



RISTORANTI CONTRO LA FAME - AZIONE CONTRO LA FAME

Rassegna Stampa del 04/12/2017

INDICE

RISTORANTI CONTRO LA FAME - AZIONE CONTRO LA FAME

04/12/2017 Cucina Moderna

GUIDA ALLA SPESA

4

RISTORANTI CONTRO LA FAME - AZIONE CONTRO LA FAME

1 articolo



alla guida alla spesa

I MIGLIORI **PRODOTTI DI STAGIONE** DA METTERE NEL CARRELLO, I NOSTRI **CONSIGLI PER GLI ACQUISTI, BUONI AFFARI, INIZIATIVE E IDEE RISPARMIO**

IL FRUTTO agrumi di Natale

Possono essere un festoso centrotavola, per poi gustarli a fine pasto o utilizzarli per piatti profumati.

ARANCE Le "bionde" Navel, coltivate in Sicilia, sono ottime da tavola. Gli spicchi, pelati al vivo, sono deliziosi nelle insalate, come quella siciliana, che li abbina a finocchi e olive nere.

BERGAMOTTO Eccellenza della Calabria jonica, arricchisce le macedonie di frutta; un po' di scorza o di succo mescolato a quello di limone regala alle marinade di pesce un aroma particolare.

CLEMENTINE Dolcissime e con pochi semi, sono un frutto goloso; svuotate e farcite con un sorbetto preparato con il loro succo diventano uno sfizioso dessert della tradizione, rinfrescante e digestivo.

CEDRO Con il rinomato agrume calabrese potete preparare una marmellata, ideale per crostate profumate o per accompagnare formaggi piccanti.

LIME Provate a utilizzare il suo succo per una vinaigrette da cospargere su salmone affumicato e avocado a dadini, da servire come antipasto.



MAURIZIO LODI

LA RICETTA MACEDONIA ALLE SPEZIE

Mettete in un pentolino il succo di **1 arancia** e **1 limone**, unite 4 cucchiaini di **miele**, 1 stecca di **cannella** spezzata a metà, 4 **chiodi di garofano** e 2 **anici stellati** e cuocete per 3-4 minuti a fuoco dolce, in modo a ottenere un liquido sciropposo.

Sbucciate 6 **clementine** ed eliminate la pellicina bianca. Tagliate le calotte alle estremità di 2 **pompelmi rosa** e 2 **arance**, sbucciateli al vivo e riduceteli a fette. Tagliate 6 **kumquat** e 2 **lime** a rondelle. Trasferite tutti gli agrumi in una ciotola,

aggiungete lo sciroppo alle spezie preparato e mescolate. Coprite con pellicola e mettete in frigo per 10'. Portate la ciotola in tavola e servite la macedonia con un mestolino. Se vi piace, accompagnatela con un croccante o un caramello sottile.



LA SPECIALITÀ **panettone artigianale**

Quelli artigianali possono costare oltre 10 volte i panettoni industriali. Vale la pena di spendere cifre così elevate? Dipende dal risultato finale, perché non tutti i panettoni di pasticceria sono uguali. In primo luogo bisogna valutare la qualità delle materie prime: farine dei migliori mulini, burro da centrifuga (in genere del Nord Europa), uova fresche di galline italiane allevate all'aperto (alcuni utilizzano solo i tuorli), canditi naturali non trattati con anidride solforosa, uvetta al top, come quella australiana 6 Corone, miele italiano di pregio (se previsto). Meglio evitare i panettoni con monodigliceridi degli acidi grassi (E471-E472), utilizzati da alcuni artigiani come addensanti e conservanti: danno al dolce un aspetto spugnoso e un senso di allappamento all'assaggio (non si sciolgono subito in bocca) invece del gusto setoso che dovrebbe avere.

*Con la consulenza del
pasticciere Giovanni Pina,
Trescore Balneario (BG)*

Gli ingredienti sono indicati in etichetta, e generalmente tutto ciò che rende più pregiato un prodotto, anche se non è un obbligo di legge, viene evidenziato sulla confezione oppure in direttamente in pasticceria. Per raggiungere l'eccellenza infatti ci vuole anche una lavorazione lunga (almeno 36 ore) e a regola d'arte. In particolare nella gestione del lievito madre e del suo livello di acidità, che è fondamentale per il gusto finale ed è affidata alla maestria del pasticcere e non a processi standardizzati come nell'industria. Tutto questo influisce sul prezzo, che è determinato anche da altri fattori: come il costo della manodopera, per un pasticcere è di circa il 32% sul totale; oltre alla quantità e alla durata limitate dei panettoni (da 3 a 28 giorni), che vengono venduti freschi.



**guida
all'acquisto**

Noci di buon augurio

Grazie alle proprietà benefiche per il cuore e all'utilizzo sempre più variato in cucina, le noci negli ultimi anni sono diventate tra **i frutti più amati** dagli italiani. Simbolo di buon augurio, sulla tavola delle feste non possono mancare.

