	9	9-12 Artistica, Roma - www.fic.it
10	11	12	13	14	15	16	11 Agorà dei Giovani Cuochi, Roma - www.fic.it
17	18	19	20	21	22	23	22-26 Villeroy & Boch Culinary World Cup, Lussemburgo www.expogast.lu
24	25	26	27	28	29	30	22-26 Expogast, Lussemburgo - www.expogast.lu
1	2	3	4	5	6	7	DICEMBRE
8	9	10	11	12	13	14	30 novembre - 3 dicembre
15	16	17	18	19	20	21	Campionato Italiano Finger Food, Padova - www.chefinpuntadidita.it
22	23	24	25	26	27	28	
29	30	31					
			1	2	3	4	GENNAIO
5	6	7	8	9	10	11	24 International Catering Cup, Lione - www.cateringcup.com
12	13	14	15	16	17	18	24-28 Sirha, Lione - www.sirha.com
19	20	21	22	23	24	25	
26	27	28	29	30	31		



Salse SENNA

Gustose novità
nel nuovo formato da 700 g !



Maionese leggera



Ketchup



Salsa al tonno



Salsa al curry



Salsa all'aglio
Knoblauch Sauce



Salsa cocktail



Salsa ai funghi



Salsa grill



Salsa barbecue



Senape al dragoncello
Estragon Senf



Senape di Krems
Kremser Senf



Senape per grigliate
Grill Senf



Senape alla cipolla
Zwiebel Senf



Sour Cream



SENNA SRL

Via Macanno 32 - 47923 Rimini

Telefono 0541.394966

Internet www.senna.eu

Mail rimini@senna.at

*Questa è la passione
gastronomica e pasticceria!*

Nuova grafica per la *tessera sociale 2015*

di **Pietro Roberto Montone**

HA RISCOSSO GRANDE ENTUSIASMO
IL PROGETTO PROPOSTO DAL GRAPHIC
DESIGNER ANTONIO SONNESSA,
VINCITORE DEL CONCORSO
INDETTO DALLA FIC. CHIAREZZA
ED EFFICACIA DEL MESSAGGIO
SONO STATE LE CHIAVI VINCENTI

Antonio Sonnessa ha vinto il concorso indetto dalla FIC disegnando il layout della tessera sociale 2015. Graphic e web designer, Antonio è nato a Rapolla (Pz) nel 1985, collabora con diverse agenzie in tutta Italia svolgendo anche attività di formazione per quanto riguarda la comunicazione grafica e web.

Come nasce la sua idea progettuale per la tessera FIC 2015?

Ogni mia campagna nasce come un pezzo unico, un percorso creato su misura per dialogare col pubblico nel modo più efficace, sempre e comunque con una grande idea al centro.

Quali sono stati i tempi di realizzazione?

Sin dal primo approccio alla realizzazione di questo progetto ho subito avuto un'idea precisa del prodotto che intendevo realizzare, volevo che fosse chiaro ed efficace. Proprio per questo, dopo alcune ore di lavoro, sono riuscito a trovare la soluzione più convincente e più affine alla mia creatività.

Si aspettava un consenso così ampio?

Quando realizzo un progetto sono sempre sicuro e soddisfatto del lavoro compiuto. Immaginavo quindi, che la mia idea avrebbe incontrato l'approvazione di molti e che avrei riscosso un certo numero di voti ma, molto sinceramente, non mi aspettavo un consenso così ampio per cui credo sia doveroso da parte mia ringraziare tutti.

Da quanto conosce la Federazione Italiana Cuochi?

Conosco la Federazione Italiana Cuochi da circa quattro o cinque anni tramite alcuni amici che sono entrati a farne parte. Sono stati proprio loro, infatti, ad informarmi del concorso in atto e ad invogliarmi a partecipare.

Qual è il suo rapporto con la cucina e il cibo?

Il cibo, si sa, è uno dei piaceri della vita e come tale lo considero. Ho sempre amato, sin da piccolo, mangiare poco ma bene e in maniera equilibrata. Prediligo soprattutto piatti particolari e fantasiosi che stuzzichino l'appetito. A volte mi diverte cucinare in prima persona sperimentando sempre nuove ricette.

Parteciperà al concorso anche il prossimo anno e se sì, ha già in mente un progetto grafico?

Parteciperò molto volentieri anche perché è stata per me un'esperienza formativa molto soddisfacente ed entusiasmante. Non ho però un progetto per l'anno venturo semplicemente perché le mie creazioni sono al passo con il tempo, sempre attuali. Nel mondo della grafica bisogna infatti adeguarsi alle richieste di mercato giorno dopo giorno in modo tale da essere sempre dinamici e pronti al cambiamento.



TESSERA FIC 2015

CONVENZIONI ASSO CRAL ITALIA Territorialità Nazionale

	GRUPPO BERLONI Arredamenti Sc. 30%		VOLAGRATIS Sconti sulle LINEE AEREE LOW COST		HOTELS, B&B e Villaggi Turistici Sconti fino al 50%
	EUROFONICS - Sc. 5% Campania - Lazio Calabria		HERTZ Nolo auto In tutto il MONDO		Catena di Hotels BEST WESTERN Sconto 10%
	TOYS CENTER Sc. 5% sui giocattoli in tutta Italia		Autonoleggi MAGGIORE Sconto 5-10%		Sconto 10% su 4.000 Alberghi in tutto il mondo
	Elettrodomestici del Gr. INDESIT con sconti fino al 59%, a casa tua		Sconti TRAGHETTI e CROCIERE su oltre 25 compagnie		Alberghi Giovintù Tessera Italia gratuita
	Sconti speciali per AssoCral - N. Verde dedicato 800 918219		City SIGHTSEEING Sc. 10% Tour turistici nelle maggiori città.		Corsi di Lingua Inglese Personal e Professional Sc. 35% + 50% su iscriz.
	MERCATONE UNO Grande Distribuzione Mobili e Elettrodom.		Sconto 10% nei principali Aeroporti e Porti		Cartucce, Toner e Consumabili Sconto 30%
	Pneumatici e Servizi per l'Auto - Sconto del 47% in Italia		Ristoranti e Pizzerie Sconti 10 - 20%		MUSEI e MOSTRE nelle principali città d'arte a tariffe ridotte
	FSC - Gr. Continental Pneumatici scontati in tutta Italia		CHEF EXPRESS Sconto 10% nelle Sta- zioni, in autostrada e in Aeroporto		TEATRI E SPETTACOLI Ingresso agevolato
	PRINK - Sc. 5-10% cartucce e consumabili		Catena Pizzerie ROSSOPOMODORO Sconto 10%		PARCHI GIOCHI e ATTRAZIONI Ingresso Agevolato
	Catena di Gioiellerie e Acquisto Oro - Sconto 15% sui ns. gioielli		INTERFLORA - Sc. 10% Spedizioni Floreali in tutto il mondo		Musei Vaticani e Cappella Sistina Sconto 43% e senza fare la fila
	Tre grandi Outlet a Mantova, Valmontone e Molfetta. Sc. 5%-20%		Stampa Foto Digitali on Line Sconto 10%		Prenotazione OnLine Biglietteria Musei Italiani
	CRIOS - PANAPESCA Sc. 8% sui prodotti ittici surgelati		Autofficine PuntoPro oltre 1.000 punti in Italia - Sconto 10-15%		Roma Pass - La card turistico - culturale a Roma - Sconto 2 €
	Il Credito dei tuoi Desideri - Condizioni speciali per Assocral		MEDICI Specialisti e Laboratori di Analisi in tutta Italia		Torino + Piemonte Card La carta turistica del Piemonte
	Servizi Finanziari a tassi agevolati		FAR EXPRESS Consegna farmaci a Domicilio		Oltre 150 Punti Vendita in Italia Sconto 10-20%
	Centro Solar Italia Sistemi Fotovoltaici e Solari Termici		Farmacie Com.li Bologna, Milano Parma, Prato		Gruppo Editoriale Espresso-Somedia Sconti fino al 71%
	Bialetti Stores Sc. 10% in tutta Italia		AMPLIFON Soluzioni per l'udito Sc. 10%		Tesseram. agevolato Ass.ne Italiana Cultura e Sport.



Consulta sul portale www.assocral.org
le modalità per ottenere gli sconti.

Asso Cral soc. Coop. - Via S. Stefano in Pane 23/D/11 50134 FIRENZE - info@assocral.org
Tel. 055 7189490 r.a. - Fax 055 7189493 - skype: assocral - Cod. Fisc. e P.Iva. 05152820485

Marcello Ferrarini

La mia cucina gustosa e gluten free

RICERCA E SPERIMENTAZIONE
SONO LE SUE PAROLE D'ORDINE.
ANCHE PERCHÉ 10 ANNI FA,
QUANDO HA INIZIATO IL SUO
PERCORSO PROFESSIONALE,
LE ALTERNATIVE PER I CELIACI
ERANO DAWVERO POCHE

di **Gilda Ciaruffoli**
foto di **Jeri Jerico, Silvia Bernabei**

Nato a Modena nel '73, Marcello Ferrarini è "figlio d'arte": nonno rinomato chef e mamma gastronomo sopraffina. Come capita spesso quando la propria strada sembra già segnata, da ragazzo decide di affermarsi seguendo un percorso personale che lo porta a diplomarsi all'Istituto d'Arte e a laurearsi in Psicologia. Mai sopita la passione per la cucina, è con l'inizio del nuovo millennio che Marcello sceglie però di farne un mestiere, in seguito a una diagnosi di celiachia arrivata alla soglia dei trent'anni. Spinto dalla necessità di trovare alternative gustose e adatte alla sua nuova dieta, Marcello ha trasformato la sua difficoltà in opportunità, proponendosi dapprima come personal chef a domicilio, quindi formandosi a pieni voti presso l'Italian Cooking School. Iscritto all'Associazione Cuochi Emilia Romagna, Ferrarini è impegnato in corsi di cucina amatoriali e professionali, consulenze per aziende di alimenti e prodotti senza glutine, ma anche bio e vegan, collaborazioni per la cre-

azione di menu ad hoc per molti ristoranti - ultimi lo "Zenzero Bistrot" di Bologna e il "Romeo Restaurant" di Modena -, che insieme a *showcooking* e a tanta ricerca hanno segnato il suo percorso fino a oggi, rendendolo uno chef di riferimento per la cucina senza glutine in Italia.

Come definiresti la tua cucina?

"Innanzitutto accessibile a tutti! Senza glutine non significa senza gusto o senza stile e bellezza. Io mi rivolgo a un pubblico di celiaci e intolleranti o sensibili al glutine, ma anche ai loro familiari, amici e colleghi, che spesso ai corsi o agli eventi che realizzo si avvicinano con titubanza. Ma una volta assaggiati i piatti sono i più soddisfatti!".

Quali sono stati i tuoi maestri?

"Sicuramente Davide Berchiatti, già allievo di Nicola Michielotto, pioniere della cucina naturale e vegetariana in Italia. La ricerca in ambito *gluten free* invece l'ho intrapresa senza punti di riferimento, costruendo da solo il mio percorso professionale".

La tradizione emiliana torna nelle tue ricette?

"Sì, la mia cucina ruota soprattutto attorno alla pasta fresca, che faccio io, a mano, tirandola al mattarello. Però senza glutine".

Quali sono le tue materie prime di partenza?

"Farine prive di glutine, di riso e di mais principalmente. O anche di piselli, castagne carrube, ceci, insomma, naturalmente prive di glutine".

Questa cucina ha dei limiti?

"Le uniche difficoltà si possono riscontrare nelle consistenze, ma con un po' di tecnica e passione si possono creare ricette *gluten free* non distinguibili da quelle classiche".

La tua formazione artistica ti ha portato ad avere un'attenzione speciale per l'estetica del piatto?

"Sì, è un po' un mio vezzo. Amo tra l'altro creare installazioni di *food design* che veicolino un messaggio e stimolino la ►

riflessione sulle tematiche legate al rapporto uomo-cibo. Mi piace la contaminazione tra arti e la mia ricerca è mossa dalla curiosità in ogni ambito creativo ed espressione artistica”.

Nel futuro c'è un tuo ristorante *gluten free*?

“Probabilmente sì, anche se forse i tempi non sono ancora maturi per una scelta così radicale. Credo sia più opportuno proporre, invece, in menu una scelta molto ampia che soddisfi anche le esigenze dei celiaci; la stessa direzione nella quale ho lavorato con i ristoranti con i quali ho collaborato sino ad ora”. 🇮🇹

SENZA GLUTINE, ANCHE IN TV!

Si chiama “Senza glutine con gusto” e dal 15 settembre è in onda su Gambero Rosso Channel - Sky 411, dal lunedì al venerdì alle ore 11.30, 17.30 e alle 23.00. È la prima trasmissione interamente dedicata a ricette *gluten free*. A condurla, ovviamente, Marcello Ferrarini. Ventiquattro le proposte dello chef emiliano per 12 puntate, pensate per celiaci ma adatte a tutti: dall'antipasto al dessert, passando dalla pasta fresca a quella secca ai risotti, alle pietanze realizzate con l'utilizzo di birra *gluten free*, dagli pseudocereali alle farine naturalmente prive di glutine e, per finire, i dessert.



www.marcelloferrarini.it



Le ricette senza glutine di Marcello Ferrarini

CREMA DI RISO ALLE ROSE CON FAVE DI CACAO AI DUE CIOCCOLATI - GLUTEN FREE

Ingredienti per 6 persone

1 lt di latte intero, 70 gr di farina di riso, 100 gr di zucchero a velo, 4 cucchiaini di rose edibili disidratate, 100 gr fave di cacao, 50 gr cioccolato extra fondente 80%, 50 gr cioccolato bianco, 6 petali di rose edibili, 1 baccello di vaniglia, q.b. di sale, q.b. di gelatina di rose.

Procedimento

Tritare molto finemente le rose disidratate sino a polverizzarle. Unirle alla farina di riso e allo zucchero, mescolando con cura. Versare il tutto in una pentola, con una parte di latte freddo. Mescolare energicamente con una frusta per evitare la formazione di grumi.

A parte, portare ad ebollizione il restante latte con la va-

niglia e un pizzico di sale; raggiunto il bollore, togliere dal fuoco ed eliminare il baccello. Versare a filo il latte intiepidito sul composto di farina di riso, continuando a mescolare energicamente. Fare restringere il tutto su fuoco basso, sino ad ottenere una consistenza leggermente cremosa. Porzionare e impiattare la crema ottenuta, facendo prima un fondo di fave di cacao, quindi uno strato di crema di riso; infine spolverizzare con cioccolato bianco tagliato grossolanamente. Coprire con la pellicola trasparente alimentare e fare raffreddare a in abbattitore o in frigorifero. A parte, sciogliere a bagnomaria il cioccolato fondente, quindi sporcare le punte delle rose con il cioccolato fuso e lasciare raffreddare.

Presentazione

Servire la crema di riso decorando il piatto con un petalo di rosa al cioccolato e qualche goccia di gelatina di rose.



**POLPETTE DI AMARANTO E TOFU
CON RAPA ROSSA, SALSA AL CURRY
E ACETO BALSAMICO DI MODENA - GLUTEN FREE**

Ingredienti per 4 persone

250 gr di amaranto, 250 gr di tofu, 250 gr di pangrattato senza glutine da prontuario A.I.C. (Associazione Italiana Celiachia), 1 barbabietola rossa, 1 cipolla, 300 ml di crema di soia, 4 cucchiaini di crema di soia, q.b. di curry, q.b. di olio extra vergine di oliva, q.b. di aceto balsamico di Modena, q.b. di sale e pepe

Procedimento

Tagliare il tofu a cubetti regolari e farlo sbollentare in acqua salata per circa 15 minuti, eliminando con una schiumarola i residui in superficie. A fine cottura scolarlo, quindi saltarlo in padella per qualche minuto, con olio e.v.o., cipolla e curry. In una pentola, cuocere l'amaranto, coprendolo con acqua o brodo vegetale. Mescolare sino ad assorbimento totale del liquido, per non farlo attaccare al fondo. A termine cottura lasciarlo raffreddare.

Con un mixer ad immersione frullare la barbabietola già cotta, quindi unire il tofu, unitamente ad un filo d'olio, sino ad ottenere un composto omogeneo. Aggiustare di sale e pepe. Unire infine al composto ottenuto, l'amaranto, quindi aggiun-

gere pangrattato per addensare.

Formare delle polpette, quindi cuocerle in forno per circa 20' a 180°C oppure in olio bollente.

A parte, preparare una salsa d'accompagnamento con crema di soia e qualche cucchiaino di curry, sale e pepe. Servire le polpette di amaranto con la salsa di soia al curry, una dadolata di barbabietola e qualche goccia di aceto balsamico di Modena.

Composizione del piatto

In un piatto fondo mettere i tortelli (precedentemente bolliti in abbondante acqua salata), versare l'estratto caldo di barbabietola e terminare aggiungendo le polpettine croccanti in modo da farle rimanere leggermente fuori dal liquido. Completare con un filo d'olio a crudo.

IL CONSIGLIO

Questa ricetta oltre ad essere gluten free, quindi per tutti i celiaci, è anche un piatto indicato a vegetariani e vegani, oltre che ad intolleranti a uova e lattosio. Infatti, sono stati utilizzati esclusivamente ingredienti vegetali come la barbabietola rossa e la cipolla e, al posto del formaggio e del latte il tofu e la crema di soia





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.



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'Agorà 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 tra arte e gusto", 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".



I♥TIRRENOCT
ROMA DA GUSTARE

Fiera di Roma, 11 novembre 2014



FEDERAZIONE ITALIANA CUOCHI

IL FORUM DEI GIOVANI CHEF

A SCUOLA DI GUSTO CON LE ECCELLENZE AGROALIMENTARI ITALIANE



... consigliato dalle mucche felici!



Da oltre 40 anni Bayernland garantisce un vasto assortimento di prodotti sani e naturali con un ottimo rapporto qualità prezzo. Una ricca gamma di specialità prodotte in latterie modernissime, impiegando latte dal gusto corposo ed aromatico, proveniente dai verdi pascoli Bavaresi. Il risultato è un'ampia scelta di prodotti dal sapore delicato e dalla freschezza garantita.

Richiedi i nostri prodotti dal rivenditore di fiducia della tua zona o contattaci via mail - sarà nostro impegno raggiungere anche TE!



FEDERAZIONE ITALIANA
PASTICCERIA
GELATERIA CIOCCOLATERIA

TIRRENO CT ROMA DA GUSTARE

Fiera di Roma, 9/12 novembre 2014



**Concorso Internazionale
di composizioni artistiche
per cuochi e pasticceri**

UNA RIVOLUZIONE IN CUCINA, L'INDUZIONE SECONDO BALDASSARE AGNELLI.



Chef GIOVANNI LORUSSO e Chef FRANCESCO GOTTI finalisti al Global Chef Challenge 2014 di Stavanger, Norvegia.

Baldassare Agnelli presenta le padelle per induzione in alluminio e ALBlack. Maneggevoli e versatili, costruite su corposi spessori professionali di 3 e 5 mm, dotate dello speciale fondo in materiale ferritico e abbinate a perfette manicature inox/cool. L'ottima conduttività di calore, la resistenza agli urti e il facile mantenimento, le rendono perfette per ogni tipo di preparazione: una vera rivoluzione nelle vostre cucine!

Una Nazionale tutta nuova alla *Culinary World Cup*

di **Stefano Pepe**

SI AVVICINA L'APPUNTAMENTO
QUADRIENNALE CHE COINVOLGE
LE BERRETTE BIANCHE DI TUTTO
IL MONDO. L'IMPERDIBILE EVENTO
SI SVOLGERÀ IN LUSSEMBURGO
DAL 22 AL 26 NOVEMBRE,
DURANTE LA FIERA EXPO GAST

La vigilia di un grosso evento culinario come la "Culinary World Cup" di Lussemburgo è sempre particolarmente sentita nell'ambiente dei cuochi. Per noi Italiani, poi, fa un certo effetto sapere che a prendere parte a questa edizione della manifestazione sarà una nuova squadra Nazionale, dopo i trascorsi delle passate gestioni magnificamente rappresentate nel panorama internazionale dall'**affiatato quartetto Tacchella, Tomasi, Valletta e Momolo**.

Nei loro 12 anni di permanenza in Nazionale Italiana Cuochi (NIC) hanno portato in alto i colori della nostra Bandiera, assieme a tutti i componenti che si sono avvicendati in squadra, aggiudicandosi un palmarès di tutto rispetto, dal quale emer-

**Diego Crosara e Andrea Voltolina felici
con la Coppa del Mondo di Pasticceria conquistata
nell'edizione del 2006 della Culinary World Cup**



Un momento della competizione mondiale e l'inaugurazione di Expo Gast nel 2010



ge con grande rilevanza la conquista della **Coppa del Mondo di Pasticceria nell'edizione del 2006** da parte della coppia Diego Crosara e Andrea Voltolina.

Come in ogni cosa però è giusto che ci siano cambiamenti, nuovi percorsi e nuove situazioni al fine di dare, a chi ne è meritevole, la possibilità di mettersi "in gioco", assumendosi un onere carico di responsabilità e aspettative, e permettendo ai nuovi candidati di dare prova delle proprie capacità, professionalità e ambizioni.

Il vecchio "Team Puglia" degli amici Pietro Pezzolla (nelle vesti di Team Manager) e Pierluca Ardito (in qualità di Team

Chef), assieme ai loro compagni, in tutti questi anni si è reso protagonista, dimostrando il suo valore e diventando una forte realtà degna della NIC di Fabio Tacchella. A una parte di loro, con l'ingresso di nuovi componenti selezionati in tutta Italia, spetta ora un grande impegno fatto di sacrificio e dedizione per dare lustro ai trascorsi italiani.

