

Cologno al Serio omaggia la taragna

A Cologno al Serio al Parco della Rocca dal 18 al 20 novembre si rinnova l'appuntamento con la tradizionale Sagra della polenta taragna. Per tre giorni saranno protagoniste farine locali, formaggi di bufala, carne di bufala, prodotti a km zero, buon vino, ottimi dolci, musica e divertimento. L'iniziativa è organizzata da Chiostro Cafè.

Il panettone? Lo faccio io

Mercoledì 21 e giovedì 22 novembre all'Accademia del Gusto di Osio Sotto dalle 19 alle 23 un corso insegna a realizzare panettoni a regola d'arte. Info e prenotazioni Ascom Formazione tel. 035.4185706/707 – mail info@ascomformazione.it

Funghi quattro stagioni

Funghi e tartufi trionfano a tavola d'autunno, ma in realtà si possono gustare tutto l'anno. Protagonisti indiscussi delle ricette di stagione, i porcini, essiccati con cura, congelati o messi sott'olio possono essere custoditi sempre in dispensa. Ma ci sono anche molte specie poco considerate dai cercatori e persino dagli chef più attenti che crescono in altri periodi

dell'anno. E poi, oltre ai funghi coltivati, tra cui dominano gli champignon assieme a piopparelli e orecchioni, non mancano quelli dell'altro mondo, a partire da quelli giapponesi, considerati dai nutrizionisti veri e propri super food per le loro proprietà anti-age e rivitalizzanti.

Un micologo, un'esperta cresciuta a pane e tartufi e una nutrizionista ci aiutano a fare un po' di ordine nel vasto regno dei funghi eduli sia ipogei (tartufi) che epigei (funghi), a partire da un bilancio, più che positivo della stagione: "L'alternarsi di ondate di caldo e piogge ha favorito la caccia a porcini e affini nei nostri boschi -dice Elio Azzolari, micologo esperto, iscritto nel registro nazionale e regionale, per anni alla guida dell'Ispettorato micologico dell'Asl (ora Ats) di Bergamo-. C'è stata però una grossa fioritura di porcino del fiele che somiglia moltissimo al porcino, non è velenoso, ma rende immangiabile qualsiasi ricetta se finisce accidentalmente in padella".

NON SOLO PORCINI. I FUNGHI DA VALORIZZARE IN CUCINA

I bergamaschi sono buoni cercatori di funghi, ma raccolgono poche specie rispetto a quante ne incontrino nei boschi: "Si raccolgono porcini, gambette o porcinielli e carpini o finferli - spiega Azzolari-. Ma pochi, ad esempio, considerano le russule, molto gustose, i deliziosi lattari a lattice aranciato e alcuni igrofori". Solo i veri intenditori e gourmet sanno poi riconoscere i funghi di castagno da quelli di faggio, abete o larice: "Gli esperti preferiscono i porcini cresciuti all'ombra dei castani, tanto che in molti si spingono per la raccolta fino a Borgotaro alla ricerca del pregiato boletus, che ha tanto di indicazione geografica protetta IGP".

Fino alla fine di novembre nei nostri boschi ci sono anche i chiodini, facili da trovare in famigliole sui tronchi degli alberi: sono estremamente versatili in cucina, purché li si prepari con cura, con una bollitura o cottura ad alta

temperatura di almeno un quarto d'ora per distruggerne le tossine.

I FUNGHI ESTIVI

In pochissimi lo sanno, ma esistono funghi e tartufi primaverili ed estivi, e nei nostri boschi se ne trovano in abbondanza. Tra questi c'è il dormiente, apprezzato fungo di montagna che spunta allo scioglimento delle nevi nelle abetaie e faggete. Per esaltarne il sapore delicato, nella tradizione culinaria di montagna, viene fatto trifolare in padella con prezzemolo e poco aglio. Da marzo a maggio, sia in pianura che in montagna, lungo strade di campagna o nelle anse sabbiose di piccoli corsi d'acqua, si trovano le spugnole, con cui si realizza un sugo dal gusto sorprendente da abbinare a semplici tagliatelle o ad arrosti e ripieni. Sconosciuto ai più ma esaltato dai manuali di micologia per il suo interesse gastronomico, il prugnolo o fungo di San Giorgio è un fungo delizioso ed estremamente versatile in cucina che fruttifica da aprile (secondo la leggenda popolare dal 23 aprile, giorno di San Giorgio, di qui il nome) fino a giugno, nei prati, sui pascoli e nelle radure.

I MIX IN VASETTO

I funghi meno conosciuti arrivano comunque sulle nostre tavole nei vasetti dell'industria conserviera, nelle zuppe pronte e nei preparati- in vaschetta o surgelati- che mischiano diverse varietà. Gli esperti delle conserve impiegano largamente tra le diverse specie, oltre a funghi della famiglia dei porcini, i giapponesi shiitake e i più famosi finferli e chiodini, funghi del muschio, finferle, trombette dei morti e nameko, ingrediente fondamentale della zuppa di miso e del piatto giapponese nabemono.