1 Guscio. Le noci marrone chiaro con venature scure sono state solo **spazzolate e lavate**. Quelle invece marrone molto chiaro tendente al giallo sono state **trattate** in superficie con **ipoclorito di sodio**, una sostanza sbiancante che va indicata in etichetta. È ammessa per legge in piccole percentuali ma va utilizzata solo con le varietà dal guscio duro, che ne impediscono la penetrazione all'interno del frutto.

2 Calibro. Il diametro va da 27 mm a 30-32 fino a 34-36: le dimensioni inferiori non pregiudicano la qualità, perché ogni albero produce noci grandi e piccole.

3 Origine. Oggi si trovano noci fresche **tutto l'anno** perché sono prodotte sia nell'emisfero Nord (arrivano da noi tra ottobre e novembre), sia in quello Sud (maggio, giugno). È obbligatorio indicare l'origine in etichetta o sul prodotto sfuso.

4 Varietà. Sono molto diffuse le noci della **California** (secondo produttore al mondo dopo la Cina, che non esporta), grosse e dal guscio duro. L'Italia importa noci anche da Francia, Cile, Argentina e Australia. Tra le **varietà locali** c'è la storica noce di Sorrento e altre nuove come la Lara (Veneto) e la Chandler (Emilia R.).

*Con la consulenza di Umberto Sacchi
di Life Italia*



SONIA FEDRIZZI



**Dolci di festa
a prezzi corti**

Panettoni, pandori e dolci natalizi di marca e a prezzi convenienti. È il vantaggio di acquistarli direttamente negli spacci aziendali, che offrono un ampio assortimento di prodotti a filiera corta. Anche i **prezzi** sono corti, soprattutto se si punta sui prodotti in sacchetto o di **seconda scelta** (imperfetti nella forma o nella confezione). I prodotti di prima scelta, invece, non sempre costano meno rispetto al super, perché le grandi catene spesso li vendono sottocosto. Gli spacci aziendali più gettonati sono quelli annessi agli stabilimenti **Bauli** a Castel d'Azzano (Vr), **Scarpato** a Villa Bartolomea (Vr), **Gilber** a Torino, **Albertengo** a Torre San Giorgio (Cn), **Giampaoli** ad Ancona, dove si trovano oltre 20 tipi di panettoni e pandori, tra cui quelli senza glutine, senza zuccheri o biologici. I prodotti **Tre Marie** si comprano nei 14 spacci **Galbusera** (spaccioalbuseratremarie.it) in Lombardia e Veneto. Nei 41 negozi **Odstore** (odstore.it) si trovano panettoni e pandori di marca con sconti fino al 50%, che arriva al 70% per le seconde scelte. (M. Soressi)



tacchino e cappone

Sono due volatili classici dei pranzi natalizi: serviti interi con la loro salsa, ripieni o bardati di pancetta, accompagnati da ortaggi, mostarda o frutta, sono un piatto scenografico e gustoso. Eccoli a confronto.



↔
**faccia
a faccia**



TACCHINO

Razze e origine. In commercio si trovano diverse tipologie. Fra quelle allevate in Italia abbiamo il tacchino pesante di **tipo americano** (Nicholas), che intero può arrivare a 15 kg di peso per il maschio e a 7 kg per la femmina; la **tacchina Minor**, nata da un incrocio (3-4 kg al massimo); il raro e pregiato **tacchino nostrano**, con le piume nere, piccolo e allevato all'aperto (3 kg). Ci sono poi tacchini di importazione, per esempio dalla Francia e dalla ex Jugoslavia.

Carni. Sono **bianche e magre**, simili a quelle del pollo; il poco grasso è concentrato nella pelle e facilmente eliminabile. Sono preferibili le **femmine**, più piccole e semplici da cucinare: come la tacchinella Minor, una delle più richieste per le feste, che ha carni leggermente **più grasse, tenere e delicate** rispetto a quelle di un maschio. **In cucina.** Il trionfo del tacchino è **arrosto**, cotto e servito intero, accompagnato da un contorno a piacere. Per arricchirlo si può bardarlo con la pancetta o farcirlo con castagne, salumi, formaggi, verdure. **Prezzi.** Da 10-11 €/kg a 25 per il nostrano.

Con la consulenza della Federazione Italiana Macellai

CAPPONE

Razze e origine. È un **galletto castrato** verso i 60 giorni e macellato a circa 6 mesi; pesa in media 2,5-3,5 kg. I capponi sono in gran parte di **origine italiana**, provenienti da allevamenti del Nord e del Centro. In piccola parte ruspani di piccole aziende agricole. Uno dei più pregiati è il **cappone di Morozzo** (CN), di razza nostrana di Cuneo, con il piumaggio variopinto. Presidio Slow Food, è tutelato dal consorzio e festeggiato da una sagra in dicembre.