Saranno giorni sotto i riflettori per i nostri nuovi beniamini **capitanati dal Team Manager Daniele Caldarulo** in una spettacolare kermesse che, come ogni evento che si rispetti, lascerà per loro, comunque vada, piacevoli ricordi e forti emozioni. ►

21

Una concorrente e un'immagine della sede della Fiera di Lussemburgo





LA "CULINARY WORLD CUP"

La competizione mondiale dei cuochi, che si svolgerà dal 22 al 26 novembre, è nata dalla collaborazione del **"Club Vatel Lussemburgo"** e **"Amitié Gastronomique François Vatel"**, e si colloca in concomitanza con l'**"Expo Gast"**, Salone mondiale per i servizi di ristorazione, alberghieri e ricettivi. L'atteso evento culinario è organizzato dalla Società Fieristica Internazionale del Lussemburgo, e si svolge ogni 4 anni nel Parco del Centro Espositivo del suo Gran Ducato; fu presentato per la prima volta nel 1972, con dimensioni e caratteristiche decisamente più modeste rispetto alle ultime ed attuali edizioni, ma con un crescendo continuo di adesioni e riscontri. Nei suoi padiglioni fieristici è possibile scoprire non solo le favolose dimostrazioni culinarie attraverso le kermesse dei cuochi di tutto il mondo, ma anche le ultime

Un'immagine dalla serata della Prova piatti della nuova NIC per la competizione mondiale



La Nazionale dei cuochi di Singapore, Campioni del Mondo nel 2010 e alcuni membri della rinnovata formazione della Nazionale Italiana Cuochi



concrete tendenze nel settore alberghiero e della gastronomia. Molteplici aziende internazionali infatti espongono le loro novità in materia di equipaggiamenti da cucina, tecniche informatiche e innovazioni nell'ambito della cultura della tavola. Numerosi buyer, gruppi professionali ed aziende che operano nel settore della gastronomia si ritrovano per presentare le loro attività e far scoprire ai visitatori i nuovi prodotti in ambito di forniture alberghiere, ristoranti, collettività, pasticceria, macelleria, panetteria, attrezzature organizzative, letteratura gastronomica e turistica, forniture per cucina, bevande e derrate alimentari.

Ma i riflettori, come è prevedibile, saranno maggiormente puntati sulla **"World Cup"** che, dati alla mano (resi dall'organizzazione), nell'ultima edizione del 2010 (dove la **Nazionale Singapore** ha sbaragliato tutti) ha visto **la partecipazione di 2.400 cuochi provenienti da 53 nazioni**, suddivisi in squadre nazionali e juniores, squadre nazionali militari, team regionali e di associazioni, nonché singoli partecipanti, che si sono contesi medaglie e titoli di "Campioni del Mondo" delle varie categorie, attraverso programmi di gara complessi, con parametri e modalità stabiliti da un Regolamento Internazionale della **Wacs**, la Società Mondiale delle organizzazioni e Associazioni professionistiche di cucina, la cui giuria internazionale, composta da 55 chef altamente qualificati, garantirà anche quest'anno il regolare svolgimento della manifestazione.

Un "in bocca al lupo" a tutti allora, alle 105 e più squadre e agli oltre 1.000 singoli già iscritti a questa splendida vetrina giunta alla sua 12^a edizione, dove si racchiudono tradizioni e novità dei cinque continenti, la cui diversità è evidente e allo stesso tempo affascinante; possa essere, come lo è sempre stata, una gara combattuta e sfavillante, dove esiste un effettivo spirito di antagonismo professionale, ma sempre conviviale e all'insegna dell'amicizia e della fratellanza fra i popoli. 🇮🇹



*il marchio storico
nelle attrezzature
per i professionisti
della cucina.*

Alberghiera Medagliani

via privata Oslavia 17, 20134 Milano
tel. +39 02 4548.5571, fax +39 02 9139.0463
www.medagliani.com

Macinapepe, macinasale *e mortai*



di Eugenio Medagliani
Calderaio umanista

INDISPENSABILI PER FRANTUMARE E POLVERIZZARE
SPEZIE, LEGUMI SECCHI E ANCHE IL CAFFÈ, QUESTI
UTENSILI FANNO LA DIFFERENZA IN CUCINA, PERCHÉ
PRESERVANO AL MEGLIO L'AROMA DEGLI INGREDIENTI

24 Il pepe nel corso della maturazione acquista dapprima una colorazione verde, poi rossastra e infine il frutto, completamente maturo, dopo essere raccolto ed essiccato al sole dà luogo al pepe nero che, macerato in acqua e poi essiccato, elimina la scorza esterna liberando il seme bianco, più aromatico e meno piccante.

Nel **macinapepe** il meccanismo è assai simile a quello del macinacaffè: si tratta di un contenitore di legno, di metallo o di plastica, fornito nella parte inferiore di una macina di ghisa o di acciaio temprato, in acciaio inossidabile o in nylon a seconda della spezia che deve essere macinata.

A differenza del macinacaffè però, il macinato per tritare il pepe è costruito in modo da far cadere il prodotto macinato direttamente sul cibo. Questa esigenza nasce dal fatto che, come nella maggior parte delle spezie, ciò che dà al pepe il

tipico gusto piccante è un olio volatile che perde rapidamente le sue caratteristiche nel momento stesso in cui viene macinato.

La regolazione dello spessore del macinato si ottiene semplicemente avvicinando o allontanando le superfici macinanti per mezzo di un dado o di un pomolo filettato.

Un buon macinapepe deve poter contenere almeno due cucchiaini di pepe in grani per evitare di doverlo riempire troppo frequentemente.

I macinapepe oggi in commercio accomunano all'oggetto funzionale, un aspetto estetico tanto vario ed artistico da attirare l'attenzione dei collezionisti.

La più antica testimonianza dell'esistenza del macinapepe è la citazione in un inventario di oggetti, di una nobile famiglia provenzale, datato 1448. Ma in quei tempi i macinapepe sono rarissimi ed i mortai rimarranno per lungo tempo utilizzati per ridurre in polvere spezie e senape in grani.

Due parole sui **mortai** che ebbero dal XIV secolo in poi, una



1. Antico mortaio ligure di legno di castagno per ridurre in farina o in purea i cereali, i piselli e tutti i legumi secchi. 2-3. Macinapepe in legno di ontano. 4. Macinapepe con due ghiera in legno di faggio. 5. Macinapepe in cristallo con montatura in ottone nichelato. 6. Macinapepe in ottone nichelato. 7. Mortaio in marmo.



grande importanza culinaria per la preparazione delle salse. Con l'ausilio di un pestello si frantumavano spezie, pepe, noce moscata, senape, cipolle e soprattutto l'aglio. I mortai servivano anche per ridurre in farina o in purea i cereali, i piselli e tutti i legumi secchi, nutrimento per l'inverno, ed anche il sale sia marino come minerale.

I mortai furono prodotti in legno, pietra, marmo, terra cotta, porcellana, ghisa, bronzo ed anche in argento. La loro decorazione seguiva lo stile dell'epoca in cui erano prodotti e ciò permette di classificarli facilmente. Il completamento del mortaio è il pestello realizzato nei materiali più vari: bronzo, ferro, rame, legno, porcellana. È preferibile che il mortaio e pestello siano costruiti con lo stesso materiale affinché la macinazione risulti regolare ed uniforme.

Anche se passati di moda, per la grande diffusione e offerta di prodotti alimentari già trasformati dall'industria e presenti attualmente sul mercato, ci si accorge che **utilizzando il mortaio per alcune operazioni culinarie (vedi la preparazione del pesto, di farce e di burri**

composti), il risultato è sovente superiore in freschezza e nel sapore. In realtà il mortaio risulta, come la ruota, un oggetto fondamentale per la storia dell'umanità.

Un tempo il mortaio offriva utili servigi sia al cuoco come all'alchimista ed al farmacista ea chiunque avesse necessità di frantumare, macinare e ridurre in polvere più o meno fine o a pestare ed a ridurre in purea.

Quasi simile al macinapepe è il **macinasale**: poiché i cristalli di cloruro sodico non liberano oli aromatici preziosi ed il sale si trova in commercio già macinato.

Il problema che il macinasale tende a risolvere è quello di rendere più agevole in tavola la salatura degli alimenti che risultino insipidi al gusto del commensale; a causa della igroscopicità del sale, cioè della sua caratteristica di assorbire l'umidità, risulta spesso difficile far uscire, dai forellini della capsula dello spargisale, i granelli di cloruro sodico, che si compattano in agglomerati più o meno grossi. 



25



WÜSTHOF

200
years of knivesMade in Germany
Solingen

www.wuesthof.com

Quality - Made in Germany/Solingen

Come approcciare menu *e ristoranti vegani*



di **Stefano Bonetto**
esperto di Normazione Tecnica
con il supporto di **Maria Lucia Sechi**
Auditor

LA CUCINA VEGANA È DI MODA: SE NE PARLA, SE NE SCRIVE SUI GIORNALI ED È RICERCATA DA UN PUBBLICO SEMPRE PIÙ NUMEROSO ED ESIGENTE. RAPPRESENTA QUINDI UN'OPPORTUNITÀ PER LA RISTORAZIONE

Non servono dati alla seconda cifra decimale, siamo di fronte ad un segmento non trascurabile sia in termini di valore sia in termini di capacità di spesa. Probabilmente oltre il 3% negli Stati Uniti ed oltre 1% in Italia, ed in entrambi i Paesi, per l'ambito dell'enogastronomia, parliamo di soggetti con reddito interessante e fascia di età coinvolgibile.

Consideriamo che siamo di fronte ad una delle parole più cliccate in internet (fonte attendibile di google n.d.r.) e ad uno degli argomenti più visibili nell'editoria specifica; infatti basta fare un giro nelle edicole delle grandi stazioni o negli aeroporti per rendersene conto. Le certificazioni specifiche crescono in modo esponenziale, in particolare nei Paesi a maggior reddito pro-capite (la Germania è in testa a moltissime classifiche di settore e questo è sempre un buon indicatore).

Interessanti anche i dati italiani, secondo le ricerche Eurispes (fonte attendibile e indipendente), questi stili comportamentali crescono di un punto percentuale all'anno. I vegetariani – cugini di riferimento – sono ormai un "piccolo esercito" di ben oltre il 7% della popolazione e sono portatori di "motivazioni" di lungo periodo: oltre un terzo giustifica la scelta con la sensibilità animalista, il rispetto dell'ambiente e l'attenzione alla salute.

Le ragioni di queste scelte di vita, per chi scrive, non sempre sono chiare e probabilmente, dati i numeri importanti, sono tutte presenti senza che una domini sulle altre. Alcune sono prive di riferimenti scientifici, ma hanno comunque un alto impatto emotivo e quindi sono molto efficaci; se dobbiamo citarne alcune, per dovere di

cronaca, possiamo ricordare: impatto ambientale delle produzioni zootecniche, l'incremento delle patologie croniche, le famose malattie virali di alcuni animali (vedi mucca pazza), l'idea del diffuso e massiccio uso di farmaci ed antibiotici nell'allevamento, il sovrappeso della popolazione, le nuove allergie.

Approcciare il mondo vegano nella ristorazione è un aspetto difficile che dovrebbe essere affrontato e pianificato con attenzione, queste le tre fasi fondamentali: uno specifico programma di formazione, il supporto di un esperto (la materia è veramente complessa e rischiosa), un progetto di comunicazione corretta e redditizia (probabilmente web-oriented). La formazione del personale, a tutti i livelli, è fondamentale, perché non parliamo solo di ricette, ma stiamo ragionando su modelli di comportamento e riferimenti valoriali di alcuni soggetti, e con differenti "approcci" all'interno dello stesso movimento, alcuni dei quali devono essere considerati al fuori dal nostro perimetro di influenza e sicuramente dai potenziali clienti, sia per numero sia per complessità. Quindi si deve pensare a un progetto formativo di tutte le persone coinvolte, con differenti obiettivi e percorsi, dal personale di sala a quello di cucina, al settore comunicazione sia interna sia esterna.

Il secondo aspetto, anch'esso determinante, è il supporto di una consulenza specialistica, sia perché i protocolli di lavoro non sono sempre specifici (più semplice è il modello Halal del quale si è già parlato in questa rubrica). La scelta migliore è quella di un ente specializzato che disponga di fonti informative certe (si pensi ad esempio agli enti di certificazione, magari collegati alle principali associazioni



del settore), che possono facilmente avere accesso alle schede prodotto o alla bibliografia per l'analisi dei materiali e delle lavorazioni. La scelta di un ente rispetto al consulente è auspicabile perché sono troppe le variabili (prodotti, contaminazione incrociata, ingredienti, processi di lavorazione a valle, asimmetria informativa, accessori, servizi come la pulizia, sanificazione o derattizzazione).

Una certificazione (per fortuna, in questo settore, ne esistono a costi contenuti che includono la forma del Mystery shopping, perfetta per la comunicazione) va oltre la semplice dichiarazione: è **una verifica dei requisiti ed una collaborazione continua con esperti che garantiscono il non utilizzo di ingredienti o prodotti di origine animale**, di non adozione di pratiche di test e sperimentazioni sugli animali al fine assicurare anche la non contaminazione con altri prodotti non vegani.

La comunicazione è poi essenziale e deve essere nel locale e su internet, studiata e coerente con il modello di locale scelto, normalmente nasce nella fase di formazione dove si raccolgono le idee e si definiscono gli obiettivi. Deve essere trasparente e difendibile, che non preveda nessun rischio di futuri problemi d'immagine e reputazionali. Sempre pensando al web, ricollegiamoci al concetto di Mystery shopping o audit in incognito e riprendendo il concetto ci troviamo di fronte ad un modello di clientela (e loro associazioni) molto evoluto e a volte aggressivo.

Per capire la complessità dell'argomento facciamo un breve excursus storico, anche per valorizzare l'importanza di una buona formazione.

Il termine veganismo, nasce per indicare una "filosofia di vita" basata sul rifiuto di ogni forma di sfruttamento degli animali (in particolare per alimentazione, abbigliamento, sport e spettacolo), per questo possono essere "identificati e certificati" non solo i prodotti alimentari, ma anche prodotti cosmetici, di abbigliamento, prodotti per la pulizia della casa e i servizi (ristorazione, caffetteria, spettacoli). La parola veganismo è la traduzione dell'inglese veganism, derivante da vegan, neologismo ideato nel 1944 da Donald Watson, fondatore della Vegan Society, associazione di riferimento nel settore. A lui si deve anche la nascita del termine vegan, che come lui stesso ha più volte ricordato, è una semplice abbreviazione di vegetarian infatti ne utilizza le prime tre e le ultime due lettere. Con la Vegan Society si conclude il dibattito nato all'inizio del '900 nel mondo vegetariano sul consumo dei prodotti derivati dal latte. Il primo novembre di ogni anno è la giornata mondiale vegana, (World Vegan Day – nata per celebrare la fondazione della prima Vegan Society).

La definizione corretta per identificare la dieta collegata a questo modello comportamentale è veganismo e la persona è indicata normalmente con il termine vegano. A volte è usato anche il vocabolo



"vegetalismo" e altre volte sono inseriti termini ancora più specifici relativi alla tipologia di dieta come quella legata esclusivamente alla frutta o che prevede solo cibi crudi.

All'interno del veganismo, come filosofia, si sviluppano più correnti, la predominante sostiene un concetto etico di base che richiede il rifiuto di acquistare, usare e consumare, per quanto possibile e praticabile, prodotti derivanti da sfruttamento e uccisione degli animali e prevede un comportamento partecipativo nella prevenzione di queste pratiche.

"Per quanto possibile e praticabile" è l'approccio moderato, infatti alcuni aspetti sono ineliminabili in un mondo moderno, il focus è quindi evitare ogni forma di sfruttamento e l'uccisione sistematica, intenzionale e non necessaria degli animali. Questo si traduce in una dieta specifica che rifiuta di ogni tipo di carne (inclusi pesce, crostacei e molluschi), latte e derivati e le uova. Sono inoltre da evitare prodotti come il miele e lo strutto, anche in forma di ingredienti nelle preparazioni, per esempio la pasta all'uovo o il brodo di carne. **Il problema è molto complesso, si pensi alla lettura delle etichette: sono moltissime le situazioni non chiare, così come i processi produttivi che possono contenere prodotti di origine animale, basti pensare alla concimazione.** Come dicevamo è quindi quasi sempre necessaria la consulenza di un esperto.

Mentre in passato il vegetalismo era dettato unicamente da principi religiosi, come nel Giainismo, e praticato solo nelle aree interessate a tali dottrine, come l'India, nel corso degli ultimi decenni è maturato un interesse verso il veganismo anche nei Paesi più ricchi e, come abbiamo ricordato, si sono aggiunte ragioni di altra natura.

Per concludere consideriamo anche gli aspetti positivi: il mercato c'è e gli strumenti pure! 🇪🇺

Uno speciale ringraziamento a www.ceitalia.com (per i loro progetti di certificazione e diffusione cultura nel settore)

Grandi eventi, *quotidiane fatiche*



di **Giovanni Guadagno**
www.abcuoco.it

LA NOSTRA SCUOLA ALBERGHIERA È DEPOSITARIA
DI UNA GRANDE TRADIZIONE DI OSPITALITÀ?
SÌ, ANCHE SE SEMBRIAMO DIMENTICARLO,
SOPRAFFATTI DA PICCOLE DIFFICOLTÀ E DISFATTISMI

Ci risiamo! Inesorabile e implacabile è iniziato un nuovo anno scolastico. I primi giorni di scuola mantengono comunque il clima disteso delle vacanze estive. Anche il dirigente scolastico, alias Preside dei tempi che furono, i collaboratori tecnici, alias bidelli, e persino i professori interagiscono fra loro e con gli alunni con una certa buona dose di cordialità.

Sappiamo durere poco e che presto dovremo scendere nella quotidianità della scuola fra spiegazioni, che costringeranno gli alunni a sforzare il loro intelletto per comprendere e quindi "sudare sui libri", ed esercizi, che metteranno a dura prova l'intelligenza di tutti. Un conto è, infatti, conoscere

l'argomento e altro è, invece, applicare correttamente teoremi e regole a soluzioni di problemi e casi pratici.

La difficoltà poi diventa timore nelle temute interrogazioni e verifiche, che negli istituti alberghieri di ogni ordine e grado si concretizzano anche attraverso prove pratiche non sempre di facile esecuzione.

Spesso, presi come siamo dai mille problemi lavorativi e non, perdiamo di vista gli obiettivi e il fine ultimo del nostro andare. Ognuno di noi ha, più di una volta nella vita, sognato di raggiungere un traguardo: singolarmente o insieme ad altri abbiamo abbracciato un ideale.

Poi, al solito, le cose

non vanno per il verso

giusto. Ci scontriamo

con la "dura" realtà

quotidiana e lo sguardo

cade pesantemente in

basso. Cadiamo in vortici di

sconforto e arranchiamo per

trovare una via d'uscita. Siamo figli

della nostra cultura umanistica e il quotidiano, nonché la soluzione dei problemi contingenti, ci distraggono dai grandi obiettivi che ci siamo posti almeno una volta nella vita.

In Italia è così per molti aspetti della vita sociale; due esempi su tutto: la scuola e il lavoro. Come affrontare le problematiche concrete e quelle esistenziali? Dobbiamo reagire abbandonando anzitutto il "me ne frego" e abbracciando definitivamente "il si può fare". Rinunciamo, una volta per tutte, alla posizione del "tanto non

cambia mai niente" per credere e sperare in un mondo migliore.

Obiettate pure che questo è idealismo puro ma indicatemi anche quale altra via volete seguire per garantire un futuro e un domani, non solo ai nostri figli, ma anche a noi stessi.

In questi ultimi anni la mancanza di una politica adeguata, che scegliesse cioè in quale direzione andare e non elargisse benefici a pioggia un po' su





tutti per tenerci buoni, è stata una delle mancanze più evidenti della nostra nazione. Tuttavia non possiamo però prescindere da uno sforzo personale: ognuno di noi nel proprio impegno quotidiano nel sociale e sul lavoro, nella scuola e in

famiglia, deve fare argine e contenersi e contenere il perdersi nel vortice dei problemi.

Come pensa Arturo nel romanzo di Elsa Morante "L'isola di Arturo" anche noi non desideriamo più sapere e quindi il nostro sguardo è basso e nemmeno vediamo la punta dei nostri piedi.

L'Italia è la culla della cultura e del turismo mondiale. Nella nostra scuola alberghiera siamo depositari di una grande tradizione di ospitalità e accoglienza. Se abbiamo, come pragmaticamente è corretto affermare, in



tutto, o in parte, smarrito questa via, dobbiamo ritrovarla, senza nostalgie o revanchismi, e costruire intorno ad essa nuovi percorsi.

La scuola alberghiera trasmette uno stile di vita, un modo di relazione con gli altri oltre a tutte le tecniche necessarie per svolgere il proprio lavoro in modo professionale. Ci dobbiamo credere e soprattutto non lasciare che alcuno ci sottragga il nostro sogno di un mondo migliore. 🇮🇹



IPSE DIXIT

Elsa Morante - L'isola di Arturo

"Tutti quanti si occupavano di cose semplici, naturali. Solo io andavo seguendo dei misteri terribili e straordinari, che forse nemmeno esistevano e che, inoltre, non desideravo più di sapere"

29

AZIENDE INFORMANO

Base Protection: le calzature professionali approvate dalla F.I.C.



Un estenuante lavoro, sempre in piedi, in spazi stretti e caldi, con scarse possibilità di riposarsi. Dalla collaborazione tecnica tra **Base Protection** e FIC nasce una linea di calzature professionali comode e traspiranti. Un prodotto di qualità, **made in Italy**, **"Approvato dalla FIC"**, **scelto dalla NIC**. Per esprimersi ad alti livelli – dice il team manager Daniele Caldarulo – è necessario lavorare senza sentire la stanchezza, per dedicarsi alla preparazione dei piatti con più concentrazione, riducendo i margini di errore, esaltando le proprie capacità. Base Protection, inoltre, rende piacevole il rispetto di un obbligo legislativo: indossare scarpe antinfortunistiche in cucina".

La comodità è il risultato di tecnologie brevettate da Base Protection. La suola defaticante **Tpu-Skin®** agisce su leggerezza, effetto ammortizzante, flessibilità e distribuzione del peso del corpo, aspetti migliorati dalla riduzione del battistrada (la parte più dura e rigida della scarpa), ottenendo più spazio per l'intersuola AirTech soffice ed elastica.

Il plantare traspirante **Dry'n Air®** risolve problemi di sudorazione e caldo. Un circuito di canalizzazioni e fori favorisce l'ingresso di aria fresca, rimuovendo calore ed umidità. Sul piano della sicurezza la suola Tpu-Skin® risponde al rischio di scivolare sui pavimenti unti e bagnati. È realizzata con una miscela ad alta resistenza allo scivolamento, dotata di ramponi disegnati per favorire l'espulsione dell'acqua verso l'esterno, scongiurando la perdita di aderenza.

Agli chef tesserati FIC Base Protection offre uno sconto del 25% acquistando online su **www.baseprotection.com**



BASE - Via dell'Unione Europea, 61 - 76121 BARLETTA (BT) Italy



Il pesce fresco è sempre *pesce "naturale"?*



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

GLI ADDITIVI: CONSENTITI IN ALCUNI CASI E DEFINITI PER LEGGE, NON HANNO UN UTILIZZO SEMPRE LIMPIDO. PER FARE UN PO' DI CHIAREZZA, SIMEVEP ED EUROFISHMARKET CHIEDONO LA COLLABORAZIONE DEI CUOCHI

È possibile "rivitalizzare" un pesce marcio o parlare di "doping" per indicare gli additivi? È vero che il pesce fresco non deve avere più di 7 giorni e che può essere "additivato" con cadmio e mercurio? E ancora, il pesce "trattato" nasconde sostanze nocive per la salute?

Partiamo dal presupposto che in Italia da sempre sono numerosi i controlli e le verifiche degli additivi su tutto il territorio nazionale da parte degli Organi addetti e che i servizi veterinari competenti per territorio svolgono un forte ruolo di prevenzione utile a monitorare il territorio verificando costantemente gli impianti di lavorazione ed informando gli operatori in materia.

Già nel 2004 Eurofishmarket aveva pubblicato un'indagine utile ad evidenziare l'utilizzo di queste miscele di più additivi scelte a seconda degli obiettivi (trattenenti di umidità, sbiancanti, lucidanti, aumento shelf life, ecc) e specifiche per determinate tipologie di prodotti ittici.

Prendendo come esempio **il Cafados, una delle numerose miscele di additivi utilizzati nei prodotti ittici:** questa contiene una miscela di

acido citrico, citrato di sodio e perossido di idrogeno (quest'ultimo vietato nei prodotti ittici). Viene utilizzato come sbiancante, conservante e battericida anche se in realtà aiuta a fare aumentare anche il peso del prodotto trattenendo l'umidità.

Per capire il reale effetto di tali miscele ne vanno sempre ricercati i singoli additivi. Per farlo bisogna conoscere i vari composti. Per il Cafados è possibile rintracciare l'acido citrico



Ricordiamo che, come dice la Norma vigente, "L'utilizzo degli additivi deve rispondere ai seguenti criteri", puntuali e rigorosi:

- devono essere autorizzati e possedere i requisiti di purezza prescritti;
- devono rispondere ad una necessità tecnologica;
- non devono indurre in errore il consumatore, anzi devono presentare un vantaggio;
- possono essere utilizzati nei casi e con le dosi massime consentite;
- devono essere etichettati in conformità a quanto previsto dalla normativa, se ingredienti"

È evidente che se non rispettano i suddetti criteri non possono essere leciti.

ed i suoi sali ma non il perossido d'idrogeno, la cui presenza al momento non è possibile verificare analiticamente (anche se alcune ricerche hanno dimostrato la possibilità, a breve, di identificarlo). Impossibile ad oggi anche una ricerca adeguata dei polifosfati. Inoltre gli Organi di Controllo ricercano anche la presenza di eventuali confezioni sospette di queste miscele negli stabilimenti di produzione/trasformazione. Infatti normalmente queste ultime sono in sacchi da 25 kg o in fustoni da 25



litri e vengono conservate in luoghi freschi ed asciutti al riparo dalla luce.

Nessuno è in grado di potere identificare un prodotto trattato con additivi di questo genere da uno non trattato: non è possibile neppure per un tecnico specializzato fare questa distinzione macroscopica. **Si può solo comprare da dettaglianti di fiducia e leggere il cartellino esposto sui prodotti alla vendita al dettaglio** (segnalare gli additivi è infatti obbligatorio!).

Sicuramente va ricercato l'eventuale utilizzo illegale degli additivi non ammessi nei prodotti ittici. SIMEVeP ed Eurofish-market stanno collaborando con diversi tavoli di lavoro e con numerose autorità di ricerca e di controllo per fare un po' di chiarezza in tale ambito, cercando la collaborazione di tutti gli addetti ai lavori.

Sarebbe importante che i cuochi segnalassero alla Federazione ed ai loro fornitori eventuali non conformità in etichetta ma soprattutto sul prodotto poiché spesso nella cottura o in determinate preparazioni, le specie ittiche trattate danno una resa differente, spesso negativa per peso e per consistenza, a quelle non trattate. Oltre all'utilizzo di attivi utili a fare durare di più il prodotto o renderlo di un colore più gradevole, infatti, ci sono quelli utili ad ottenere un maggiore assorbimento di acqua (es. aggiunta non dichiarata di polifosfati). Molti degli additivi sopracitati sono consentiti sia nel prodotto ittico fresco che in quello congelato o trasformato. **Il consiglio è quello di leggere l'etichetta della confezione o cassetta, comprare da fornitori di fiducia e comunque di confrontarsi con i fornitori in caso di dubbi o risultati differenti sulla materia prima normalmente acquistata.** 🇪🇺



Sinfonia di sapori e consistenze



di **Giuseppe Giuliano**
Maestro di cucina e pasticcere
foto di **Giovanni Vernengo**

È LA “BASE SEMIFREDDO” IL PUNTO DI PARTENZA
PER QUESTA COMPOSIZIONE DI CREMA, MOUSSE,
BISCOTTO E GLASSA, CAFFÈ, CACAO, MANDORLE...
ELEMENTI DIVERSI CHE CREANO UN CONCERTO DI DOLCEZZA

Proseguingo il nostro viaggio nel dessert al piatto, in questo numero presento una ricetta in cui, nella disposizione nel piatto, i sapori, le essenze e le fragranze delle varie preparazioni verranno miscelate.

Nell'ultima rubrica sono stati dati dei cenni sul bilanciamento delle mousse alla frutta a base di meringa italiana, mentre in questa offro dei cenni sulla composizione delle mousse alla “crema” che abbia come elemento principale la “base semifreddo” (ciò non toglie che con la “base semifreddo” si possano realizzare anche delle mousse al gusto di frutta).

Per la “base semifreddo” occorrono mediamente 185 gr di tuorlo d'uovo, 455 gr di zucchero e 155 gr di acqua, che abitualmente sostituisco con liquori, vini liquorosi o, nel caso abbia il gusto di caffè, con un buon espresso non molto ristretto.

Lo zucchero si fa cuocere con il liquido fino a una temperatura di 121°C e va versato a pioggia sui tuorli montando il tutto in planetaria fino a raffreddamento. Questo procedimento annulla la tecnica classica di montare i tuorli nel “polsonetto”.

Alla “base semifreddo” ottenuta di circa 640 gr, possiamo aggiungere il doppio della panna fino ad arrivare al 150% (1600 gr di panna poco montata) in più rispetto al peso della “base semifreddo”; la panna va aggiunta senza zucchero perché compensata da quello esistente nella “base semifreddo”. Per la gelatina sono da considerare circa 11 gr per kg di prodotto finito (“base semifreddo” + panna + pasta aromatizzante che può essere pistacchio, nocciola, noci, ecc.).

Per quanto riguarda le paste da aggiungere, esistono composti più o meno aromatici, quindi è consigliabile seguire la

descrizione riportata e consigliata dall'azienda produttrice. Prendendo ad esempio la realizzazione di una mousse al pistacchio: 640 gr di “base semifreddo” (usando come liquido per la cottura dello zucchero il rosolio al pistacchio), 1600 gr di panna poco montata senza zucchero, 25 gr di gelatina, 165 gr di pasta pistacchio.

Si precisa che le proporzioni degli ingredienti delle mousse sopra elencate sono da considerare indicative e quindi possono essere personalizzate a proprio piacimento. Il dessert presentato è stato preparato utilizzando diverse tecniche per realizzare creme al cioccolato. 🍫

COMPOSIZIONE:

- **Biscotto croccante caffè al burro di cacao**
- **Biscuit al cacao e miele di castagno**
- **Creme leggere al cioccolato fondente e latte**
- **Salsa caramello profumata al caffè**
- **Pan dolce alle mandorle e caffè**
- **Bavarese alla vaniglia**
- **Mousse al cioccolato bianco**
- **Glassa al cioccolato bianco**
- **Salsa al cioccolato fondente**
- **Esplosione di mais salato dolce**
- **Decorazione con “vermiglioni” di cioccolato**

Biscotto croccante caffè al burro di cacao**Ingredienti**

300 gr *polvere di pasta frolla*
 85 gr *circa di burro di cacao sciolto*
 15 gr *caffè (macinato fresco)*

Procedimento

Miscelare la polvere di pasta frolla con il caffè in polvere, unire il burro di cacao sciolto (la miscela deve risultare corposa ma che si possa facilmente “appiattire”). Stendere uno strato sottilissimo su un foglio di carta siliconata, mettere un altro foglio di carta siliconata sopra e con un mattarello “stirare”. Appena sta per rapprendersi tagliare dei rettangoli o altra forma desiderata. Raffreddare.

Biscuit al cacao e miele di castagno**Ingredienti**

540 gr *albumi*
 360 gr *tuorli*
 135 gr *farina*
 125 gr *fecola*
 30 gr *cacao*
 145 gr *zucchero*
 150 gr *miele di zagara*
 35 gr *farina di mandorla setacciata*

Procedimento

Montare gli albumi a neve con metà dello zucchero e qualche goccia di limone. A parte, agitare con una frusta energicamente i tuorli con lo zucchero e il miele. Unire delicatamente agli albumi i tuorli e le farine setacciate con il cacao. Stendere il composto ad uno spessore di cm 0,5 e infornare a 230°C per circa 5/6 minuti facendo attenzione a non farlo cuocere troppo.

Crema leggera al cioccolato fondente e latte**Ingredienti per la crema base**

650 gr *latte intero*
 350 gr *panna fresca pastorizzata al 35% di grassi*
 185 gr *tuorli d'uovo*
 265 gr *zucchero*
 55 gr *farina*
 35 gr *amido di grano*
 5 gr *colla di pesce*
 1 *baccello di vaniglia*

Procedimento

Bollire il latte con metà dello zucchero e la vaniglia. A parte preparare una miscela con le farine, lo zucchero (rimanente), la panna e i tuorli, mescolare con l'ausilio di una frusta evitando di formare i grumi. Appena il latte bolle, togliere dalla fonte di calore e unire mescolando energicamente la miscela preparata precedentemente, rimettere sul fuoco e riportare la crema a bollore. Colare la crema in un contenitore, coprire con un foglio di carta impermeabile per uso alimentare e abbattere di temperatura in positivo. Appena la crema raggiungerà la temperatura di + 3°C, passare a setaccio. ►



Ingredienti per la crema al cioccolato fondente

485 gr	di crema base
85 gr	di meringa italiana
525 gr	di cioccolato fondente al 70% di massa cacao
1465 gr	di panna non troppo montata

Procedimento

Sciogliere il cioccolato e unire delicatamente alla meringa italiana. Unire il composto preparato alla crema base, mescolando ed evitando che il cioccolato cristallizzi.

Unire per ultimo la panna non troppo montata.

Lo stesso procedimento vale per la crema al cioccolato al latte, nella grammatura cambia solo la quantità di cioccolato al latte da inserire che sarà di 625 gr. Mentre per tutti gli altri ingredienti la grammatura rimarrà invariata.

Pan dolce alle mandorle e caffè**Ingredienti**

955 gr	farina 00 / 280 W
13 gr	latte in polvere
25 gr	cacao
20 gr	caffè in polvere
30 gr	lievito di birra
350/400 gr	circa di acqua
175 gr	tuorli d'uovo
225 gr	burro
245 gr	zucchero
20 gr	sale
1	bacca di vaniglia
170 gr	fogliame di mandorle appena tostato

Procedimento

Miscelare la farina con il cacao, il caffè in polvere e la vaniglia (inci- dere il baccello di vaniglia, mettere i semi che ci sono all'interno). Aggiungere il lievito e impastare con l'acqua, aggiungere i tuorli e fare incordare il composto. Aggiungere il burro a pezzettini e con- tinuare a impastare, aggiungere il sale e lo zucchero e per ultimo il fogliame di mandorle. Fare "puntare" l'impasto per circa 30 minuti, stendere in una teglia, fare lievitare, prima di infornare bucherellare l'impasto con uno spiedino inox. Infornare a 180°C in camera. Raffreddare.

Salsa caramello profumata al caffè**Ingredienti**

500 gr	zucchero
135 gr	glucosio
100 gr	caffè espresso
50 gr	acqua
195 gr	panna fresca pastorizzata al 38% di grassi

Procedimento

Cuocere lo zucchero con il caffè e l'acqua, appena la cottura dello zucchero arriva ad una colorazione "caramello" (ma non brucia- to) allontanare il pentolino dalla fonte di calore, unire la panna bollente e mescolare in modo che lo zucchero si misceli bene con la panna. Rimettere sul fuoco lo zucchero e ridurre la salsa fino a portare il composto alla densità voluta. Facoltativamente, potete aggiungere su 75 gr di salsa caramello 25 gr di gelatina neutra (a freddo) per renderla ancor più lucida oltre ad evitare che la salsa cristallizzi in superficie.

**Bavarese alla vaniglia****Ingredienti**

350 gr	latte intero
155 gr	panna fresca pastorizzata al 35% di grassi
85 gr	tuorli
145 gr	zucchero
1	baccello di vaniglia
1475 gr	panna montata





Procedimento

Pastorizzare il latte con la panna, metà dello zucchero e la vaniglia. Mescolare energicamente i tuorli con lo zucchero, stemperare con un mestolo di latte e panna caldi e versare i tuorli sulla miscela di panna e latte

caldo, mescolare e pastorizzare per almeno 20 minuti a 80°C. Ottenuta la pastorizzazione, passare a colino e unire la colla di pesce ammollata precedentemente e sciolta a microonde. Raffreddare la miscela fino ad una temperatura di 30°C, unire la panna montata e colare in forma.

Mousse al cioccolato bianco

Ingredienti

735 gr cioccolato bianco al 38% di burro cacao
490 gr panna
1050 gr panna poco montata

Procedimento

Sciogliere il cioccolato a microonde, unire la panna tiepida ed emulsionare. Incorporare per ultimo la panna poco montata.

Glassa al cioccolato bianco

Ingredienti

330 gr panna fresca pastorizzata al 35% di grassi
175 gr latte intero
1 bacca di vaniglia
110 gr glucosio
17 gr colla di pesce
1365 gr copertura bianca

Procedimento

Fare bollire il latte con la panna e il glucosio, aggiungere la colla di pesce precedentemente ammollata e versare sul cioccolato a pezzi, emulsionare, lisciare e glassare ad una temperatura di circa 29°C.



Salsa al cioccolato fondente

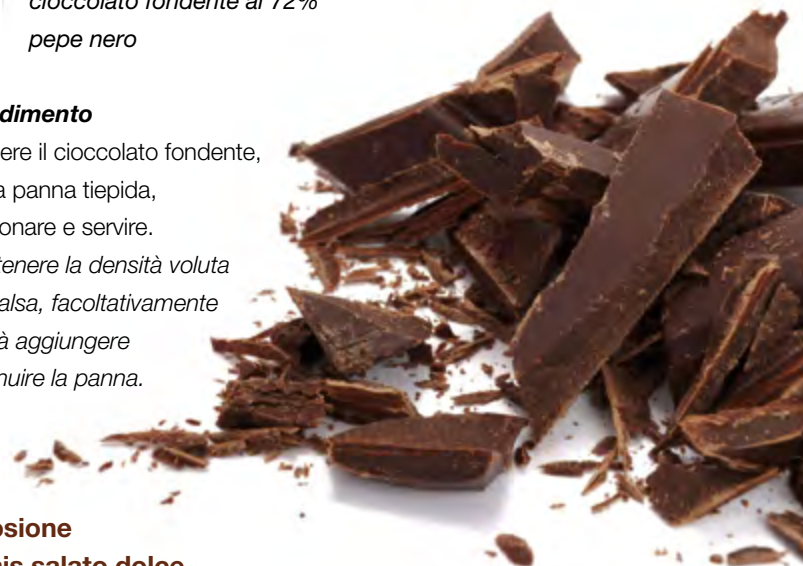
Ingredienti

515 gr panna
305 gr cioccolato fondente al 72%
0,5 gr pepe nero

Procedimento

Sciogliere il cioccolato fondente, unire la panna tiepida, emulsionare e servire.

Per ottenere la densità voluta della salsa, facoltativamente si potrà aggiungere o diminuire la panna.



Esplosione

di mais salato dolce

Ingredienti

50 gr di mais (per pop corn)
7 gr sale
14 gr zucchero

Procedimento

Stesso procedimento per realizzare i pop corn solo che il mais deve essere miscelato con lo zucchero e il sale.

Composizione del dessert

In un riquadro inox alto 2,5 cm intercalare gli strati con crema al cioccolato fondente, biscuit al cacao e miele e crema al cioccolato a latte. Abbattere di temperatura, tagliare dei rettangoli e unire a sandwich con dei biscotti della stessa misura "al burro di cacao" in cui è stato spalmato un velo sottilissimo di salsa al caramello per fare aderire al rettangolo di crema cioccolato fondente e a latte. Versare in un piatto rettangolare la salsa caramello e tirare con un "pettine" in silicone alimentare, posizionare il dessert. Nell'altra estremità del piatto versare una virgola di salsa cioccolato fondente, posizionare una moneta del Pan dolce alle mandorle e caffè, sopra poggiare una moneta di bavarese e sopra ancora una mezza sfera di mousse al cioccolato

bianco, glassato al cioccolato avorio e ricoperto con "esplosione di mais salato dolce".
Finire con una guarnizione di "vermiglioni" in cioccolato.

Controcorrente, *per le strade del mondo*

VIVE IN FLORIDA DAL 2013 MA SOGNA
DI APRIRE UN SUO RISTORANTE
A ROMA, DOVE RACCONTARSI
ATTRAVERSO PIATTI CHE ABBIANO
LA TRADIZIONE NEL CUORE E UNO
SPIRITO INTERNAZIONALE

a cura di **Alessandro Circiello**

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 79



Leonardo La Cava

Oltre che una chiamata irresistibile, per me la cucina è stata una scelta coraggiosa e controcorrente. Sono nato da una famiglia di avvocati, a Roma, e ho interrotto la tradizione familiare nella giurisprudenza per dedicarmi, sin dall'adolescenza, a studi e sperimentazioni culinarie. Dopo questa prima formazione da autodidatta, ho deciso di raffinare le mie competenze frequentando i corsi di ALMA, con l'obiettivo di potermi fare portavoce della cucina italiana nel mondo. Seguono varie esperienze in ristoranti stellati e non, e in strutture alberghiere di prestigio, fino a quando ho deciso di trasferirmi negli Stati Uniti, in Florida, dove dal 2013 svolgo attività di consulente nell'organizzazione di eventi. Ho tanti sogni nel cassetto, compreso quello di tornare in Italia e aprire un ristorante nella mia città natale, in cui proporre menù dalla duplice impronta: amore per la tradizione e toni innovativi internazionali, acquisiti e fatti miei nei Paesi che ho visitato.



Antipasto

UOVA POCHÉ, CREMA DI PISELLI E COZZE

Ingredienti per 4 persone

300 gr piselli freschi, 20 cozze fresche, 1/2 patata, 1/2 cipolla bianca, 1 rametto di menta fresca, q.b. olio extra vergine di oliva, q.b. aceto di vino bianco, q.b. sale e pepe nero al mulinello

Procedimento

Portare a 92°C l'acqua acidulata. Immergere le uova dopo aver creato un "vortice" nell'acqua, in modo che si chiudano subito su se stesse. Scolare e raffreddare. Conservare in acqua salata. Pulire le cozze privandole del filamento e raschiarle. Aprirle in casseruola a fuoco vivo senza alcun condimento. Filtrare il liquido e conservare. Sgusciare le cozze.

Per la crema di piselli

Sgusciare i piselli e raccoglieteli in una pentola alta. Sbucciate le cipolle, tagliarle a pezzi grossi e unire. Aggiungere la patata sbucciata e tagliata in grossi pezzi e coprire con acqua fredda. Far cuocere a fuoco vivace con il coperchio socchiuso. Quando la patata sarà morbida, spegnere, aggiungere la menta e frullate tutto nel mixer, aggiungendo olio extravergine di oliva a filo, fino ad ottenere un'emulsione. Regolare di sale e pepe e passare allo chinois.

Finitura e presentazione

Posizionare 5 cozze con il loro liquido nei piatti. Adagiare l'uovo poché al centro. Nappare con la salsa di piselli. Guarnire con una macinata di pepe nero al mulinello.

Primo piatto

RISOTTO CON GAMBERI ROSSI, CONCASSEA DI POMODORO E CLOROFILLA DI RUCOLA

Ingredienti per 4 persone

320 gr riso carnaroli "Acquerello", 100 gr burro, 80 gr grana padano, 1,2 lt brodo vegetale, 100 gr gorgonzola dolce, 50 gr vino bianco

Procedimento

Tostare il riso con pochissimo burro per circa 3 minuti. Bagnare con il vino bianco e lasciar sfumare. Aggiungere il brodo bollente, un pizzico di sale e portare a cottura. Sciogliere il gorgonzola a bagnomaria con poco latte. Togliere dal fuoco, far riposare per 30 secondi e mantecare con burro, grana e con la purea di rape rosse. Quando è ben cremoso stendere nel piatto

Finitura e presentazione

Stendere il riso nel piatto quando ben cremoso. Con l'aiuto di un cucchiaino, ultimare il piatto con degli schizzi di gorgonzola.

37



Secondo piatto

TRIGLIE COTTE SULLA PELLE, PRESCINSEUA E SALSA ALLE ERBE DI CAMPO

Ingredienti per 4 persone

8 triglie da 150 gr circa l'una, 300 gr cavolo nero, 140 gr cicoria, 140 gr borragine, 60 gr formaggio Prescinseua, q.b. olio extravergine di oliva, q.b. sale

Procedimento

Per la salsa

Pulire e lavare le erbe di campo. Cuocerle in acqua salata. Scolarle e frullare nel mixer con olio, fino ad ottenere una salsa setosa. Aggiustare di sapidità.

Per le triglie

Squamare, pulire e lavare le triglie. Sfilettarle. Salare e rosolare i filetti di pesce dalla parte della pelle in una padella con olio. Girarli e terminare la cottura.

A parte condire la Prescinseua con olio e sale

Finitura e presentazione

Stendere la salsa a specchio in piatti individuali. Adagiarvi al centro una quenelle di Prescinseua. Posizionare sopra i filetti di triglia. Guarnire a piacimento con erbe aromatiche.



Dolce

PERE MARTINE, ZABAIONE AL MOSCATO E CHINOTTO DI SAVONA

Ingredienti per 4 persone

8 pere Martine di piccola dimensione, 250 gr latte fresco, 60 gr zucchero semolato, 3 tuorli d'uovo, il succo di un limone, 50 gr Moscato, 10 gr farina, 8 spicchi chinotto di Savona candito

Per lo sciroppo di cottura delle pere

500 gr acqua, 150 gr zucchero semolato

Procedimento

Lavare e pelare le pere, mettendole subito in acqua acidulata. Fatto bollire lo sciroppo in una casseruola, adagiarvi le pere e cuocerle in forno a 180°C per 30 minuti circa.