Carni. Il cappone viene castrato affinché le sue carni, perdendo gli ormoni maschili, diventino simili a quelle delle femmine, più **tenere, grasse e succulente**. Rispetto a un pollo il cappone è più pregiato, anche perché viene macellato da adulto e allevato con alimentazione più naturale.

In cucina. È ottimo per il **brodo** che, ben schiumato, si usa per cuocere i cappelletti e i ravioli. **Lessato**, si serve con mostarda o salsa verde oppure, disossato e tagliato a striscioline, in insalate con ortaggi misti. In alternativa, il cappone si prepara **arrosto**, accompagnato con verdure o frutta (agrumi, uva, castagne) o ripieno. **Prezzi.** Da 12 €/kg a 20 per quelli ruspani.



ANDAR PER MERCATINI IN ALTO ADIGE

Appuntamento con la gastronomia altoatesina ai Mercatini originali Alto Adige, che animeranno le città di **Bolzano, Merano, Brunico, Bressanone** e **Vipiteno** dall'Avvento fino all'Epifania (24 novembre 2017-6 gennaio 2018). Delizie da gustare sul posto, come frittelle di mele e krapfen alle castagne, vellutata di formaggi e rosticiata con speck, patate e crauti. Ma anche strudel, zelten e altri dolci tradizionali da portarsi a casa come idea regalo. A completare il menu, Bolzano ospiterà un angolo di street food e Brunico offrirà una selezione di piatti veg. Dopo gli assaggi, tra addobbi colorati e luminosi e musica, si può fare shopping tra prodotti di artigianato, decorazioni natalizie e altro.



L'ORTAGGIO cavolfiori a colori

Tipicamente invernale, il cavolfiore viene coltivato in molte tipologie: oltre a quello con infiorescenze bianche, il più comune, sui banchi del supermercato si trovano anche cavolfiori verdi, viola e arancioni, perlopiù già divisi in cimette e venduti in vassoio. Si tratta di ibridi di ortaggi tradizionali (il Verde di Macerata e il **Violetto di Sicilia**, ricco di **antiossidanti**) o di mutazioni spontanee, come nel caso del cavolfiore **arancione**, (di origine statunitense, scoperto negli anni '70) che deve il proprio colore ad un'alta concentrazione di **betacarotene**. Queste tipologie di cavolfiore tendono a perdere il colore se bollite, ma basta acidificare l'acqua con succo di limone per mantenerlo.

➤ **Prezzo al super: da € 2/kg**



LA RICETTA

AL GRATIN

Riducete 1 kg di **cimette di cavolfiore** colorato a fette, trasferitele sulla placca e cospargetele con un filo d'**olio, sale e pepe**. Informate a 200° per 15'. Spolverizzate con 40 g di **parmigiano reggiano** grattugiato e cuocete per altri 5'. Al termine, condite con 6 **filetti d'acciuga**, 12 **pomodorini secchi** sott'olio, 12 **olive taggiasche**, 40 g di **pinoli tostatati e prezzemolo**.



SONIA FEDRIZZI



Sui piatti un tocco di oro alimentare

È un elemento decorativo costituito da una **lega di metalli** (in prevalenza oro), classificato come **colorante** dall'Unione Europea (E 175). Di origini antichissime, era molto diffuso nei banchetti rinascimentali e oggi è sempre più apprezzato in cucina per impreziosire cibi e bevande. Per essere commestibile, deve avere un **contenuto minimo di oro del 90%**, di argento non superiore al 7% e di rame non oltre il 4% (i più pregiati non contengono rame). È realizzato in spessori estremamente

Con la consulenza dell'azienda Giusto Manetti Battiloro, Firenze

sottili (pochi decimi di micron) non percepibili al palato, e non ha alcuna interazione con l'organismo che non lo assorbe. Si ricava da un lingotto di oro 24 kt, con circa 10 ore di lavorazione, simile a quella per la foglia d'oro artistica ma con attrezzature dedicate. Può essere in **foglia, polvere, briciole e fiocchi** e decorare tanti piatti, dal risotto ai dolci, fino alle bevande (cocktail, spumante). Si vende nelle gastronomie oppure in rete (prezzo indicativo da 20 €/g).