Per lo zabaione al Moscato

Scaldare il latte in un pentolino. Nel frattempo sbattere i tuorli con lo zucchero e la farina. Versarvi in tre volte il latte caldo frustando continuamente. Riportare il pentolino sul fuoco e cuocere mescolando per 5-6 minuti. Togliere dal fuoco non appena si sarà addensato diventando spumoso. Stemperare con il Moscato.

Finitura e presentazione

Stendere a specchio lo zabaione nei piatti, dopo averlo inserito in un sifone. Incidere verticalmente le pere in modo da permetterne l'apertura a mò di ventaglio. Inserire due spicchi di chinotto candito per piatto.



RUMMO

MAESTRI PASTAI
IN BENEVENTO DAL 1846

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

pastarummo.it





Francesco Mazzei

Non solo chef ma promotore della cucina italiana all'estero

LA FEDERAZIONE ITALIANA CUOCHI
SI OCCUPA DELLA TUTELA DELLA
CUCINA TRADIZIONALE ITALIANA
E DEI SUOI INGREDIENTI ANCHE
NEL REGNO UNITO, GRAZIE AD UNA
DELEGAZIONE ATTIVA DAL 2012

Molti l'hanno visto a Celebrity MasterChef o nei programmi televisivi Market Kitchen e Saturday Kitchen sulla BBC. Molti palati lo apprezzano tutti i giorni all'Anima Restaurant. Stiamo parlando del rinomato chef Francesco Mazzei, presidente della delegazione del Regno Unito della Federazione Italiana Cuochi.

Ma che cosa si nasconde dietro alle sue deliziose creazioni? Passione, tradizione e dedizione.

Sin da piccolo Francesco si aggirava in cucina e in compagnia della madre preparava la salsa di pomodoro e prodotti caserecci. È a 9 anni che per comprare i primi jeans Levi's, Francesco decide di lavorare nella Gelateria dello zio, imparando l'arte pasticceria e la lavorazione del gelato. Il suo talento viene presto riconosciuto dal celebre chef Angelo Sabetta che lo incoraggia ad intraprendere la carriera di cuoco.

Dopo aver frequentato la scuola alberghiera, Francesco apre il suo primo ristorante nel 1992. Dopo questa esperienza si trasferisce a Roma dove lavora per la Ciga al Grand Hotel et De Roma.

La voglia di perfezionarsi e di migliorare il suo inglese lo porta oltre Manica, dove corona il sogno di lavorare al mitico Hotel Dorchester. Dopo 4 anni ritorna a Roma presso il ristorante Stella Michelin Eden Terrazza, all'ultimo piano dell'hotel Eden con la splendida visuale sulla capitale. Dopo Roma si sposta al Santini di Milano ed Edimburgo come executive chef.

Prima di spostarsi a Bangkok per lanciare il ristorante italiano al Royal Sporting Club, ritorna a Londra dove cucina a fianco di Alan ►



41



Yau diventando head chef al ristorante italiano Anda a Marylebone, collaborando come chef consultant di Hakkasan Londra, Miami ed Istanbul e Yauatcha Londra e Mumbai. Nel settembre 2005 Francesco apre Franco su Jermyn Street per conto della famiglia Hambro, ristorante acclamato dalla critica.

La sua carriera prosegue con l'apertura della cucina del St Alban dei noti ristoratori Chris Corbin e Jeremy King. Si occupa inoltre del lancio della catena Princi, famosa panetteria italiana nel cuore di Londra e dello sviluppo del concept italiano Istanbuldoors. Nel 2008 fonda il ristorante L'Anima acclamato da subito da tutta la critica del settore.

Possiamo considerare Francesco Mazzei un promotore attivo della tradizione culinaria italiana. È ambasciatore di Slow Food Uk e del Welsh Lamb Club che fa capo al principe Carlo di Inghilterra, oltre ad essere ambasciatore della 'nduja e del bergamotto e brand ambassador Grana Padano in Uk.

Francesco si rivela una figura instancabile e costantemente attiva che non dimentica le sue origini, soprattutto in cucina. In ogni sua ricetta ritroviamo i sapori autentici del sud che ora possono essere gustati anche nella sua ultima creazione, L'Anima Cafe, locale informale in Appold Street recentemente inaugurato a Londra. 🇮🇹

LA F.I.C. E IL TRIONFO DELLE SPECIALITÀ CULINARIE ITALIANE A WELCOME ITALIA

La Federazione Italiana Cuochi si occupa della tutela della cucina tradizionale italiana e dei suoi ingredienti e dal 2012, grazie all'impegno costante dello chef Francesco Mazzei, ha iniziato ad operare anche all'estero fondando la delegazione UK, che è attiva oltre Manica. Da sempre l'organizzazione promuove iniziative ed eventi di carattere culinario, non ultima Welcome Italia, il festival enogastronomico dedicato alle eccellenze Italiane organizzato dalla Camera di Commercio Italiana per il Regno Unito, la cui seconda edizione si è svolta dal 26 al 28 settembre presso la Royal Horticultural Halls di Londra. La manifestazione è un omaggio alla dieta mediterranea e alla tradizione italiana e la F.I.C. è lieta di poter dare il proprio contributo a Welcome Italia con i suoi rappresentanti d'eccezione. È un trionfo di profumi e di sapori autentici. Welcome Italia apre le porte ai Londinesi e ai buongustai offrendo uno scorcio sulle meraviglie che il Bel Paese è in grado di offrire.

The Francesco Mazzei's recipe

LASAGNA PASTACHINA

Ingredients for 4 people

Mozzarella fior di latte, mosto cotto

1. Tomato sauce

50 g carrot, 50 g celery, 100 g onion, 3 kg of peeled tomatoes, 50 ml olive oil, 50 g basil

Roughly cut carrot, celery and onion. In the pot sweat the vegetables with olive oil and add garlic. After 5 minutes add tomatoes and basil. Cook it for about 1.5 hours stirring from time to time. Pass the sauce through the mouli.

2. Tomato fondue

250 g peeled tomato, 5 shallots, 100g butter, salt & pepper.

Cook the whole shallots with the skin in the oven at 170 degrees until soft. Remove the skin before mixing the shallots in a pan with the peeled tomatoes (without the



juice of the tomatoes). Cover with tin foil and cook at 150 degrees in the oven for approximately 30-40 minutes. Once the tomatoes are nice and dry, blend them with the butter until you get a nice velvety emulsion. Season with salt and pepper.

3. Pasta dough

Egg pasta dough

250 g “00” flour, 250 g hard durum wheat flour, 5 whole eggs, water (if needed).

Mix “00” flour and durum wheat in the mixer, before adding the eggs. Add water if needed. Put the dough on the table and knead until the dough is smooth. Wrap it in a cling film and let it rest in the fridge for at least 1 hour.

Egg & nettle pasta dough

250 g “00” flour, 250 g hard durum wheat flour, 200 g raw nettle, 4 whole eggs.

Wash the nettle. Cook in salted boiling water for approximately 20 seconds and cool in an ice bath. Drain nettle and squeeze out any excess water. Blend the nettle until you get a creamy mixture. Mix “00” flour, durum wheat and nettle in the mixer and add eggs. Put the dough on the table and knead until the dough is smooth. Wrap it in a cling film and let it rest in the fridge for at least 1 hour.

Cooking the lasagne sheets

With a pasta machine, roll out the both pasta doughs (1mm thick) and cut into long stripes. Cook in salted boiling water ►



NOVITÀ



Più che paste, nuove idee da far fruttare.

Tenetevi pronti a scatenare la vostra creatività con le paste ripiene di frutta Laboratorio Tortellini!

Gli inediti **Panzerotti con ricotta e agrumi** sono la novità Surgital che si aggiunge ai **Fiocchi formaggio e pere** e alle **Margherite alla mela**, tre prodotti unici nel panorama della pasta fresca surgelata, dedicati a chi cerca di offrire sempre menù nuovi e originali.

La pasta incontra la frutta: ne penserete delle belle.

Laboratorio Tortellini è un marchio



L'Italiana preferita dallo chef.

for approximately 40 seconds. Remove the sheets and cool in iced water before letting them dry on a kitchen towel.

4. Béchamel Sauce

65 g butter, 1 l milk, 70 g flour, 2 g salt, nutmeg.

Bring the milk to boil with a pinch of nutmeg and salt. In the meantime prepare a roux with butter and flour. When the milk is ready add it slowly to the roux stirring all the time with a whisk. Let the béchamel boil for about 5 minutes. Then take it off the heat but leave in a hot bath ready to use.

5. Meat stripes

150 g mince beef, 150 g mince veal, 200 g bread, 20 g parsley, 1 garlic glove, 50 Grana Padano, 1 egg, 100 g sweet paprika, milk, salt & pepper.

Soak bread in the milk. Squeeze the bread to remove any excess milk. Mix the bread, meat, parsley and garlic together before mincing. Then add Grana Padano, egg, sweet paprika and season with salt and pepper. Roll out the mixture into long stripes.

6. Spinach & ricotta stripes

300 g raw spinach, 150 g ricotta, 50 g egg yolk, 50 g Grana Padano, salt & pepper.

Wash spinach; boil it in salted water for approximately 20 seconds and cool in an ice bath. Drain spinach and squeeze out any excess water. Blend the spinach with ricotta, egg yolk, Grana Padano. Season with salt and pepper. Line a baking tray with greaseproof paper, then spread the mix evenly on the tray. Cook in the steam oven for approximately 10min. Leave to cool down before cutting it into long stripes.

7. Eggs

36 free quail eggs.

In salted hot boiling water hard boil the quail eggs for 4 minutes. Once peeled cut them in half.

8. Aubergine

1 purple aubergine.

Cut the aubergine lengthwise in segments and then coat in "00" flour and fry in a pan from both sides until nice and golden.

9. Grana Padano fondue

330 g single cream, 300 g grated Grana Padano.

Pour Grana Padano and cream into the Thermomixer and mix until you get a smooth consistency (approx. 10min).

10. Peas

200 g Fresh peas.

Clean the peas, start with salted cold water and bring it up to boil. Cool down.

11. Pesto cream

4 bunches of basil, ¼ garlic glove, 15 pinenuts, 30 g Grana Padano, 50 g olive oil, 100 g celeriac.

Clean the peas, start with salted cold water and bring it up to boil. Cool down.

Assemble and serve lasagna

In a baking tray spread some butter on the bottom to avoid the pasta sticking to the tray.

Start to layer the lasagna. As a first layer use the pre-cooked yellow pasta sheet. Spread tomato sauce and béchamel sauce on the pasta. Start to alternate a stripe of meat, spinach, quail eggs and fried aubergine. Add Grana Padano cheese on the top, peas and mozzarella. For the second layer use nettle pasta and repeat the process. Repeat the above steps once again.

You should use 4 layers of pasta and 3 layers of fillings.

On the last layer spread tomato sauce, béchamel sauce and Grana Padano.

Cook at 150 degrees in the oven for approximately 20 minutes. Let it cool down in the blast chiller.

Cook at 150 degrees in the oven for approximately 20 minutes. Let it cool down in the blast chiller. Sliced the lasagne into pieces (4 cm wide x 15 cm long).

Cook at 185 degrees in the oven for approximately 20 minutes.

Before serving, pan-fry one side of the lasagne. Regenerate it in the oven for 10 minutes and serve with tomato fondue, Grana Padano fondue and pesto cream. Garnish with a basil leaf.

Lady Chef: professionali, *appassionate, unite*

di **Andrea Di Felice**

DIRIGONO CUCINE DI RISTORANTI,
REALIZZANO PIATTI DI ALTA CUCINA
E SI DISTINGUONO PER CREATIVITÀ
E SENSIBILITÀ. TROPPO SPESSO
PERÒ ALLE CUOCHE NON VENGONO
RICONOSCIUTI I GIUSTI MERITI

J Il 10 agosto l'Associazione provinciale cuochi di Pescara ha costituito il suo **sodalizio delle Lady Chef**. La presentazione è avvenuta durante una fiera di prodotti tipici abruzzesi e alcune componenti del Sodalizio hanno tenuto un cooking show: Domenica Vagnarelli ha preparato il *"Dentice affumicato al limone con maionese di prezzemolo"*, Angela Di Crescenzo ha realizzato il *"Tortino di riso e baccalà con crema di patate"*, Emma Barone ha cucinato il *"Petto di gallo farcito con erbe spontanee"* e Marta Di Marcoberardino ha preparato *"Li Tatu"*, biscotti tipici della vallata del Fino.

L'obiettivo del Sodalizio – ha spiegato il presidente dell'As-

1. Le componenti del "Sodalizio delle Lady Chef", costituitosi a Pescara lo scorso 10 agosto.



sociazione cuochi Pescara **Lorenzo Pace** – è quello di **rendere merito alla figura della cuoca e valorizzarne la professionalità**, contribuendo a dare un'immagine diversa delle cuoche che oggi non sono più coloro che realizzano una cucina casalinga per trattorie, ma al contrario sono delle professioniste che sempre più spesso dirigono le cucine di ristoranti molto affermati e segnalati da influenti guide gastronomiche. Donne cuoche, dunque, che lavorano con passione e dedizione realizzando piatti di alta cucina anche grazie alla loro sensibilità di genere, ma che purtroppo non ricevono i meriti riconosciuti: proprio quello che con il Sodalizio cercheremo di fare”.

La coordinatrice del Sodalizio, **Enza Liberati**, ha sottolineato che “il gruppo delle Lady Chef è impegno nel proporre una cucina creativa con prodotti agroalimentari abruzzesi valorizzandoli sotto il profilo nutrizionale e per questa ragione organizzerà lezioni, cooking show ed eventi a tema con la collaborazione di una nutrizionista”. Il “Sodalizio delle Lady Chef” sarà impegnato nel privilegiare il rapporto di **collaborazione con tutte le organizzazioni femminili del territorio regionale** che si occupano di enogastronomia e di solidarietà. “A tal proposito – sostiene la coordinatrice – proporremo una collaborazione con l'Associazione Donne del Vino abruzzese per organizzare insieme eventi di promozione enogastronomica”. Il Sodalizio è composto da cuoche che operano nelle diverse tipologie della ristorazione regionale e si avvale della collaborazione del medico nutrizionista Laura Masini. Le fondatrici sono: la coordinatrice Enza Liberati, Emma Barone, Bruna Centurione, Antonella D'Alfonso, Angela Di Crescenzo, Martina Di Fabio, Assunta Di Fulvio, Antonina Di Giacomo, Marta Di Marcoberardino, Francesca De Dominicis, Nadia Moscardi, Paola Prospero, Anna Savini e Domenica Vagnarelli. 

Il sodalizio nazionale delle Lady Chef, compartimento della Federazione Italiana Cuochi, opera nell'ottica della differenza di genere, al fine di eliminare qualsiasi preconcetto che ostacoli la parità fra uomo e donna. Valorizzando, anzi, la differenza di genere come fattore di sviluppo economico e sociale. Le Lady Chef, oltre che sul piano nazionale, si organizzano costituendo sodalizi anche sul piano provinciale, che vengono promossi dalle stesse Associazioni Provinciali Fic nel rispetto dell'autonomia organizzativa delle Associazioni medesime. Tutte le componenti dei sodalizi si impegnano a perseguire nel settore professionale i seguenti scopi: diffondere e preservare il patrimonio della cucina tradizionale italiana; dare impulso ad azioni di sostegno e promozione per l'attuazione di iniziative rivolte all'impiego delle donne in cucina e a garantire una migliore conciliazione tra vita professionale, vita privata e vita familiare; promuovere politiche di genere in collaborazione con le istituzioni territoriali, nazionali ed internazionali; promuovere attività a fini benefici e di volontariato.

Lady Chef

 for english text see page 81

47

2. “Tortino di riso e baccalà con crema di patate” della Lady Chef Angela Di Crescenzo.
3. “Dentice affumicato al limone con maionese di prezzemolo” della Lady Chef Domenica Vagnarelli.



Partecipa anche tu ai nostri corsi *in tutta Italia*



di **Michele D'Agostino**
coordinatore Ateneo della
Cucina Italiana F.I.C., Maestro
di Cucina ed Executive Chef

EVENTI DI AGGIORNAMENTO PROFESSIONALE
PER LE UNIONI REGIONALI DEI CUOCHI FIC: PER ESSERE
SEMPRE AL PASSO CON I TEMPI E TROVARE LE GIUSTE
RISPOSTE ALLE NUOVE DOMANDE DEI CONSUMATORI

48 *J* In un mondo come quello in cui viviamo, dove le tecnologie hanno dato una spinta propulsiva alla nostra vita, restare al passo è diventato sempre più importante. Negli ultimi anni si è modificato il concetto di cibo; non è più solo nutrizione, ma benessere psicofisico e mentale. La ricerca di prodotti naturali, salutistici e nutrizionali è una richiesta del consumatore. In quest'ambito **chi non cura l'aggiornamento e le variazioni delle nuove tendenze di mercato sugli usi e consumi alimentari degli italiani rischia di offrire un prodotto senza mercato**. Spetta al professionista curare nei minimi dettagli la freschezza, la stagionalità delle materie prime utilizzate, la provenienze e la tracciabilità per garantirne la vera naturalità, l'italianità e la genuinità. Attualmente, l'artigianalità del comparto e le materie prime di provenienza italiana sono sinonimo

di sicurezza e garanzia dal punto di vista igienico-sanitario e della tracciabilità, in un mondo di concorrenza fuori controllo e frodi alimentari di prodotti provenienti dall'Est Europa e dall'Asia. La differenza tra un prodotto presentato da un Ristoratore, uno Chef, un Panificatore, un Pizzaiolo, un Pasticcere deve essere proprio questa: **la qualità nei suoi molteplici significati**. Il consumatore è molto informato ed attento, compie scelte opportune ed è un suo diritto pretendere lo stesso dal professionista della ristorazione. È per questi nobili motivi che la Federazione Italiana Cuochi, tramite il compartimento Ateneo della Cucina Italiana, ha fortemente voluto organizzare questi corsi di aggiornamento professionale girando fra le regioni d'Italia per dare l'opportunità a tutti i soci di aggiornarsi con Docenti altamente qualificati.

Calendario corsi 2014/15

DATE	LUOGO	TEMA	DOCENTE
27/28 ottobre 2014	Lazio - Roma	Finger Food e finger food, mini Bouchées e le Tapas	Carlo Bresciani
28/29 ottobre 2014	Marche - Loreto, Scuola Alberghiera	I dessert al piatto per la ristorazione, nuove tendenze	Giuseppe Mancini
3/4 novembre 2014	Campania - S. Giovanni Teduccio (NA)	I nuovi menù nella banchettistica, utilizzo di nuove tecnologie, cotture moderne, stoccaggio, rigenerazione e servizio	Michele D'Agostino
24/25 novembre 2014	Friuli Venezia Giulia - Aviano (PN)	Finger Food e finger food, mini Bouchées e le Tapas	Sebastiano Sorbello
1/2 dicembre 2014	Basilicata - Potenza	Nuovi orizzonti della cucina del bacino mediterraneo, utilizzo delle nuove tecnologie con dialogo filosofico fra docente e partecipanti	Michele D'Agostino
19/20 gennaio 2015	Francia - Nizza	La Banchettistica Moderna con l'applicazione delle Nuove Tecnologie, creazione di menù completi con proposte diversificate e innovative	Michele D'Agostino
9/10 novembre 2015	Valle d'Aosta - Saint Vincent (AO)	La Banchettistica Moderna con l'applicazione delle Nuove Tecnologie, creazione di menù completi con proposte diversificate e innovative	Michele D'Agostino

Al servizio della Cultura in Cucina

Il nuovo Agnelli Cooking Lab di Lallio (BG) sempre più punto di riferimento per operatori e appassionati

Il Centro Ricerca e Formazione in seno all'azienda Pentole Agnelli dopo 12 anni dalla sua nascita si rinnova per essere sempre più vicino all'esigenza di una formazione concreta sia per quei cuochi professionisti che sono motivati dalla necessità di rinnovarsi e di migliorare le proprie prestazioni, sia per gli appassionati che vogliono stare al passo con una cucina in continua evoluzione.

Saps Cooking Lab è il nuovo nome che è stato scelto - aggiungendo Cooking Lab allo storico Saps, - per il nuovo Centro di Ricerca e Formazione di Pentole Agnelli. Nuovo perché rinnovato nella struttura: ancora più funzionale grazie ad un palco, fronte cucina centrale, capace di raccogliere 12 postazioni singole attrezzate di tutto punto per attività di show cooking e tre maxi schermi che consentono di seguire le performance dello chef docente.

Per espletare ancor meglio i suoi compiti e aiutare tutti coloro che amano la cucina ad affinare antiche e nuove tecniche, approfondendo le correlazioni esistenti tra tipi di cottura, alimenti, e valenze organolettiche dei piatti. Il tutto tenendo conto delle severe normative igienico-sanitarie stabilite a livello mondiale a difesa del consumatore che riguardano anche qualità ed idoneità delle materie prime e delle attrezzature per cucinarle. La cucina professionale di Saps Cooking Lab si rinnova quindi per offrire la propria conoscenza - con strumenti sempre più efficaci ed innovativi - di formazione a 360° e per diversi target di persone.

Con questa nuova sala, Cooking Lab non solo è in grado di far interagire in modo pratico lo chef docente con i partecipanti, ma è capace di proporre un nuovo e stimolante programma completo di seminari, corsi ed eventi formativi. Per continuare il suo percorso con l'obiettivo ambizioso di essere sempre di più una fucina di idee, un centro di ricerca e sperimentazione per fogge e materiali degli strumenti di cottura e un punto di incontro privilegiato per tutti coloro che identificano "la grande cucina" con una delle più alte espressioni artistiche delle tradizioni e della cultura del Made in Italy.



Il lato oscuro della *farina raffinata*



di **Michele D'Agostino**
coordinatore Ateneo della
Cucina Italiana F.I.C., Maestro
di Cucina ed Executive Chef

INNATURALMENTE “CANDIDO”, IL PANE CHE SOLITAMENTE PORTIAMO SULLE NOSTRE TAVOLE NON È QUELL’ALIMENTO BASE, SANO E PREZIOSO, CHE CREDIAMO. E CON LUI LA PASTA E I DOLCI NON INTEGRALI. SCOPRIAMO IL PERCHÉ

50 Il “cibo killer” che vediamo oggi, se non hai mai sentito parlare di alimentazione naturale potrebbe davvero sorprenderti, ed è probabile che vada ad intaccare delle convinzioni profonde che ci portiamo dietro dalla nascita, e che la nostra tradizione italiana non ci aiuta di certo a smussare

Per farina bianca raffinata intendo la farina che abitualmente è presente sulle nostre tavole sotto forma di pane, pasta e dolci. Questo tipo di prodotto industriale che non ha quasi più niente di naturale è stato privato di 2 parti fondamentali del seme del grano: la crusca all'esterno ed il germe all'interno (l'embrione). Una dieta basata principalmente su questo prodotto è la causa principale di malnutrizione, costipazione, stanchezza

e numerose malattie croniche.

Se ci pensi bene si tratta di un prodotto abbastanza recente, il pane comune infatti fino a poco tempo fa esisteva esclusivamente in forma integrale. **Solo negli ultimi 50-60 anni è stato introdotto il pane bianco**, simbolo di un progresso economico e tecnologico che non ha tenuto conto della salute degli esseri umani. Negli Anni '50 inoltre il frumento è stato vittima di profonde trasformazioni genetiche da parte dei più grandi agronomi italiani. La ricerca genetica di un frumento che garantisse grosse produzioni e resistentissimo agli eventi esterni, ha creato un **grano troppo impoverito, quasi completamente privo di sostanze nutritive**. Addirittura sono nate delle farine arricchite proprio per sopperire alla mancanza di questi nutrienti. Quindi le grosse industrie di raffinazione del grano aggiungono 4-5 vitamine e minerali inorganici, pensando così di compensare le



Non lasciarti ingannare da prodotti che vengono pubblicizzati come cereali integrali, ma effettivamente non lo sono. Possono avere una qualche quantità di cereali integrali all'interno, ma ci possono essere un sacco di altri ingredienti inutili e malsani. Per esempio, se il pane è morbido, è molto difficile che sia davvero integrale. Assicurati di leggere con cura tutti gli ingredienti di tutti i prodotti che compri. Se hai ancora la tendenza a mangiare cereali, acquistali soprattutto integrali in chicchi: ce ne sono di innumerevoli qualità e tutti buonissimi.

15-20 o più sostanze che si trovano nella crusca e nel germe. (senza considerare le fibre...).

Ma vediamo su cosa influisce il consumo eccessivo di farina bianca. **Più prodotti raffinati una persona mangia più insulina deve essere prodotta dall'organismo.** L'insulina favorisce il deposito di grasso, il passaggio ad un **rapido aumento di peso e di trigliceridi elevati, che può portare a malattie cardiache.** Nel tempo, il pancreas diventa così carico di lavoro che la produzione di insulina si blocca, e **ipoglicemia** (poco zucchero nel sangue) o **diabete** vengono a galla. Non è un caso che il diabete sia una delle malattie più diffuse negli ultimi decenni. Ci sono bambini che nascono già diabetici negli USA a causa degli errori alimentari dei loro genitori e in Italia la percentuale di celiachia e intolleranza al glutine (presente nel frumento) cresce ogni anno del 10%. Inoltre la farina di grano raffinata è il combustibile che **alimenta le infezioni e gli alti livelli di zucchero nel sangue** creando un terreno fertile per batteri dannosi ed un conseguente **indebolimento del sistema immunitario.** E non è tutto qui.

Perché il colore del pane bianco è così bianco, quando la farina di grano da cui è stato prelevato non lo è? Il motivo è semplice: la farina usata per fare il pane bianco è **sbiancata chimicamente**, proprio come quando usi la candeggina per sbiancare i tuoi vestiti. Così, quando mangi il pane bianco, mangi anche i **residui chimici degli sbiancanti.** I mulini industriali usano prodotti chimici differenti per lo sbiancamento, ma sono tutti abbastanza nocivi. Eccone alcuni: l'ossido di azoto, di cloro e nitrosyl e il perossido di benzoile miscelato con sali chimici vari. Un agente sbiancante, l'ossido di cloro, combinato con le proteine (qualunque esse siano) ancora rimaste nella farina, produce allossana. L'allossana è velenosa, ed è stata utilizzata per produrre il diabete in animali da laboratorio. L'ossido di cloro serve anche ad allungare la durata di conservazione della farina, ma non è propriamente salutare. Inoltre, nel processo di produzione della farina bianca, la metà degli acidi grassi insaturi, che sono ad alto valore alimentare, si perdono durante la fresatura, e praticamente tutta la vitamina E è perduta con la rimozione di germe di grano e crusca.

Come risultato, **il resto della farina del pane bianco che si acquista, contiene solo proteine di scarsa qualità e amido modificato.** Ma non è tutto per quanto riguarda la perdita di sostanze nutritive. Circa il 50% di tutto il calcio, il 70% del fosforo, l'80% del ferro, il 98% del magnesio, il 75% del manganese, il 50% del potassio, e il 65% del rame vengono distrutti. Se questo non fosse abbastanza grave, circa l'80% di tiamina, il 60% di riboflavina, il 75% di niacina, il 50% di acido pantotenico, e circa il 50% di piridossina sono inoltre persi.

E non è ancora finita...

ATENEO 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 82

Gli zuccheri semplici e i carboidrati raffinati (farina bianca, pasta, lavorati, cibi devitalizzati, etc.) richiedono poco metabolismo ed entrano nel flusso sanguigno rapidamente. **Improvviso aumento di zuccheri.** Il pancreas, l'organo che regola la quantità di insulina che viene rilasciata nel sangue, è indaffarato dall'improvviso aumento di zuccheri. Il risultato di tutto questo è una forte diminuzione della glicemia (solitamente entro un'ora), e una conseguente sensazione di **letargia, confusione mentale, debolezza e senso falso di "fame"!**

Tutti questi problemi portano una forte acidità che considero una delle cause principali di ogni malattia. Come se non bastasse, questo fa in modo che lo zucchero causi l'aumento di peso, non solo per via del suo innaturale contenuto calorico, ma in realtà perché altera il metabolismo! Che cosa significa?

È preso detto: se due gruppi di persone sono alimentate con lo stesso numero esatto di calorie, ma un gruppo prende le sue calorie dello zucchero e da prodotti raffinati, mentre l'altro gruppo consuma le calorie sotto forma di cereali integrali, frutta e verdure, il primo gruppo aumenta di peso, mentre l'altro no. Questa constatazione ci viene da studi pubblicati da parte del Ministero della Salute degli USA.

Come abbiamo visto quindi poche sostanze nutritive sintetiche sono aggiunte nuovamente alla farina bianca che viene poi chiamata "arricchita". In realtà non c'è stato alcun reale "arricchimento" del prodotto originale, ma l'inganno e la distruzione della vita di una delle tante creazioni perfette che troviamo in natura. 🍌

Tratto da: www.altrainformazione.it/wp/2013/04/11/il-lato-oscuro-della-farina-raffinata

Del tempo (anticipato) *di vendemmia*



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

52 *C*on mia somma sorpresa, già a metà luglio ho notato sui banchi dei fruttivendoli delle cassette di uva attraente e ben matura.

La faccenda mi ha un po' spiazzato; non me l'aspettavo così presto e ho subito pensato a quanti passi avanti hanno fatto i trasporti internazionali e a quanti danni di conseguenza sono ricaduti sulla stagionalità degli alimenti e sulla programmazione produttiva del povero e onesto contadino nostrano.

Ho pensato che si trattava della solita uva straniera che ho visto in preziosi cestelli sui banchi della grande distribuzione nel corso di tutto l'inverno; uva proveniente dall'altra parte del globo, magari raccolta ai limiti della immaturità per sostenere un viaggio tanto lungo.

Al contrario si trattava invece di un prodotto italianissimo a prezzi abbordabilissimi, lì in bella mostra in un tempo inconsueto per me che fino allo scorso anno l'ho vista in vendita non prima di Ferragosto e a prezzi ben più alti; sono rimasto veramente stupito sia dai tempi di produzione e commercializzazione sia

dalla contraddizione tra l'anomalo andamento climatico di questa stramba primavera e la bellezza di quella frutta.

In un primo momento mi sono compiaciuto di quanta tecnologia alimentare e produttiva vi fosse in quei grappoli ma nel contempo non l'ho acquistata.

Mi sembrava che stessi commettendo un tradimento nei confronti di generazioni di avi che hanno irrigato con il loro sudore lunghi filari di viti scrutando i segni del cielo in attesa della giusta pioggia, del giusto caldo, della giusta umidità.

Mi sembrava di violare un processo naturale che mi accompagna da quando, ragazzetto, in compagnia di una masnada di fratelli e cuginetti, in campagna da un vecchio zio, raccoglievamo a tempo debito, a settembre inoltrato, se non ad ottobre, splendidi grappoli dolci e dorati che poi pigiavamo, tutti insieme, con le nostre gambette da bambini in quello che, nel ricordo, sembrava un enorme tino e che probabilmente era una tinozza di legno adeguata alla nostra modesta statura.

E che divertimento sotto gli sguardi sorridenti di zii e genitori con qualcuno che immortalava le nostre gesta con le foto che ho sotto gli occhi!

Quello era *il vino dei bambini*, aveva decretato il vecchio zio, e si doveva bere non prima di Natale.

Puntualmente, in quella occasione si beveva solo quel profumatissimo nettare e quel pranzo si concludeva con rustici dolci e con deliziosi tarallucci inzuppati al vino.

A quei tempi, giusto o sbagliato che fosse, a noi bambini era concesso di bere il *nostro* vino frutto del nostro lavoro e della nostra vendemmia fatta a tempo debito. 🇮🇹



Berto's: 40 anni di esperienza nei sistemi professionali di cottura



La ristorazione è stata da sempre uno dei settori che meglio hanno identificato il Made in Italy nel mondo e che maggiormente hanno contribuito allo sviluppo economico del nostro paese.

La Berto's, fondata nel 1973, ha sempre prodotto attrezzature professionali, avendo come obiettivi la qualità come valore assoluto e la massima espansione possibile all'estero, pur mantenendo ben salde le proprie radici nel mercato interno.

Ad oggi, con un fatturato di oltre 21 milioni di euro, una sede di circa 14.000 mq, 120 dipendenti, una produzione annua di 25.000 pezzi, è uno dei maggiori players mondiali.

Con questa logica, la distribuzione è stata sempre orientata verso partners strategici in termini qualitativi e quantitativi.

In Italia, la costruzione della rete distributiva è stata effettuata cercando strutture *customer oriented*, dotate di servizi commerciali e di post vendita di assoluto valore, e che avessero una filosofia etica comune a quella della Berto's: la scelta a Padova è stata ovviamente la Foralberg, azienda che opera da oltre mezzo secolo in tutta Italia, con una sede di oltre 4.000 mq e con una struttura composta da 29 dipendenti.

Questa partnership ci ha permesso di supportare clienti di grande rilievo come la cooperativa Dieffe, una delle maggiori eccellenze scolastiche nel panorama italiano: 1.600 allievi, 80 percorsi formativi, oltre 50.000 ore di formazione erogate.

Per la nuova sede di Padova, la Dieffe ha scelto di avvalersi della Foralberg e della Berto's per la realizzazione di due impianti di cucina che sono il cuore operativo della scuola.

Gli impianti sono stati realizzati utilizzando **la serie S900, ovvero la linea alto di gamma della produzione: un concentrato di tecnologia, esplicita attraverso le cucine ad induzione ad alto rendimento, gli spessori degli acciai, l'alta qualità dei materiali**, fattori che hanno permesso all'azienda di offrire, unica nel settore in tutto il mondo, una garanzia di 5 anni su tutti i componenti, gas ed elettrici, meccanici ed elettronici.

Tutto il reparto cucina, pensato dalla Dieffe e progettato dalla Foralberg, costituisce un esempio di ottimizzazione della linea di produzione, un progetto che ha avuto come obiettivo il raggiungimento della massima qualità di vita possibile nell'ambiente lavorativo, migliorando la produzione di pasti, ma sempre tenendo presente la valenza didattica dei laboratori: una cucina quindi che coniuga operatività ai massimi livelli ed anche espressione concreta dei concetti più evoluti di ristorazione.

La filosofia che ha unito ed unisce Berto's, Foralberg e la Dieffe è l'etica aziendale, il rispetto verso tutti i propri collaboratori: non più semplici dipendenti, clienti o fornitori, ma parti strategiche, ognuna a suo modo decisiva, per la realizzazione di luoghi di lavoro migliori.

Il nostro successo dimostra che una via etica nell'imprenditoria non solo è possibile, ma è necessaria, al di fuori della quale non esiste successo ma solo risultati effimeri e tentativi velleitari.



Marco Lebiu

Direttore commerciale Italia

Berto's spa



BERTO'S SPA - Viale Spagna, 12 - 35020 Tribano (Padova), Italy - www.bertos.it

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 alimentari, attrezzature e utensili di qualità per la ri-



storazione 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.



LA FIC IN ITALIA

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

In questo numero:

BOLOGNA
CAGLIARI
CATANIA
CHIETI
MATERA
PALERMO
PROVINCIA GRANDA
SAVONA
TRAPANI
VALLE D'AOSTA

55

LA FIC NEL MONDO

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



Bologna

Cuochi in piazza per la Settimana Petroniana

In occasione della Settimana Petroniana, manifestazione con la quale Bologna festeggia il suo patrono San Petronio, l'Associazione Cuochi di Bologna e Provincia ha organizzato un'iniziativa culinaria in Piazza Maggiore. In collaborazione con Federcarni Bologna e con l'Associazione dei Panificatori di Bologna e Provincia, i cuochi hanno prodotto e servito tagliatelle al ragù per tutta la giornata di sabato 4 ottobre. La visibilità sulla stampa locale e la presenza di pubblico hanno premiato ancora una volta la competenza e generosità dei cuochi bolognesi.



Cagliari

Il gusto della solidarietà

Il 28 settembre a Monserrato in presenza di centinaia di persone si è inaugurata la Festa del Cuoco, annuale ricorrenza per ricordare il nostro Santo Patrono San Francesco Caracciolo che ricade nel mese di ottobre, organizzata dall'Associazione Cuochi Sud Sardegna

Chef, cuochi e allievi della scuola Alberghiera di Monserrato, uniti come sempre dal senso di altruismo nella giornata dedicata ai festeggiamenti di San Francesco Caracciolo, si sono dati appuntamento sin dalle prime ore del mattino per preparare il menu.

Tra noi cuochi la ricorrenza è molto sentita ed ormai è diventata una consuetudine offrire il nostro contributo per regalare un sorriso, dare una mano a chi ne ha bisogno. La partecipazione è stata veramente grande. È stata un successo che ha confermato le previsioni espresse da tempo circa

il riconoscimento pubblico del valore sociale ed etico di una manifestazione come questa, dove la partecipazione e la risposta solidale sono garantite. L'organizzazione dell'ACPC efficientissima - ha potuto contare sul contributo e patrocinio del Comune di Monserrato.

L'Amministrazione comunale entusiasta dell'iniziativa ci ha inserito in una tre giorni in cui le prime due giornate 26 e 27 settembre erano dedicate alla festa del disabile.

Il menu non è stato divulgato appositamente per provocare la curiosità dei visitatori e creare un'atmosfera di attesa, mentre chef e allievi guidati dal responsabile Benito Aresu preparavano i cibi e si diffondevano profumi per l'aria a solleticare l'olfatto dei passanti. Poi il cibo è arrivato a ondate: **Fregula alle arselles e cozze del Golfo, Gnocchetti sardi della casa del grano con sugo vegetariano, Stracotto di manzo con salsa ai funghi** accompagnata dalla caponata preparata con i prodotti freschi donatoci da Campagna Amica di Coldiretti.

Le Lady Chef che hanno fatto dimostrazione di pasta fresca per tutto il giorno e in una struttura poco lontano, La Casa della Cultura, hanno presentato un mini corso per i bambini sulle uova "La gallina ha fatto l'uovo" e "Tutti a tavola con... armonia, allegria, amore, amicizia". In mostra le tavole imbandite a tema a cui hanno collaborato anche delle Associazioni Cittadine.



La Lady Chef Paola Piroddi ha modellato una statua di margarina in tema alla manifestazione. Ha curato la presentazione della manifestazione Robertino Scano che ormai collabora da anni alla migliore riuscita della festa.

Nel rilassante passeggio tra gli stand si è potuta apprezzare la qualità delle produzioni locali, assaggiando vini, formaggi, miele e acquistando prodotti altrimenti introvabili sul mercato. Infine, come si conviene ad ogni festa, si aspetta la torta. Lo staff guidato dalla coordinatrice delle Lady Chef, Concetta Cinus, ne ha realizzata una gigantesca, decorata con la frutta, preparandola di fronte a una gran folla incuriosita che è stata alla fine premiata dall'offerta di una bella fetta.

La serata si è conclusa con l'estrazione dei biglietti e l'assegnazione dei premi. Sono stati venduti oltre 5mila biglietti per un incasso che sfiora i 14mila euro, somma che sarà devoluta all'Associazione Sinergia femminile che si occupa di prevenzione e cura del tumore al seno.

Mino Ortu



Allievi, cuochi e le lady chef al lavoro per la Festa del Cuoco a Cagliari.



La lavorazione della pasta fresca.



Due specialità tipiche: i *culurgionis* e la *panada*.

A sinistra, una scultura in margarina e il saluto del sindaco e del parroco.

Catania

“Cibo Nostrum”: un successo al cubo

Giunta al terzo anno, la manifestazione che si è svolta in tre giornate a Zafferana Etnea ha registrato centinaia di adesioni da tutta Italia e si è definitivamente affermata come riferimento delle eccellenze gastronomiche del Mediterraneo

Il cuore del Mediterraneo, quel faro maestoso e naturale che è il vulcano Etna, è tornato a ospitare alle sue pendici la grande festa dell'eccellenza siciliana a tavola. A un anno esatto dall'ultima edizione, è andata in scena infatti a Zafferana Etnea “Cibo No-

strum”, manifestazione ideata e allestita dall'**Associazione Provinciale Cuochi Etnei, con il suo presidente, lo chef Seby Sorbello, in collaborazione con la Federazione Italiana Cuochi** e con il sostegno di numerosi partners di grande prestigio, che hanno voluto identificarsi con un vero e proprio “marchio” di assoluta qualità.

Il successo di cui scriviamo è quello della 3a edizione targata 2014 dell'evento etneo, che è sostenuto da: Camera di Commercio di Catania, Unione Regionale Cuochi Siciliani, Comune di Zafferana Etnea, “Noi di Sala”, Associazione Italiana Celiachia, Le Soste di Ulisse, Slow Food Sicilia.

Dal 13 al 15 aprile l'elegante Esperia Palace Hotel si è trasformato in un teatro naturale, dove hanno preso vita, eventi nell'evento, pranzi e cene di gala, premiazioni, convegni, laboratori gastronomici, degustazioni, incontri scientifici e conferenze stampa, oltre a spettacoli di intrattenimento, gite sul vulcano e tra le meraviglie dell'isola e concorsi di cucina, tra arte culinaria e vera goliardia. “Siamo convinti – ha detto ad apertura dei lavori il presidente dell'Associazione

provinciale cuochi etnei, Seby Sorbello – che l'enogastronomia rappresenti al meglio l'eccellenza del territorio siciliano, sia in campo nazionale che nel contesto internazionale. Per questo, **obiettivo prioritario di “Cibo Nostrum” è quello di valorizzare ed esportare le migliori produzioni agroalimentari della nostra terra**, a cominciare dal loro utilizzo nelle nostre ricette. Siamo lieti che il programma di quest'anno si sia arricchito ulteriormente di nomi e di sostenitori. Segno tangibile che stiamo percorrendo la strada giusta e che la manifestazione, nonostante la giovane età, è sempre più un punto di riferimento per l'enogastronomia mediterranea”.

Centinaia di chef, ristoratori, addetti alle sale, albergatori e allievi degli istituti alberghieri, anche quest'anno hanno deciso di aderire all'iniziativa, diventandone i veri protagonisti. Basti pensare già alla prima giornata, quando è stata presentata una delle novità di questa edizione: il **Premio Cibo Nostrum. A riceverlo per il 2014 sono stati Gioacchino Bonsignore, volto noto di Canale 5 e direttore di Tg5 Gusto, per la comunicazione nella gastronomia, e la Federazione**

Il presidente dei Cuochi Etnei Seby Sorbello, organizzatore di Cibo nostrum, e lo chef Gennaro Esposito intervistati da Susanna Cutini.

58



Italiana Cuochi, per il forte impegno quotidiano nella valorizzazione della cucina italiana. “La Sicilia – ha detto Bonsignore, ringraziando Seby Sorbello per il premio conferitogli – è certamente una terra dalle enormi potenzialità, economiche, turistiche, agroalimentari, ma anche culturali e paesaggistiche. I mezzi di comunicazione possono essere un ottimo strumento di richiamo per il rilancio di produzioni uniche al mondo”.

Già nel pomeriggio i lavori si erano aperti con due laboratori di approfondimento, dedicati quest'anno **al Pomodoro di Pachino e all'Arancia Rossa di Sicilia, curati dai rispettivi Consorzi Igp.** Due prodotti di assoluto interesse anche per il rilancio dell'economia, oltre che dell'agricoltura, dell'isola. A informare i presenti e ad approfondire il tema sono stati il vicepresidente del Consorzio Pomodoro Igp di Pachino, Massimo Pavan, e il presidente del Consorzio Arancia Rossa Igp di Sicilia, Alessandro Scuderi. La seconda giornata è stata caratterizzata, invece, dal convegno da cui la 3a edizione di “Cibo Nostrum” ha preso il nome: **“La ristorazione di successo fuori dal piatto”**, con la partecipazione di centinaia di chef provenienti da tutta Italia e di operatori del settore, giornalisti gastronomici, direttori di sala, sommeliers, imprenditori agricoli. L'evento, presentato dai giornalisti e volti noti del teleschermo, Alex Revelli Sorini e Susanna Cutini, ha visto così gli interventi di Alessandro Maurilli e Andrea Settefonti (giornalisti), di Enza Cutuli (Direttrice Esperia Palace Hotel), Valerio Capriotti (Noi di Sala) con i colleghi Luca Boccoli, Marco Amato, Matteo Zappile, e ancora Giandomenico Marino (Direttore GS Hotels), degli chef stellati Michelin Gennaro Esposito e Pietro D'Agostino, Giusi Costa (responsabile di Alimentazione Fuori Casa

dell'Associazione Italiana Celiachia), Enrico Briguglio e Pinuccio La Rosa (rispettivamente Presidente e Segretario de “Le Soste di Ulisse”), di Rosario Gugliotta (Presidente Slow Food Sicilia). L'approfondimento, come sottolineato dallo stesso titolo, è stato dedicato a tutto ciò che ruota attorno alla ristorazione, poiché **la vera gastronomia d'eccellenza inizia già dall'accoglienza del cliente, dall'abilità nel comprendere le sue esigenze e nel poterle soddisfare nel migliore dei modi**, perché si possa creare una forte fidelizzazione e il cliente possa tornare con soddisfazione a fruire delle prelibatezze del locale, ristorante, albergo o enoteca che sia. Da qui, l'importante contributo dato dai tanti relatori partecipanti e la grande attenzione dimostrata dal pubblico in sala, tra cui numerosi studenti degli istituti alberghieri.