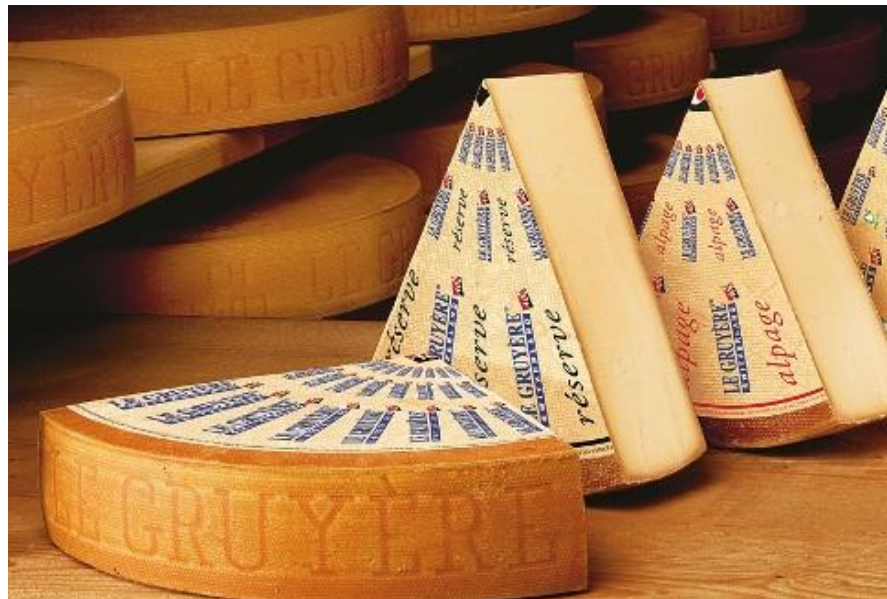
Pranzi solidali fino a Capodanno

Continua per tutto il periodo delle feste (fino al 31 dicembre) la campagna solidale **Ristoranti contro la Fame**, un'occasione per fare un regalo di Natale davvero prezioso: **donare cibo** ai tanti **bambini**, 3 milioni nel mondo, che non ne hanno a sufficienza per vivere e crescere sani. Per dare il proprio contributo basta prenotare in uno dei **160 ristoranti** e **40 pizzerie** aderenti (su ristoranticontrolahame.it). Ordinando il piatto solidale, che molti ristoratori propongono nel menu, o una pizza margherita, oppure donando 2 euro a fine pasto con il cioccolatino della felicità, si "aggiungerà un posto a tavola" per un bambino che ha bisogno. Sono molti gli **chef** che partecipano alla campagna dell'associazione umanitaria **Azione contro la fame**, che opera in 50 Paesi del mondo da 40 anni: da Enrico Crippa a Cristina Bowerman, da Claudio Sadler ad Andrea Mainardi, fino al pasticciere Salvatore de Riso e alle pizzerie Fratelli la Bufala.



MARCO BIGNOZZI

12 dicembre 2017



IL FORMAGGIO le Gruyère Dop

Tra i prodotti caseari svizzeri più conosciuti e apprezzati in Italia (ne importiamo circa 300 tonnellate l'anno), è un formaggio a **pasta dura** originario del distretto con lo stesso nome, nel cantone di Friburgo. Viene ricavato da **latte intero crudo** proveniente da vacche nutrite solo con foraggio naturale (erba fresca e fieno, l'uso di additivi è vietato) che viene consegnato ai maestri casari due volte al giorno e lavorato con metodi ancora artigianali. Ne nasce un formaggio dalla pasta **morbida** e **senza occhiature** che, a seconda della durata di affinamento delle forme, può essere di due tipologie: "**classico**" (6-9 mesi di stagionatura), dolce e aromatico, e **Réserve** (almeno 10 mesi), più saporito. Molto rinomata è la tipologia **d'Alpage**, prodotta solo in estate, che deve il suo aroma intenso alle erbe di cui si nutrono le vacche d'alpeggio. Il Gruyère si può gustare come formaggio da tavola, esaltandolo con un buon vino rosso corposo, ma è molto versatile anche in cucina, per preparazioni al forno o nella tipica fonduta, che nel cantone di Vaud è a base di solo Gruyère. Tutte le tipologie di Gruyère hanno ottenuto la certificazione Aop - Appellation d'origine protégée (cioè, la Dop) nel 2001.

➤ **Prezzo al super: circa € 20/kg per la tipologia classica**

LA RICETTA

FONDUE VAUDOISE

Private della crosta 700 g di **Gruyère Dop** e grattugiatelo con la grattugia a fori grossi. Sbucciate 1 spicchio d'**aglio** e sfratelo sul fondo e sulle pareti dello speciale pentolino da fondue. Versatevi 3 dl di **vino bianco** secco, unite il formaggio e cuocete a fiamma molto bassa fino a quando il formaggio si sarà sciolto completamente e avrà

formato un composto fluido. Incorporate 1 cucchiaino di **fecola** stemperata in 1/2 dl di **kirsch**, 1 cucchiaino di **succo di limone** e mescolate. Una volta che la fondue ha raggiunto una consistenza cremosa, trasferite il pentolino sul fornello al centro della tavola. Profumate con una macinata di **pepe** e servite con 400 g di **pane rustico** a dadini da intingere nella fondue con le apposite forchettine.