A seguire, **la cena di gala** con chef di altissimo livello, a cominciare dalla **Nazionale Italiana Cuochi** e per proseguire con **Gennaro Esposito**, Chef ristorante “Torre del Saracino” di Vico Equense, 2 Stelle Michelin; **Vincenzo Candiano**, Chef ristorante “Locanda Don Serafino” di Ragusa, 2 Stelle Michelin; **Pietro D'Agostino**, Chef-Patron ristorante



“La Capinera” di Taormina, 1 Stella Michelin; **Seby Sorbello**, Chef-Patron ristorante “Parco dei Principi” di Zafferana Etnea, presidente FIC Promotion; **Salvatore e Giovanni Cappello**, padre e figlio, Maestri di Pasticceria, Pasticceria “Cappello” di Palermo. La cena di gala è divenuta ormai un punto di riferimento della manifestazione, in cui chef stellati e non, maestri pasticceri e cuochi junior possono dare il meglio anche durante uno show cooking, facendo vivere ai presenti l'emozione della preparazione in cucina dei piatti che si stanno degustando. Inutile sottolineare come anche quest'anno il successo della serata fosse scritto già nei nomi degli chef partecipanti.

Martedì 15 aprile, infine, un'altra bella e divertente novità di questa 3a edizione, con **sette giornalisti con la passione per**



la cucina che si sono sfidati ai fornelli al concorso “Penne bruciate”, mentre una giuria di soli chef ha giudicato le loro pietanze. Già le prime due giornate avevano avuto notevole eco sulla stampa, regionale e nazionale, e la terza ha contribuito a sottolineare il forte legame tra la manifestazione e i media, sempre attenti a valorizzare all'esterno quanto di eccellente viene realizzato grazie a un programma molto ricco di appuntamenti. Volti noti dei teleschermi, infatti, e firme prestigiose della carta stampata si sono sfidati a suon di padelle, cucchiaini e ingredienti prelibati, riscuotendo ciascuno

il meritato successo e un premio personalizzato: Miglior piatto eroico, migliore spadellata, migliore ricetta senza glutine, miglior piatto convincente... E con un vero e proprio scoop che porta ancora più simpatia al concorso: già alcuni colleghi della stampa, infatti, hanno dato la propria adesione per l'anno prossimo! Proprio così! **Un seminario sul tema: “Igiene fuori e dentro il piatto”** ha riportato invece l'attenzione sull'importanza della sicurezza e dell'igiene nei locali, mentre **lo show cooking “E adesso... Toque ai giovani!”**, a cura del team junior con il coordinamento dello

chef Alessandro Circiello, responsabile Compartimento Giovani FIC, ha evidenziato la grande attenzione che l'Apce e la Federazione hanno nei confronti delle nuove generazioni. A concludere, infine, la tre giorni ci ha pensato **il pranzo a buffet “Pani e cumpanaggiu!”**, che ha dato a tutti i partecipanti un arrivederci all'anno prossimo, per un evento che è diventato davvero indimenticabile, con la soddisfazione del suo ideatore e organizzatore, Seby Sorbello, che ha ringraziato gli intervenuti e i rappresentanti della FIC, tra cui Rocco Pozzulo.

Antonio Iacona

AZIENDE INFORMANO



Salse Senna

Gustose novità nel nuovo formato!

Tuffatevi nel seducente mondo delle salse SENNA! Dal Ketchup alla Senape, dalla Salsa Cocktail alla Salsa Barbecue: ce n'è per tutti i gusti.

Cercate un tocco di esotismo? Un sapore speciale? Qualcosa di piccante, fruttato o saporito?

Con le salse SENNA scoprirete i gusti più seducenti.

Se avete poco tempo ma comunque voglia di una buona salsa pronta, allora con SENNA avete fatto la scelta giusta.

Tutte le salse sono pronte all'uso e si abbinano eccezionalmente alle grigliate e i barbecue estivi ma anche ai tradizionali piatti invernali. Per i più creativi, usando spezie, panna o erbe varie ogni salsa può essere personalizzata.

I vantaggi del nuovo formato del tubo:

- Pratico da maneggiare
- Facile da spremere grazie ad una elevata plasticità
- Nessuno sgocciolamento
- Facilmente svuotabile

Vi proponiamo una ricetta gustosa con la **Salsa al curry SENNA, dal gusto esotico e con un fruttato aroma tropicale**, dalla gustosa miscela di ananas e delicato curry

Bombay Chicken-Satay

Ingredienti (per 10 persone): 1800 gr petto di pollo tagliato in 40 pezzi, olio, 20 gr curry in polvere, 5 gr pepe nero, 10 gr sale, 10 gr di cumino in polvere, la polpa di ½ mango tagliata a cubetti, 10 gr coriandolo tagliato finemente, 40 spiedini piccoli di legno, Salsa al curry Senna.

Preparazione: lasciare il pollo per qualche ora in una marinata fatta con olio, curry in polvere, cumino in polvere, sale, pepe, mango a cubetti e coriandolo. Rimuovere, sgocciolare e formare gli spiedini da cuocere alla griglia da entrambi i lati per 3-4 minuti.

Servire accompagnando gli spiedini con la salsa al curry Senna (ideale anche con riso Basmati).



Chieti

A Villa Santa Maria essere cuochi è una festa

Si è svolta dal 10 al 12 ottobre la 36esima edizione della kermesse che celebra la vocazione della cittadina abruzzese, sede dell'Istituto Alberghiero Marchitelli, alla gastronomia di qualità e all'alta ristorazione

“**P**ane Nostro. Il lievito madre e il valore di questo nutrimento” è il titolo del convegno che apre le danze della 36a edizione della **Rassegna dei Cuochi**, manifestazione simbolo di Villa Santa Maria, celebre cittadina in provincia di Chieti che ospita il rinomato **Istituto Alberghiero Marchitelli**, fucina di talenti dalla quale sono usciti chef di fama internazionale, ambasciatori della gastronomia regionale e italiana in tutto il mondo. L'edizione 2014 della kermesse ha un programma ricco di appuntamenti, convegni e incontri, tutti legati da un filo conduttore comune: **il pane**, per l'appunto, inteso come simbolo assoluto della tavola e come alimento base dei popoli nei secoli. Intento della Rassegna dei Cuochi è quello di ridare il giusto valore a questo prezioso nutrimento: nulla di più indicato, se si interpreta il pane anche in chiave religiosa, poiché Patrono di Villa Santa Maria e di tutti i cuochi è San Francesco Caracciolo, nato proprio nel paese abruzzese e qui ancora venerato. La manifestazione si apre ufficialmente proprio con i riti dedicati al Patrono e con l'allestimento lungo il corso principale di isole di gusto, stand espositivi e di assaggio. A seguire, quindi il convegno di apertura e uno Show Cooking nella piazza principale del paese con l'alternarsi di

quattro chef che daranno dimostrazione della loro abilità con pasta e lievitati. Il sabato sera poi c'è modo di degustare le specialità di alcuni ristoranti, tra piatti e prodotti della tradizione e ricette studiate ad hoc.

La domenica mattina invece è la volta della consueta **premiazione del Concorso Gastronomico Cuoco Doc**, un riconoscimento che viene dato alla ricetta più originale proposta dagli Chef della Federazione Cuochi Italiani (FIC) delle province

abruzzesi. Per tutta la giornata si alternano appuntamenti, banchi espositivi e dimostrazioni per concludere con il tradizionale Pasta Party De Cecco a cura dell'ACVS (Associazione Cuochi Valle del Sangro). Tra gli incontri che animano il fine settimana, due i temi trattati di fondamentale importanza per il territorio: l'olio e il vino; gli incontri sono tenuti da uno dei maggiori esperti in materia, **Leonardo Seghetti**, accademico nazionale e autore di oltre 100 pubblicazioni. “L'impegno che mettiamo

In occasione della Rassegna dei Cuochi, il borgo abruzzese si anima con banchi di assaggio, show cooking, sfilate ed eventi. In questa immagine: l'Ordine dei Cavalieri dei Maccheroni alla Chitarra per le vie del centro.





Il borgo di Villa Santa Maria (CH) immerso nel verde.

nell'organizzare questo evento è unico – commenta il sindaco **Giuseppe Finamore** – Ogni anno tutto il paese si mobilita e il nostro Istituto Alberghiero con alunni e professori conferma la sua alta professionalità. Del resto la Patria dei Cuochi ha una lunga tradizione che va a intrecciarsi

alla volontà di guardare in modo propositivo al futuro di Villa Santa Maria”.

La Rassegna dei Cuochi anche per il 2014 ha tra i suoi sponsor nomi d'eccezione del territorio abruzzese: il Pastificio De Cecco, marchio di fama mondiale per la produzione di pasta di grano duro; la

Cantina Tollo, una delle più grandi realtà vitivinicole del centro-sud; Feudo Antico, immagine dell'enologia abruzzese; la Cantina Orsogna, dai vini decisi; Cantina Spinelli, storica azienda della regione; Salumificio Sorrentino, leader nell'arte norcina e degli insaccati.

AZIENDE INFORMANO

MEWA: igiene garantita e un servizio completo e affidabile

La pulizia non è solo un fattore legato all'immagine in azienda. In alcuni settori è assolutamente indispensabile rispondere a determinati requisiti di igiene per poter svolgere la propria attività. È il caso delle industrie alimentari, dell'enogastronomia, della ristorazione. Qui pulito significa anche batteriologicamente puro: la pulizia batteriologica dei capi da lavoro dei dipendenti rappresenta un importante anello nella catena di mantenimento dell'igiene produttiva. **MEWA è stata la prima azienda europea nel settore del management tessile a introdurre il sistema RABC (“Risk Analysis and Biocontamination Control”).** Questi speciali trattamenti garantiscono la purezza microbiologica e assicurano la massima sicurezza dell'igiene dei prodotti tessili, che raggiungono uno standard estremamente elevato di sicurezza. Tutti gli stabilimenti MEWA operano in conformità alla norma EN 14065. Per i cuochi professionisti MEWA ha studiato una linea specifica, MEWA Kochkleidung, che tiene conto di tutte le necessità funzionali e estetiche di chi lavora ai fornelli. Come sempre MEWA abbina la qualità del prodotto con un servizio ineccepibile in fatto di puntualità e rispondenza alle esigenze del cliente: i consulenti MEWA indicano al cliente la linea più adatta alle sue necessità, dopo un'attenta valutazione dell'ambiente di lavoro, si pianifica di comune accordo la frequenza del ritiro, della pulizia e della riconsegna. I capi completamente logori vengono sostituiti, quelli da riparare vengono cuciti e ripristinati e ne viene monitorata ogni volta, anche dopo il processo di pulizia, l'effettiva rispondenza agli standard di pulizia.

 **MEWA**
TEXTIL-MANAGEMENT

www.mewa.it

Matera

Chi è la cuoca più brava del reame?

Con l'entusiasmo dei suoi 33 anni e le competenze della grande professionista, Daniela Moscarelli del ristorante potentino "0971" ha ottenuto il titolo di Miss Chef Basilicata

Si è svolta lo scorso 26 agosto nelle prestigiose sale del Palace Hotel di Matera la premiazione dell'edizione 2014 del premio Miss Chef Basilicata, tappa di un tour partito il 15 luglio dalla Puglia e che si concluderà in ottobre a New York con l'elezione di Miss Chef Italia.

Cuore della gara lucana uno showcooking che ha visto confrontarsi 4 chef donne professioniste davanti ad una giuria istituzionale e ad una giuria tecnica formate da esponenti nel campo della cultura, della politica, dell'imprenditoria, dello spettacolo e dell'enogastronomia.

Ad aggiudicarsi il prestigioso riconoscimento la più giovane del gruppo, **Daniela Moscarelli**, 33 anni di Potenza, cuoca del ristorante "0971"; ad assicurarle la vittoria un dolce *bignè alla crema su base di Pan di Spagna con decorazioni al caramello e bucce d'arancia*.

Miss Chef è la prima competizione tra alcune delle migliori chef donne italiane che si sfidano a suon di rinomati menù della tradizione culinaria nostrana, pensati per valorizzare il "Made in Italy" e le eccellenze eno-gastronomiche nostrane.

Il Premio è stato ideato da Mariangela Petruzzelli, giornalista di origine lucana, autrice tv anche per la Rai, presidente e direttrice artistica del format, che ha dichiarato: "Nel 2014 l'esperienza di Miss Chef è cresciuta anche grazie alla sua presenza

a Casa Sanremo, location prestigiosa ed autorevole dove abbiamo ottenuto numerosi consensi. Dopo l'edizione 2013, che ha avuto molto successo, a partire dall'estate 2014 il Premio è cresciuto grazie ad una squadra di lavoro ben consolidata, che ringrazio sin d'ora, divenendo un progetto itinerante che è partito dalla Puglia per toccare molte regioni d'Italia. Il progetto sta dando vita anche a un programma televisivo a tema". "Sono felice che il premio sia giunto anche in Basilicata, la mia regione d'origine – conclude la Petruzzelli – e che la gara si sia tenuta a **Matera, città antica e bellissima, candidata a Capitale della Cultura 2019**. Ringrazio anche il Consiglio Regionale di Basilicata per aver creduto in Miss Chef e tutti coloro che

hanno lavorato sostenendo la tappa lucana del tour. Le chef lucane sono state tutte brave e preparate, umili ed entusiaste. La vincitrice Daniela Moscarelli è stata molto virtuosa nelle tecniche di preparazione. Le auguro che il titolo di Miss Chef Basilicata 2014 le porti davvero fortuna".

L'evento Miss Chef Basilicata 2014 è stato sostenuto, con lungimiranza e sinergia, da: Consiglio Regionale di Basilicata e dal comitato Matera Capitale 2019.

Miss Chef 2014 ha come importanti partner: l'Ufficio della Consigliera Regionale di Parità-Regione Basilicata; il Comune di Matera; la Boscolo Etoile Academy, e Lady Chef, sezione femminile della FIC (Federazione Italiana Cuochi); il LAP (Laboratorio Permanente di Arte Pubblica).



Valle d'Aosta

L'arte più dolce, in memoria di Fabrizio Faccio

È stato lo chef Marco Vecchi ad aggiudicarsi il primo premio del concorso dedicato dall'Unione Cuochi Valle d'Aosta allo storico presidente dell'associazione, scomparso nel 2013

Si è tenuto lo scorso 31 agosto ad Arnad, presso il ristorante La Kiuva in frazione Pied de Ville, il primo concorso artistico "Fabrizio Faccio". I partecipanti, professionisti e amatori, si sono sfidati a suon di dolcezza sul tema "Cucina e Pasticceria Artistica", portando in gara sculture con soggetti ornamentali da esposizione realizzate in margarina, tramite intaglio di vegetali e frutta, o ancora sculture di formaggio, composizioni in pasta di pane e di sale, lavorazioni di zucchero (utilizzando differenti tecniche: tirato, soffiato, colato), impasti di base, croccanti, torte, torrone, marzapane, cioccolato, decorazioni con cacao e uova in cioccolato. Ad aggiudicarsi sia il premio tecnico sia quello popolare, lo chef Marco Vecchi con l'opera n.7. A premiare il vincitore, il presidente della Federazione Italiana Cuochi, Paolo Caldana. "Il nostro caro amico Fabrizio Faccio è stato a lungo presidente dell'Unione Cuochi

Foto 1: Gli chef premiati con la giuria e i dirigenti F.I.C. presenti alla premiazione

Foto 2 : La pièce di Marco Vecchi, vincitore del concorso: Opera n.7 -

Pensando ad un amico... Foto 2 BIS- Il presidente nazionale F.I.C. Paolo Caldana e il presidente dei cuochi della Valle d'Aosta Gianluca Masullo consegnano il primo Premio della giuria tecnica al papà di Marco Vecchi





Valle d'Aosta. Amante della semplicità e della precisione ha sempre dato il massimo per l'Associazione di categoria – racconta il presidente dell'Unione Cuochi Valle d'Aosta, Gianluca Masullo, illustrando le ragioni che hanno portato alla prima edizione del concorso – Tragicamente scomparso nell'ottobre 2013, Fabrizio ha lasciato un vuoto dentro tutti noi. L'ideazione del concorso nasce per **rendere omaggio a colui che ha creduto a lungo nella professione del cuoco**, affinché possa esser sempre ricordato per la sua semplicità, amore e passione nello svolgimento della sua professione”.

La cerimonia di premiazione è stata presentata da Paola Borgnino, giornalista radiofonica di Radio Proposta inBlu. All'evento hanno partecipato molte autorità nazionali tra cui il presidente nazionale FIC, Paolo Caldana, il presidente dell'Unione Cuochi Lucani, Rocco Pozzulo, il presidente vicario della Lombardia, Cinzia Fumagalli, e il consigliere del Veneto, Moira Lazzarin. I premi popolari (300 €, 200 € e 100 €) sono stati offerti dal Comitato Lo Doil e dalla Cooperativa La Kiuva. I premi della giuria tecnica sono stati offerti dalla Federazione Italiana Cuochi. I Cestini con i prodotti tipici del territorio sono stati offerti da Maison Bertolin.



Foto 3: Il Ponte di Rialto in zucchero pastigliaggio di Vincenzo Repaci. Foto 4: La Vigna di Vincenzo Atzei.

Foto 5: Il presidente dell'Unione Cuochi Lucani Rocco Pozzulo consegna il gagliardetto della sua Unione al presidente dell'Unione Cuochi Valle d'Aosta Gianluca Masullo. Foto 6: I giurati del concorso Rocco Pozzulo e Cinzia Fumagalli

Foto 7: Le chef Irene Piovaneli e Moira Lazzarin.

Palermo

Il Culinary Team Palermo vola in Lussemburgo

Ultime prove prima del grande appuntamento con la coppa del mondo in Lussemburgo

La squadra del Culinary Team Palermo scalda i motori per l'ormai imminente partecipazione alla Culinary World Cup, la Coppa del mondo di cucina che avrà luogo in Lussemburgo fra il 22 e il 26 novembre.

La squadra dell'Associazione Provinciale Cuochi e Pasticceri Palermo ha organizzato, in collaborazione con l'I.P.S.S.E.O.A. "Pietro Piazza", una preview a porte chiuse presso Tenuta Scozzari (Bologneta - Palermo) il 14 e 15 ottobre per

provare ancora una volta la realizzazione e l'impostazione del tavolo che gli chef presenteranno alla giuria internazionale (come Team provinciale). Alla gara è presente anche il Culinary Team Decorators and Pastry Palermo che presenta delle decorazioni artistiche con la coordinazione del coach di squadra, maestro Giuseppe Giuliano.

D'intesa con il preside prof. Gaspare Marano, insieme ai pluripremiati chef palermitani, c'è anche una rappresentanza

degli studenti dell'istituto Piazza: "Per gli studenti del nostro istituto - ha dichiarato Giuliano, coach del Culinary Team Palermo - è un ottimo momento formativo in quanto hanno la possibilità di stare al fianco e aiutare gli chef che realizzano i piatti per la gara. La nostra Associazione, oltre a tenersi preparata per eventi importanti come quello della Coppa del Mondo non smette mai di guardare al futuro e alle nuove generazioni".

Piera Zagone

Pavia

In ricordo di Egidio Rossi

La Fic saluta un professionista che ha dedicato la vita alla cucina e all'Associazione

Grande bontà d'animo ed indole garibaldina. Sono le prime due cose che vengono in mente pensando ad Egidio. L'ho conosciuto da vicino solo negli ultimi dieci anni e posso solo immaginare, stando a chi me ne racconta, del vulcano che doveva esser stato da giovane. Classe 1931, un inizio da panificatore da ragazzino durante la seconda guerra mondiale; quando preparando col suo titolare il pane su ordine degli occupatori tedeschi,

si faceva carico di sottrarne quanto poteva per portarne a chi ne aveva bisogno. Decide poi di ampliare le sue conoscenze frequentando l'alberghiero di Stresa poi girando di cucina in cucina arrivò a diventare capo cuoco nella sede centrale Montedison a Milano.

In Federazione da sempre, presidente dell'Associazione Cuochi della sua provincia, Pavia, poi Presidente dell'Unione Cuochi Regione Lombardia, quindi Se-





natore FIC. Per Egidio la Federazione era tutta la sua vita. Sempre fiero di indossarne la divisa.

In provincia di Pavia e soprattutto nella sua Vigevano era un'istituzione locale. Un professionista sempre pronto a spendersi per una causa. Fosse una cena di beneficenza, una risottata per tutta la comunità o una lezione di cucina. L'indole garibaldina veniva fuori proprio in queste occasioni. Quando senza grossi mezzi messi a disposizione riusciva a portare a termine il suo lavoro. La Cucina per lui era una seconda religio-

ne, qualcosa di sacro, e non smetteva mai di parlarne. Oltre alla famiglia, il suo secondo amore è stato per la gente. I colleghi dell'Associazione Cuochi e della Federazione tutta, le persone per cui cucinava e soprattutto i ragazzi delle scuole alberghiere dove ha insegnato. E la gente gli voleva bene. Anche negli ultimi anni, quando Egidio partecipava un po' meno agli eventi, ovunque trovavo gente che mi chiedeva di lui. Questo perché era impossibile non provare affetto per questo omone vestito di bianco, con il suo aspetto fiero ed autoritario, ma con i suoi modi sempre gentili e cortesi. Lui ci ha insegnato d'esser fieri del nostro lavoro e di impegnarci a restituire quanto di bello ci fosse capitato. Il suo piatto per eccellenza era il risotto. Per quello, aveva un tocco particolare. Riusciva sempre ad ottenere il meglio di ogni singolo chicco. Aveva la capacità di fare una mandata di risotto per 200 persone, con la qualità di un risotto per 2.

Aveva molto a cuore la cucina regionale ed i prodotti tipici, ben prima della loro riscoperta. Mi raccontava sempre della "Vulp" (la volpe), un assaggio dell'impasto per i "salàm da rustì" (le salamelle), che si faceva durante la macellazione dei maiali a novembre. Per testarne la concia, veniva messa la pasta di salame appena condita nella carta da zucchero, a cuocere nelle ceneri del fuoco (quello per la pentola dell'acqua bollente che si usava per la pulizia della cotenna della bestia). Una memoria storica. La sua cucina era intuizione e amore per la materia prima (soprattutto locale). Storico il suo risotto realizzato partendo da un brodo fenomenale di colli d'oca durante la festa del salame d'oca di Mortara.

Faceva tutto a memoria ed era padrone dell'arte dell'arrangiarsi. Questo e molto altro era Egidio, e lo è ancora, lì nel nostro cuore, dove per sempre avrà un posto suo.

Riccardo Carnevali

Provincia Granda *Pranzo di festa nella casa di riposo*

Lil 13 ottobre, in occasione della Festa nazionale del cuoco e seguendo le indicazioni della Federazione Italiana Cuochi, l'Associazione Cuochi della Provincia Granda ha dato seguito a un'iniziativa benefica che si svolge ormai da 5 anni a favore di vari Enti che svolgono attività sociali e di assistenza. Quest'anno l'impegno dei cuochi è andato a favore della Casa di riposo Imberti Grandis di Valdieri (CN) con la preparazione del

pranzo per i suoi ospiti e i numerosi amici.

A Valdieri presso l'Istituto Imberti Grandis le berrette bianche capitanate dal presidente Loris Macario hanno approntato un menu adatto per le esigenze dei commensali: le ricette del menu sono state curate nello specifico dagli chef:

- Mousse di prosciutto – Graziella Canavese
- Lasagne gratinate al forno – Raffaele

Alimandi

- Fesa di tacchino glassata in salsa bianca – Angelo Macario
- Piccola ratatouille di verdure – Alessandro Zolesi

• Budino alle pere – Sebastiano Dho
Grazie alla presenza di oltre 15 chef volontari, tra cui il delegato regionale della Fondazione Discepoli di Auguste



Escoffier Pietro Carle e il rappresentante del Basso Piemonte Giovanni Adamo, l'Associazione Cuochi ha cucinato e servito oltre 100 pasti agli ospiti e familiari della struttura.

Il Presidente Loris Macario, a nome degli associati, desidera ringraziare la Direttrice dell'Istituto Imberti Grandis, il sindaco di Valdieri e tutte le autorità che hanno reso possibile questa bellissima iniziativa.

Un ringraziamento particolare va infine a Don Gianni (parroco di Valdieri) per aver celebrato la messa in suffragio al nostro presidente Piero Milano.

Andrea Bertolino

Savona *Cuochi in Festa a Varigotti*

In occasione della tradizionale festa del patrono dei cuochi, San Francesco Caracciolo (1563-1608), il 13 ottobre i cuochi della Liguria si sono riuniti a Varigotti e nonostante le condizioni metereologiche sfavorevoli si è registrata la partecipazione di chef da Imperia, Sanremo e dalla Scuola Alberghiera di Finale Ligure. La giornata è stata scandita dalla Santa Messa nella chiesa di San Lorenzo e dalla successiva riunione con la consegna degli attestati di benemerenza, assegnati quest'anno a Carmen Marongiu per l'impegno dimo-

strato come corresponsabile con Livio Revello per la Provincia di Imperia; a Carla Balbiano e a Luca Rossanino per la professionalità con cui hanno partecipato ad eventi organizzati in collaborazione con la Camera di Commercio di Savona; a Paolo Ganci e a Claudio Sticco per la

preziosa collaborazione per il convegno dei Maestri di Cucina; ad Alessandro Oliveri per la fattiva collaborazione a livello associativo provinciale. L'appuntamento è per il prossimo anno, sempre a Varigotti, sempre il 13 ottobre!

Stefano Beltrame





larancia.eu

“ Il mio nuovo utensile da cucina. ”

Le scarpe Hygiene sono un tutt'uno con il piede, perché sono leggerissime e confortevoli. Sono anche belle da vedere, un aspetto importante per chi, come me, lavora in una cucina a vista. ”



Base Protection veste i piedi della Nazionale Italiana Cuochi con Hygiene: la linea di calzature dotata di tecnologie **Tpu-Skin**, **SmellStop** e **Sticking**, per battere la fatica, vincere i batteri e conquistare la stabilità.



Daniele Caldarulo

Team Manager della N.I.C.
Chef Patron
del "Black and White" (Bari)



B0292 S2 SRC

Acquista on line
€ 98,00 + iva
€ 73,50 + iva
per i tesserati F.I.C.

Base
comfortable safety shoes 



BASE
iTech  Available on the
App Store | Android

T +39 0883 334815 www.baseprotection.com

Trapani

Con Sorbello la cucina etnea incanta il Cous Cous Fest

È stato lo “Chef dell’Anno” del 2014 a farsi portavoce della F.I.C. – e di una cucina letteralmente “vulcanica” – in occasione della manifestazione che si svolge ogni anno a San Vito Lo Capo

Grande successo di pubblico, e soprattutto di pietanze, al **Cous Cous Fest 2014** anche nella giornata dedicata all’esperienza e alla professionalità della cucina etnea. Tra i protagonisti di quest’anno, infatti, in rappresentanza della Federazione Italiana Cuochi, tra le migliaia di turisti e visitatori a San Vito Lo Capo, c’è stato anche lo **chef Seby Sorbello di Zafferana Etnea**, apprezzato a livello nazionale e premiato proprio nel 2014 con il titolo di “Chef dell’Anno”, che ha trasferito tutta l’eccellenza del vulcano al **Cous Cous Lab – Electrolux Experience**, sul Lungomare della cittadina trapanese.

Seby Sorbello si è potuto esibire nel

“**Talk Food**” intitolato: “**La mia Sicilia**”, che ha previsto: *Minnulata frozen, Bruschetta di pesce, Baccalà a ghiotta, Pepata di cozze con schiuma e acqua di pomodoro profumata al limone; I rossi non si toccano: tartare di tonno, gambero rosso salinato, tuorlo poché, Polpo prosciuttato e affumicato.*

“Abbiamo esportato ancora una volta l’esperienza maturata da anni nel nostro territorio e nelle nostre cucine - ha detto con soddisfazione lo chef etneo - Siamo lieti di avere contribuito anche per questa edizione a uno scambio non solo culinario ma culturale, di respiro certamente sempre più mediterraneo e internazionale”.

Mariano Iacona



Lo chef Seby Sorbello all’opera in occasione del Cous Cous Fest.



OROGEL: qualità e italianità al servizio degli chef

Alta qualità e italianità, sono questi i cardini attorno ai quali ruota l'offerta di Orogel Food Service. I 2.000 soci produttori Orogel coltivano nelle zone agricole più vocate esclusivamente in Italia, vicino agli impianti di surgelazione, in modo da offrire massima freschezza e qualità dei prodotti. La ristorazione commerciale sta sempre più scoprendo i prodotti Orogel come 'facilitatori': si tratta di prodotti vegetali tal quali che rendono più semplice



Daniele Lambertini,
direttore commerciale Orogel Food Service.

il mestiere dello chef ma al contempo lasciano completa libertà alla sua fantasia. Ma i vantaggi non finiscono qui. Il *food cost* degli alimenti surgelati, e dei vegetali nel dettaglio, è di gran lunga inferiore (zero scarti, prodotto già pulito e pronto all'uso) rispetto al fresco, a questo si aggiunge il grande risparmio in termini di tempo e la facilità di conservazione. Per quanto riguarda la ristorazione veloce l'azienda offre invece prodotti già completi, pronti in pochissimi minuti. Partendo quindi dal presupposto che tutti i prodotti surgelati Orogel sono frutto di un'attenta attività di ricerca e sviluppo, sono numerose le referenze che esprimono innovazione di prodotto e di servizio ai massimi livelli. Ogni giorno l'esclusivo centro gastronomico 'Cucina salute e benessere' Orogel realizza nuovi prodotti che coniugano rapidità e facilità di preparazione a benessere, contenuti salutistici e leggerezza. In questo ambito con la Federazione Italiana Cuochi è stato avviato un rapporto di collaborazione, comprensivo di progetti legati alla comunicazione, per essere ancora più vicini ai cuochi. Uno degli aspetti che più sottolinea questo sodalizio è l'importanza di valorizzare quanto viene prodotto in Italia: il talento degli chef e i frutti migliori della terra.



www.orogel.it

GLI INSERZIONISTI

Filo diretto con le aziende "amiche" dei cuochi



AZIENDA	RESPONSABILE DA CONTATTARE	TELEFONO - MAIL	SITO WEB	A PAG.
Baldassare Agnelli		035.204711 - info@agnelli.net	www.pentoleagnelli.it	19
Bayernland		0472.723111 - info@bayernland.it	www.bayernland.it	17
Base Protection	Giuseppe Diterlizzi	0883.334830	www.baseprotection.com	69
Berto's	Lebiu Marco (Direttore commerciale Italia)	049.9588700/335.7556871 - mlebiu@bertos.com	www.bertos.com	2
Carine	Anna Boteon	0438.411584	www.carine.it 	4, 5, 83
Medagliani	Eugenio Medagliani	02.45485571	www.medagliani.com	23
Orogel	Marco Dall'Ara (Responsabile ufficio gestione vendite)	0547.377260 - mdallara@orogel.it	www.orogelfoodservice.it	84
Rummo Lenta Lavorazione	Fernando D'Aviero (Direttore Vendite Italia NT & FS)	342.8668230 fernado.daviero@pastarummo.it	www.pastarummo.it	39
Senna	Marcello Tassinari	366.5644049 - rimini@senna.at	www.senna.at	9
Surgital	Valerio M. Manco	Numero Verde 800.733525	www.surgital.it	44
Valsodo	Karl August Gaedt	335.6535883	www.wuesthof.de	25



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



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

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

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

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

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

Per informazioni: Tel. 06/4402178 - 06/44202209 | Fax 06/44246203 | fic@ficpromotion.it - www.ficpromotion.it

PROFESSION CHEF

Marcello Ferrarini My tasty and gluten-free cuisine

by Gilda Ciaruffoli

see page 12 for the italian text

RESEARCH AND EXPERIMENTATION ARE THE KEY WORDS. ALSO BECAUSE 10 YEARS AGO, WHEN I STARTED MY CAREER, THERE WERE REALLY VERY FEW ALTERNATIVES FOR COELIACS

Born in Modena in 1973, Marcello Ferrarini is a "son of artists": his grandfather was a famous chef and his mother a highly sophisticated gourmet. As often happens when your path in life seems to be already marked out, as a boy he decided to make a name for himself by following a personal path which would lead him to graduating from the Istituto d'Arte and obtaining a degree in Psychology. Having never quenched his passion for cooking, it was at the beginning of the new millennium that Marcello decided to make it his profession, as a result of being diagnosed with coeliac disease on the eve of this thirtieth birthday. Forced by the need to find tasty alternatives suitable for his new diet, Marcello transformed his difficulty into an opportunity, proposing himself, first of all, as a personal



home chef, and then by training successfully at the Italian Cooking School. A member of the Associazione Cuochi Emilia Romagna, Ferrarini gives cooking courses to amateurs and professionals, provides consultancy services for companies producing gluten-free, but also organic and vegan, foods and products and collaborates in the creation of ad hoc menus for many restaurants – the latest at the "Zenzero Bistrot" of Bologna and the "Romeo Restaurant" of Modena –, which together with showcooking and a lot of research have been a part of his career to date, making him the reference chef for gluten-free cuisine in Italy.

How would you define your cuisine?

"Above all it is accessible to everyone! Gluten-free does not mean without taste or style and beauty. I work for people who are coeliacs or intolerant of or sensitive to gluten, but also for their families, friends and colleagues, who often approach the subject with hesitation when they come to my courses or events. But once they have tasted my dishes they are the most satisfied.

Who were your maestri

"Certainly Davide Berchiatti, a former pupil of Nicola Michielotto, pioneer of natural, vegetarian cuisine in Italy. However, I started my research in the gluten-free area without reference points, building my professional path on my own".

Can we find the Emiliano tradition in your recipes?

"Yes, my cooking is centred above all on fresh pasta, which I make by hand, rolling it with the rolling-pin. However, gluten-free".

What are your main raw materials?

"Gluten-free flours, made mainly from rice and corn. Or also from peas, chestnuts, carobs, chickpeas, in short, naturally gluten-free products".

Does this type of cuisine have any limitations?

"The only difficulties you can meet are in textures, but with a bit of skill, technique and passion you can create gluten-free recipes that cannot be distinguished from classic ones".

Did your artistic training help you to have a special attention for the appearance of a dish?

"Yes, it is one of my habits. Amongst other things I love creating food design installations that carry a message and stimulate

Gluten-free, on television too!

It's called "Gluten-free with taste" and from 15 September it will be broadcast on Gambero Rosso Channel - Sky 411, from Mondays to Fridays at 11.30, 17.30 and 23.00. It is the first program entirely dedicated to gluten-free recipes. Presenting it, obviously, will be Marcello Ferrarini. The chef from Emilia will be proposing twenty-four dishes in 12 episodes, designed for coeliacs but suitable for everyone: from starters to desserts, fresh pasta and risottos, dishes made using gluten-free beer, from pseudo-cereals to flours, and, to finish, desserts.

reflection on topics linked to the man-food relationship. I like the contamination between the arts and my research is moved by curiosity in every creative sphere and artistic expression”.

In the future will you set up your own gluten-free restaurant?

“Yes I probably will even if perhaps the time is not right for such a radical decision. Instead I believe it would be better to have a wider choice in a menu that also satisfies the needs of coeliacs; the same direction in which I worked with the restaurants with which I have collaborated up to now”.

EVENTS

Membership card for 2015: a hail of votes for Antonio

by **Pietro Roberto Montone**

 see page 14 for the italian text



THE PROJECT PROPOSED BY THE GRAPHIC DESIGNER FROM LUCANIA, WINNER OF THE COMPETITION ORGANISED BY FIC WAS MET WITH GREAT ENTHUSIASM. THE CLARITY AND EFFICACY OF THE MESSAGE WERE THE KEYS TO HIS SUCCESS

Antonio Sonnessa, with a degree in Advertising Graphics, is a freelance web and graphic designer. Born in Rapolla (Pz) in 1985, he worked with various agencies all over Italy also carrying out training activities in the field of graphic and web communication. He works with enthusiasm, putting quality in first place; the projects he follows reflect his experience and passion for the web and graphics, but also his great attention to delivery times, respecting deadlines, the fundamental aspect for consolidating his own professionalism and a relationship of trust with the client.

Where did your design idea for the FIC 2015 membership card come from?

Each of my campaigns start as a unique item, a custom-made path to dialogue with the public in the most effective way, al-

ways and in any case with a great idea at the core. Convinced of my inventiveness, originality and unpredictability, I make good use of every surface, every means and every vehicle obtaining the maximum result with the minimum resources.

How long did it take to achieve it?

The working phases of a graphic project are often different because they generally depend on the various characteristics of the requested work and the client's needs. Right from the first approach to carrying out this project, I immediately had a precise idea of the product I intended creating. I wanted it to be clear and efficacious. It is because of this that after several hours of work I managed to find the most convincing solution that related the most to my creativity.

Were you expecting such a wide approval?

When I create a project I am always confident and satisfied with the work I do. So I imagined that my idea would have met the approval of a lot of people and that I would have received a certain number of votes, but very sincerely I never expected such a wide approval so I think that it is only right on my part to thank everyone.

How long have you known the Federazione Italiana Cuochi (the Italian Chefs Federation)?

I have known the Federazione Italiana Cuochi for about four or five years through some friends who joined it. In fact it was they who told me about the competition underway and encouraged me to participate.

What relationship do you have with cooking and food?

As we know, food is one of the pleasures of life and that is how I consider it. From the time I was a child, I have always loved eating little but well and in a balanced way. Above all I prefer particular, imaginative dishes that whet the appetite. Sometimes I enjoy cooking personally experimenting with new recipes.

Will you take part in the competition next year too and if so do you already have a graphic project in mind?

I will be very happy to take part also because it has been a very satisfying, exciting formative experience for me. And then,

receiving such a wide approval was very satisfying. However, I do not have a project in mind for next year for the simple reason that my creations are always up-to-date and in step with the time. In the world of graphics, in fact, you have to work in line with market requirements day after day so that you are always dynamic and ready for change.

COMPETITIONS

A totally new National Team for the Culinary World Cup 2014

by **Stefano Pepe**

🇮🇹 see page 20 for the italian text

THE 4-YEARLY APPOINTMENT INVOLVING THE WHITE HATS FROM ALL OVER THE WORLD RETURNS TO LUXEMBOURG. THE NOT-TO-BE-MISSED EVENT WILL BE HELD FROM 22 TO 26 NOVEMBER, AT THE SAME TIME AS THE EXPO GAST FAIR

The eve of a great culinary event like the "Culinary World Cup" in Luxembourg is always particularly exciting in the chef's world. For us Italians, then, it is interesting to know that a new National team will be taking part in this edition of

the event, after the records of the teams of the past magnificently represented internationally by the **close-knit quartet Tacchella, Tomasi, Valletta and Momolo**.

In their 12 years in the Nazionale Italiana Cuochi (NIC) they have raised up high the colours of our Flag, together with all the members who took part in the team, winning a highly respectable prize record, from which the winning of the **World Pastry-making Cup in the 2006 edition** by the pair, Diego Crosara and Andrea Voltolina emerges with significance. As in everything, however, it is only right that there are changes, new paths and new situations so as to give, those who deserve it, the possibility of competing, taking on an honour full of responsibilities and expectations, and allowing new candidates to prove their own skills, professionalism and ambition.

The old "Team Puglia" of the friends Pietro Pezzolla (in the capacity of Team Manager) and Pierluca Ardito (Team Chef), together with their colleagues, in all these years was a protagonist, showing its value and becoming a strong reality worthy of the NIC of Fabio Tacchella. With the entry of new members selected all over Italy, a great commitment is expected from one part of the old team, made of sacrifices and dedication to give a shine to Italian records.

They will be days in the spotlight for our new young competitors, **captained by the Team Manager Daniele Caldarulo** in a spectacular kermesse which, like every event worthy of respect, will leave with us, however it goes, happy memories and strong emotions.



The “Culinary World Cup”

The culinary world cup, which will be held from 22 to 26 November, was founded as a result of the collaboration of the **Club Vatel Lussemburgo** and “**Amitié Gastronomique François Vatel**”, and takes place at the same time as the “**Expo Gast**”, The World Salon for catering, hotel and hospitality services. The long-awaited culinary event is organised by the International Fair Authority of Luxembourg, and takes place every 4 years in the Park of the Exhibition Centre of the Duchy; it was presented for the first time in 1972, with decidedly more modest dimensions and characteristics than the last and current editions, but with a constant growth in members and events. In its fair pavilions we can discover not only the fabulous cooking demonstrations of chefs from all over the world but also the latest trends in the hotel and food and wine sector. In fact many international companies exhibit their new kitchen equipment, IT techniques and innovations in the field of the culture of the table. Numerous buyers, professional groups and companies operating in the food and wine sector meet to present their activities and to show the visitors their new products in the areas of hotel supplies, restaurants, communal services, pastry-making, butchering, bread-making, organisational equipment, food and wine and tourist-related literatures, supplies for the kitchen, drinks and food commodities.

But the spotlights, as expected, will be mainly shining on the “**World Cup**” which according to our information (provided by the organisation) in the last edition of 2010 (where the **Singapore National Team thrashed everyone**) saw the **participation of 2,400 chefs coming from 53 countries**, divided into national and junior teams, national military teams, regional and association teams, as well as individual participants, who competed for the medals and titles of “Champions of the World” in the various categories, through complex competition programs, with parameters and procedures established by the International Regulations of the **Wacs**, the World Society for professional chef organisations and associations, whose international jury, composed of 55 highly qualified chefs, will also guarantee, this year, that the event takes place correctly. So “good luck” to everyone, to the 105 and more teams and more than 1.000 individuals already enrolled in the 12th edition of this splendid event, where we will find the traditions and innovations of the five continents, whose diversity is clear and at the same time fascinating; may it be, as it always has been, a close and brilliant competition, where we will find a great spirit of professional, but always convivial, rivalry, under the banner of friendship and brotherhood among peoples.

SAPERI E SAPORI

Pepper mills, salt mills and mortars

by **Eugenio Medagliani**, Humanist coppersmith
 see page 24 for the italian text

INDISPENSABLE FOR CRUSHING AND PULVERISING SPICES, DRIED PULSES AND ALSO COFFEE, THESE TOOLS MAKE ALL THE DIFFERENCE IN THE KITCHEN, BECAUSE THEY PRESERVE THE AROMA OF THE INGREDIENTS, AND IN THE CASE OF PEPPER AND SALT, MAKE IT EASIER TO SERVE AT THE TABLE.

While it ripens, pepper first of all assumes a green and then a pinkish colour and finally, when completely ripe, after being picked and dried in the sun, it becomes the black pepper which, steeped in water and then dried, eliminates the outer skin releasing the white more aromatic and less spicy seed.

In the **pepper mill**, the mechanism is quite similar to that of the coffee mill: it is fitted inside with a wooden, metal or plastic container fitted with a cast iron, hardened steel, stainless steel, or nylon mill, depending on the spice to be milled.

Unlike the coffee mill, however, the pepper mill is constructed so that it causes the milled product to fall straight onto the food. This requirement derives from the fact that, as in most spices, what gives pepper its typical spicy taste is the volatile oil that rapidly loses its characteristics when it is milled.

The thickness of the milled product depends on how close the milled surfaces are to the device and this is regulated by a nut or threaded knob. A good pepper mill must be able to contain at least two tablespoons of pepper in pods so that you don't have to keep filling it up all the time.

The pepper mills found in the shops today are not only functional but they are also so different and artistic that they attract the attention of collectors. The oldest proof of the existence of the pepper mill is to be found in an inventory of objects belonging to an aristocratic Provençal family in 1448. But at that time pepper mills were very rare and the mortar would for a long time be the tool used to reduce spices and mustard seeds into powder. Two words about **mortars** which starting from the XIV century had great culinary importance in the preparation of sauces. With the help of a pestle, spices, pepper, nutmeg, mustard, onions and, above all, garlic, were crushed. Mortars were also used to reduce to flour or purées winter foods such as grains, peas and

all dried pulses, and also both sea and mineral salt.

Mortars were made in wood, stone, marble, terracotta, china, cast iron, bronze and even silver. Their decoration followed the style of the period in which they were produced and this makes it easy to classify them. The complement of the mortar is the pestle made in a wide variety of materials: bronze, iron, copper, wood and china. It is preferable if the mortar and pestle are made in the same material to obtain a regular and even result.

Even if no longer in fashion, due to the great popularity and offer of food products that have already been transformed by the industry and currently present on the market, we can see that by using the mortar for certain cooking operations (see the preparation of pesto, stuffings and butters), the result is often superior in freshness and flavour. In actual fact, the mortar is, just like the wheel, a fundamental object for the history of humanity.

Once upon a time, the mortar was useful for the chef, the alchemist and the pharmacist or anyone who needed to crush, mill and reduce to powders of various finenesses or to pound and reduce to a purée.

The **salt mill** is very similar to the pepper mill: since sodium chloride crystals do not release precious aromatic oils, salt is sold already ground. The problem that the salt mill tends to resolve is that of making it easier at the table to salt foods that are insipid to the palate of the diner; due to the fact that salt is hygroscopic, i.e. its characteristic of absorbing humidity, it is often difficult to shake the grains of sodium chloride out of the small holes of the salt cellar because they tend to stick together.

DIDÁSKO – SCHOOL AND TRAINING

Great events, daily efforts

by **Giovanni Guadagno**, www.abcuoco.it
 see page 28 for the italian text

ITALY IS THE CRADLE OF CULTURE AND TOURISM? OUR CATERING COLLEGE IS THE CUSTODIAN OF A GREAT TRADITION OF HOSPITALITY? OF COURSE IT IS, BUT ONLY TOO OFTEN WE SEEM TO FORGET IT, OVERCOME BY SMALL DIFFICULTIES AND DEFEATISM. AND IT IS A SHAME, BECAUSE WE CAN CREATE A BETTER WORLD, BUT WE HAVE TO WANT TO.

Here we are again! The inevitable and implacable start of a new school year. The first days of school, however, hold onto suntanned faces and shorts, the relaxed climate of the summer holidays. Even the school executive, alias Head-master in days

gone by, the technical operators, alias the janitors, and even the teachers, interact with each other and with the pupils with a certain dose of cordiality.

We know it won't last long and that soon we will have to get back to the normality of school life among explanations, that will force the pupils to push their intellect in order to understand and therefore "to sweat over their books", and exercises that will sorely test the intelligence of everyone. In fact, it is one thing to know the topic and another, on the other hand, to apply theorems and rules correctly to the solutions of problems and practical cases. The difficulty then becomes dread of the feared interrogations and tests, which in all kinds of catering colleges take the form of practical tests which are not always easy.

Often, taken as we are by thousands of work problems, we lose sight of the objectives and the ultimate goal of our life. Each of us has, more than once in our life, dreamt of achieving a goal: individually or together with others we have embraced an ideal. Then, usually, things don't go the right way. We encounter the "hard" reality of everyday life and we have to lower our gaze. We fall into frenzies of discomfort and we try to find a way out. We are the children of our humanist culture, of everyday things and of the solution of contingent problems; we are distracted away from the great objectives we set for ourselves at least once in our life. In Italy that's the way it is for many aspects of life; two examples: school and work. How to tackle concrete and existential problems? We must react, leaving behind us, first of all, the "I couldn't care less" attitude and embracing once and for all the "we can do it". We must forget, for ever, the position of the "in any case nothing ever changes" to believe and hope in a better world.

Object if you like that this is pure idealism but also show me some other way you want to go to guarantee a future and a tomorrow, not only for our children, but for ourselves too.

In recent years the lack of an adequate policy that chooses the direction in which to go and does not lavish benefits on all of us just to keep us happy, has been one of the most obvious failures of our country. However we cannot disregard personal effort: each of us in our



own daily commitment to the social and work world, in school and in the family, must build bridges and contain ourselves and limit the sense of being lost in a whirlwind of problems.

As Arthur thinks in the novel by Elsa Morante "Arthur's Island", we don't want to know any more about it either and therefore we lower our eyes and do not even see the tips of our toes.

Italy is the cradle of global culture and tourism. At our catering colleges we are the custodians of a great tradition of hospitality. If we have, as it is pragmatically correct to state, totally or partially lost this path, we must find it again, without nostalgia or revanchism, and build new paths around it.

The catering college transmits a life style, a way of relating to others as well as all the techniques necessary for doing our job professionally. We must believe in ourselves and above all we must not allow anyone to steal our dream of a better world.

IPSE DIXIT

"Everybody was busy with simple, natural things. Only I followed the terrible and extraordinary mysteries which perhaps didn't even exist and which, moreover, I didn't even want to know any more". Elsa Morante – Arthur's island

LA PASTICCERIA

A symphony of flavours and textures

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

photo by **Giovanni Vernengo**

see page 32 for the italian text

THE "SEMI-FREDDO BASE" IS THE STARTING POINT FOR THIS DELICIOUS COMPOSITION OF CREAM, MOUSSE, BISCUIT AND ICING, COFFEE, COCOA, ALMONDS, VANILLA... DIFFERENT ELEMENTS THAT BLEND IN THE DISH IN A CONCERT OF SWEETNESS.

Continuing our journey through the world of desserts, in this number we present a recipe in which, unlike the cases presented in articles published in the previous two numbers, the flavours, essences and fragrances of the various preparations will be mixed when the dish is plated.

In the last article we mentioned the balancing of Italian me-ringue-based fruit mousses, while in this edition I would like to

discuss the composition of cream mousses, the main element of which is the "semifreddo base" (this doesn't mean to say that fruit-flavoured mousses cannot also be made with the "semifreddo base").

For the "semifreddo base" we need an average of 185 gr of egg yolk, 455 gr of sugar and 155 gr of water, which I usually substitute with liqueurs, liquorish-flavoured wines or, if the dish is coffee-flavoured, with a not very concentrated espresso.

The sugar is cooked with the liquid until it reaches a temperature of 121°C and is then poured onto the whipped egg yolks and whipped until it cools. This procedure replaces the classical technique of whipping the egg yolks in a double boiler insert.

To the "semifreddo base" of around 640 gr that we have obtained we add double the amount of cream until we reach 150% (1600 gr of lightly whipped cream) more than the weight of the "semifreddo base"; the cream must be added without sugar because it is compensated by the sugar already in the "semifreddo base".

For the gelatine we must consider around 11 gr per kilo of end product (the "semifreddo base" + cream + flavoured paste which can be pistachio, hazelnut, walnut, etc.).

As far as the pastes to be added are concerned, mixtures can be found with various levels of flavouring, so it is advisable to follow the description provided and recommended by the manufacturer. If, for example, you are making a pistachio-flavoured mousse: 640 gr of "semifreddo base" (using pistachio oil as the cooking liquid for the sugar), 1600 gr of lightly whipped cream without sugar, 25 gr of gelatine, 165 gr of pistachio-flavoured paste.

Note that the proportions of the mousse ingredients listed above must be considered as approximate and therefore they can be personalised as you wish. The presented dessert has been prepared using various techniques to obtain a chocolate crème.



SPAZIO GIOVANI

Leonardo La Cava Against the current, along the roads of the world

by **Alessandro Circiello**,
person in charge of F.I.C. Youth Compartment
🇮🇹 see page 36 for the Italian text

HE HAS BEEN LIVING IN FLORIDA SINCE 2013 BUT DREAMS OF OPENING HIS OWN RESTAURANT IN ROME, WHERE HE CAN TELL HIS STORY THROUGH DISHES THAT HAVE TRADITION IN THEIR HEARTS AND AN INTERNATIONAL SPIRIT



Not only an irresistible calling, cooking for me has been a courageous choice against the current. I was born into a family of lawyers, in Rome, and I interrupted the family tradition in the law to dedicate myself, from adolescence, to culinary studies and experiments. After this first self-taught training period, I decided to refine my know-how by attending the courses of ALMA, with the goal of making myself a spokesman of Italian cuisine in the world. This was followed by various experiences in restaurants some of which had Michelin stars and others not, and in prestigious hotels, until I decided to move to Florida in the United States, where since 2013 I have been working as a consultant in events' organisation. I have many dreams, including that of returning to Italy to open a restaurant in my home town, where I will be able to propose a two-themed menu based on love for tradition and innovative international tones which I obtained and adopted in the countries I have visited.

SPAZIO GIOVANI

🇮🇹 see page 37 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.

PROFESSIONE CUOCO

Francesco Mazzei Not only a chef but also a promoter of Italian cooking abroad

🇮🇹 see page 40 for the Italian text

THE ITALIAN FEDERATION OF CHEFS DEALS WITH THE PROTECTION OF TRADITIONAL ITALIAN CUISINE AND ITS INGREDIENTS IN THE UK, TOO, THANKS TO A DELEGATION ACTIVE SINCE 2012



Many of us have seen him on *Celebrity Master Chef* or on the television programs *Market Kitchen* and *Saturday Kitchen* on the BBC. Many palates appreciate him every day in the *Anima Restaurant*. We are talking about the famous chef Francesco Mazzei, president of the UK delegation of the Federazione Italiana Cuochi. But what is hidden behind his delicious creations? Passion, tradition and dedication.

When he was a little boy, Francesco used to wander around the kitchen and together with his mother prepare tomato sauce and wholesome dishes. And it was when he was 9, so that he could buy his first pair of Levi jeans, that Francesco decided to work in his uncle's ice-cream parlour, learning how to make pastries and ice-cream. His talent was soon recognised by the famous chef Angelo Sabetta who encouraged him to follow the career of a chef.

After attending catering college, Francesco opened his first restaurant in 1992. After this experience he transferred to Rome where he worked for Ciga at the *Grand Hotel et De Roma*. The wish to learn more and to perfect his English led him to the other side of the Channel where he crowned his dream of working at the mythical Hotel Dorchester. After 4 years he returned to Rome and worked at the Michelin Star restaurant Eden *Terrazza*, on the top floor of the hotel Eden with its splendid view over the capital. After Rome he moved to the *Santini* of Milan and Edinburgh as executive chef.

Before moving to Bangkok to launch the Italian restaurant at the *Royal Sporting Club*, he returned to London where he cooked

alongside Alan Yau becoming head chef at the Italian restaurant Anda in Marylebone, collaborating as consultant chef at *Hakkasan London*, Miami and Istanbul and *Yauatcha* London and Mumbai. In September 2005 Francesco opened *Franco* in Jermyn Street on behalf of the Hambro family, a restaurant widely acclaimed by the critics.

His career continued with the opening of the kitchen at the *St Alban* of the famous restaurateurs Chris Corbin and Jeremy King. He was also responsible for launching the *Princi* chain, the famous Italian bakery in the centre of London and the development of the *Istanbuldoors* Italian concept. In 2008 he founded the restaurant *L'Anima* acclaimed immediately by all the critics in the sector. We can consider Francesco Mazzei an active promoter of the Italian culinary tradition. He is the ambassador of Slow Food Uk and of the Welsh Lamb Club led by Prince Charles as well as being ambassador of the *nduja* and the bergamot and *brand ambassador* of Grana Padano in Uk.

Francesco is an indefatigable figure, constantly on the go, who does not forget his origins, especially in the kitchen. In each of his recipes we find the authentic flavours of the south that can also be enjoyed in his latest creation, *L'Anima Cafe*, a recently opened informal café in Appold Street.

THE F.I.C. AND THE TRIUMPH OF ITALIAN CULINARY SPECIALITIES AT WELCOME ITALIA

The Federazione Italiana Cuochi is responsible for protecting traditional Italian cuisine and its ingredients and thanks to the constant commitment of the chef Francesco Mazzei, in 2012 also started operating abroad founding the UK delegation which is active on the other side of the Channel. Right from the beginning the organisation has promoted ventures and events of a culinary nature, the last but not least of which was Welcome Italia, the wine and food festival dedicated to the excellent products of Italy organised by the Italian Chamber of Commerce for the United Kingdom, the second edition of which was held from 26 to 28 September at the Royal Horticultural Halls in London.

The event pays homage to the Mediterranean diet and the Italian tradition and F.I.C. is delighted to be able to make its own contribution to Welcome Italia with its exceptional representatives. It is a triumph of authentic perfumes and flavours. Welcome Italia opened its doors to Londoners and gourmets offering a glimpse of the wonders that the Bel Paese is able to offer.

LADY CHEF

Lady Chef: professionals, enthusiasts, united

by **Andrea Di Felice**,

 see page 46 for the Italian text

THEY MANAGE THE KITCHENS OF FAMOUS RESTAURANTS, CREATE HAUTE CUISINE DISHES AND STAND OUT FOR THEIR CREATIVITY AND SENSITIVITY. TOO OFTEN, HOWEVER, FEMALE CHEFS ARE NOT RECOGNISED FOR THEIR JUST MERITS. A "TOTALLY FEMALE" ASSOCIATION HAS BEEN CREATED TO SUPPORT THEM.

On 10 August the Pescara provincial association of chefs founded the "**Sodalizio delle Lady Chef**". It was presented during a fair of typical products from Abruzzo and some members of the Sodalizio held a cooking show: Domenica Vagnarelli prepared "*Smoked sea bream with lemon and parsley mayonnaise*", Angela Di Crescenzo made "*Rice and dried cod cake with cream of potatoes*", Emma Barone cooked "*Breast of chicken stuffed with wild herbs*" and Marta Di Marcoberardino prepared "*Li Tatu*", typical biscuits from the Fino Valley.

The objective of the "Sodalizio delle Lady Chef" – explained the president of the Pescara chefs Association Pescara **Lorenzo Pace** – is that of **acknowledging the worth of the female chef and making best use of their professionalism** contributing to giving a different image of chefs who today are no longer those who create a homely cuisine for small restaurants, but on the contrary they are professionals who more and more often manage the kitchens of very famous restaurants appearing in influential food and wine guides. Lady Chefs, therefore, who work



with passion and dedication making haute cuisine dishes thanks to their sensitivity, but who, unfortunately do not receive their well-deserved recognition: which is exactly what we will try to do with the Sodalizio”.

The coordinator of the Sodalizio, **Enza Liberati**, emphasised that “the Lady Chefs group is committed to proposing a creative cuisine with agricultural food products from Abruzzo making the best possible use of them from the nutritional point of view and for this reason it will organise lessons, cooking shows and topical events with the collaboration of a nutritionist”. The “Sodalizio delle Lady Chef” will be committed to giving priority to the relationship of **collaboration with all the female organisations of the region** who are involved in food and wine and solidarity. “Regarding this – the coordinator states – we will propose a collaboration with the Associazione Donne del Vino abruzzese (Abruzzo Ladies Wine Association) to organise together food and wine promotional events. The Sodalizio is composed of chefs operating in various types of regional restaurants and is supported by the nutritionist Laura Masini. The founders are: the coordinator Enza Liberati, Emma Barone, Bruna Centurione, Antonella D’Alfonso, Angela Di Crescenzo, Martina Di Fabio, Assunta Di Fulvio, Antonina Di Giacomo, Marta Di Marcoberardino, Francesca De Dominicis, Nadia Moscardi, Paola Prospero, Anna Savini and Domenica Vagnarelli.

LADY CHEF

see page 47 for the italian text

The National Association of Lady Chefs of the Italian Federation of Chefs operates from the point of view of the gender difference, with the aim of eliminating any prejudice that is an obstacle to equality of the sexes. In fact, by valorising the gender difference as a factor of economic and social development, Lady Chefs, not only at national but also provincial level, are organising themselves by forming associations that are promoted by the Provincial Associations themselves in respect of the organisational autonomy of the same Associations. All members of the associations are committed not only to removing any form of discrimination in the category but also to achieving the following aims in the professional sector: spreading and promoting the heritage of traditional Italian cuisine; encouraging actions of support and promotion for implementing ventures to employ women in the kitchen and guaranteeing a better conciliation between professional, private and family life; promoting gender policies in collaboration with territorial, national and international institutions; promoting activities for charitable and voluntary ends.

ATENEO DELLA CUCINA ITALIANA

The dark side of refined flour

by **Michele D’Agostino**,
coordinator of the Ateneo della Cucina Italiana F.I.C.
see page 50 for the italian text

UNNATURALLY “WHITE”, THE BREAD WE USUALLY PUT ON OUR TABLES IS NOT THAT BASIC, HEALTHY AND PRECIOUS FOOD THAT WE BELIEVE. ON THE CONTRARY. AND THE SAME APPLIES TO PASTA AND NON-WHOLEMEAL BISCUITS AND CAKES. LET’S FIND OUT WHY.

The “killer food” we see today, if you haven’t heard of natural food could really surprise you, and it will probably destroy the deep convictions we have had since birth, and that our Italian tradition does not help us to soften.

By white flour I mean the flour that we usually find on our tables in the form of bread, pasta and biscuits and cakes. This type of industrial product which no longer contains anything natural has been deprived of 2 fundamental parts of the wheat seed; the bran on the outside and the germ on the inside (the embryo). A diet mainly based on this product is the main cause of malnutrition, constipation, fatigue and numerous chronic illnesses.

If we think about it, it is a rather recent product, in fact common bread until just a few years ago only existed in the wholemeal form. **White bread was only introduced in the last 50-60 years**, the symbol of an economic and technological progress that did not take into account the health of human beings. Moreover, in the Fifties wheat was the victim of profound genetic transformations by the great Italian agronomists. The genetic search for wheat that guaranteed large-scale productions and highly resistant to external events, created excessively **impoverished wheat, almost completely without nutritional substances**. Enriched flours were even created to overcome the lack of these nutrients. Therefore, the large wheat refining industries add 4-5 vitamins and inorganic minerals thinking to compensate for the 15-20 or more substances that are found in the bran and germ (without considering the fibres...).

But let us look at what the excessive consumption of white flour does. **The more refined products a person eats, the more insulin must be produced by the organism.** Insulin encourages the depositing of fat, progressing to a **rapid increase in weight**

and high triglycerides, which can lead to heart diseases. In time, the pancreas becomes so overworked that the production of insulin is blocked, and hypoglycaemia (a deficiency of sugar in the blood) or **diabetes** is caused. It is not just a coincidence that diabetes is one of the most wide-spread diseases in the last decades. In the USA, babies are born diabetics due to the eating errors of their parents and in Italy the percentage of coeliac disease and gluten (present in wheat) intolerance grows by 10% every year. Refined wheat flour is also the fuel that **feeds infections and high levels of sugar in the blood** creating fertile ground for harmful bacteria and subsequent **weakening of the immune system**. But that is not all; unfortunately the situation is even worse.

Why is the colour of white bread so white when the flour taken from wheat is not? It's because the flour used to make white bread is **chemically bleached**, just like you bleach your clothes. When you are eating white bread, you are also eating **residual chemical bleach**. Flour mills use different chemical bleaches, all of which are pretty bad. Here are a few of them: Oxide of nitrogen, chlorine, chloride, nitrosyl and benzoyl peroxide mixed with various chemical salts. One bleaching agent, chloride oxide, combined with whatever proteins are still left in the flour, produces alloxan. Alloxan is a poison and has been used to produce diabetes in laboratory animals. Chlorine oxide is also used to lengthen the conservation of flour, but it is not exactly healthy. Also in the production process of white flour, half of the unsaturated fatty acids which have a high nutritional value are lost during milling and practically all of the vitamin E is lost with the removal of the wheat germ and bran.

The result is that **the rest of the flour in the white bread we buy only contains small amounts of protein and modified starch**. But that's not all as far as the loss of nutritional substances is concerned. Around 50% of all calcium, 70% of phosphorous, 80% of iron, 98% of magnesium, 75% of manganese, 50% of potassium and 65% of copper are destroyed. As if this wasn't serious enough, around 80% of thiamin, 60% of riboflavin, 75% of niacin, 50% of pantothenic acid and around 50% of pyridoxine are also lost.

And that's not all....

Simple sugars and refined carbohydrates (white flour, pasta, processed products, devitalised foods, etc.) require little metabolism and enter the blood flow quickly. **Sudden increase in sugars.** The pancreas, the organ that regulates the quantity of insulin that is released into the blood, is overworked by the sudden increase in sugars. The result of all of this is a strong decrease in glycaemia (usually within an hour) and a subse-

quent sensation of **lethargy, mental confusion, weakness and a false sense of "hunger"!**

All these problems lead to a strong acidity that I consider to be one of the main causes of every disease. As if it wasn't enough, this makes the sugar cause an increase in weight, not only via its unnatural calorific content, but in actual fact because it changes the metabolism! What does this mean?

We can soon say: if two groups of people eat exactly the same number of calories, but one group takes its calories from sugar and refined products, while the other group eats calories in the form of wholemeal cereals, fruit and vegetables, the first group puts on weight, while the other doesn't. This result comes from studies published by the US Ministry of Health.

So, as we have seen just a few synthetic nutritional substances are again added to the white flour that it then called "enriched". In actual fact, there was no real "enrichment" of the original product, but deceit and destruction of the life of one of the many perfect creations we find in nature.

Do not allow yourselves to be deceived by products that are advertised as wholemeal cereals when in fact they are not. They may contain a small amount of wholemeal cereals, but there can also be a lot of other pointless and unhealthy ingredients. For example, if the bread is soft, it is unlikely that it is really wholemeal. Make sure you read all the ingredients of all the products you buy carefully. If you still tend to eat cereals, buy them in grains: there are many excellent ones on the market.

Taken from: www.altrainformazione.it/wp/2013/04/11/il-la-to-oscuro-della-farina-raffinata

ATENEO DELLA CUCINA ITALIANA

🇮🇹 see page 51 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.



DESIGN
MODERNO



BOTTONI
TESSUTO

GIACCA COOKING MASTER CHEF

LA PIÙ VENDUTA
IN ESCLUSIVA SU
WWW.CARINE.IT

€ 49,00

IVA INCLUSA



SPACCHI
SCHIENA



carine

COOKING *Chef* MASTER

OROGEL

Food Service

*Segni particolari: qualità a 360°
da oggi i nostri prodotti hanno la carta d'identità*

SCOPRI CHI SONO

Utilizza il
codice QR
o collegati
al sito:



www.rogelfoodservice.it

Troverai tante informazioni utili
su tutta la filiera produttiva oltre
a gustose ricette, suggerimenti
golosi e novità.

I nostri prodotti sono raccolti seguendo
il ritmo delle stagioni e surgelati entro
poche ore per mantenere intatta tutta
la loro freschezza.

Scopri subito tutte le informazioni,
le zone di coltivazione, i consigli
di utilizzo, le invitanti ricette e
videoricette che ti aiutano ad esaltare
la tua cucina.



www.rogelfoodservice.it