LA NUTRIZIONISTA

Roberta Zanardini

Il tartufo e il fungo, ipogeo l'uno e epigeo l'altro, appartengono entrambi al regno dei funghi. Non sono dolci, salati, aspri o amari, sono umami, che in giapponese significa saporiti. Grazie al loro gusto robusto, si può usare meno sale dando vita comunque a piatti gustosi e salutari.

BENEFICI

Costituiti per lo più d'acqua, contengono per la parte restante proteine ad elevato valore biologico, affiancate da molti sali minerali che custodiscono proprietà antiossidanti, immunostimolanti e amiche del cuore. Infine, vitamine A, B, C, D e K e, la sempre benvenuta, fibra, lasciano spazio a pochi lipidi virtuosi come l'essenziale acido linoleico. Questa bellezza apporta da 20 a 45 kcal/hg.

AVVERTENZE

Chi soffre di patologie epatiche, calcoli renali o gotta li deve consumare con moderazione e sono sconsigliati ai bambini sotto i 3 anni. La presenza del polisaccaride chitina nei funghi li rende di difficile digestione, se consumati in eccesso.

SAPETE CHE

Il fungo Reishi, che nasce sul legno in decomposizione in Cina e Giappone, è chiamato fungo dell'immortalità grazie alle sue proprietà anti età. In Oriente è assunto come tisana, mentre in Europa il suo utilizzo è limitato a integratori che si possono acquistare in erboristeria.

Andrea Vitali: Le ricette sono il mio segnalibro

È uno degli autori italiani più amati e più letti degli ultimi anni, nonché il più prolifico, insieme ad Andrea Camilleri. Nei suoi romanzi racconta di intrighi di paese, personaggi dai nomi bizzarri e di cucina. Il libro 'Le tre minestre' è addirittura tutto dedicato ai cibi della sua infanzia, con tanto di ricettario finale. Sarà anche per questo che un ristorante della città in cui vive – Il cavallo bianco di Bellano – ha riportato la copertina dei suoi romanzi nei menù. L'abbiamo incontrato questa estate alla Mondadori di Lovere dove era ospite della rassegna 'Incontri d'autore'. Magrissimo e dai modi decisi, ci ha svelato le sue abitudini a tavola e ha spiegato perché gli piace tanto parlare di cucina nei suoi libri.

“Non sono un gourmet, ho un rapporto umile con il cibo. Mantengo le abitudini alimentari che mi hanno insegnato: quando posso mangio cibi poveri, passati di moda, il rognone trifolato, le lumache, il lessò, la polenta con la cacciagione. Le cucine nuove non mi convincono a pieno”.

Ha un piatto preferito?

La peperonata. La mangerei sempre, con qualunque cosa. Da qualche tempo ho imparato ad apprezzare il minestrone.

E il più odiato?

Non posso soffrire il riso al prezzemolo, mi dà l'idea del collegio, della malattia.

Come se la cava in cucina?

Malissimo. Per fortuna ho una moglie che cucina molto bene. Quando sono a casa da solo, ma capita raramente, confesso che mi nutro di tonno e minestrone in scatola.

Qual è la sua cena tipica quando è in viaggio per presentare i

Libri?

Non mangio. In auto ho sempre cracker e acqua. Insieme mi saziano.

Preferisce il vino o la birra?

Vino, ma lo bevo solo la sera quando sono a casa.

C'è un alimento che non deve mai mancare nella sua dispensa?

Il pane, preferibilmente fresco. Generalmente lo acquisto io, mi piace uscire presto la mattina. Durante la strada non resisto: mangio due michette, sbriciolando per tutta l'auto.

Che ruolo ha il cibo nella sua scrittura?

Un senso geografico, uso le ricette per caratterizzare l'ambiente. A maggior ragione per noi comaschi che non abbiamo una grande cucina e mutuiamo molti piatti dalla Valtellina, quelle poche ricette che ci caratterizzano diventano un segnalibro importante.

Trattoria o ristorante?

Trattoria, senza dubbio. Al di là della cucina, è l'ambiente che mi affascina. Anche se è una tradizione in declino. Un tempo si sceglieva tra due piatti. Ora ci sono liste lunghissime, mi mettono in imbarazzo, tanto che finisco con il chiedere la cotoletta in Sicilia. In generale però sono molto domestico, non sono curioso di conoscere ristoranti nuovi. A mezzogiorno non mangio quasi mai, la cena è un rito di chiusura della giornata.

Le piace la cucina bergamasca?

Quando mi capita di venire a Bergamo, mangio volentieri i casonsei.

Chi inviterebbe a cena e perché?

Tra le persone che conosco Pupi Avati, ammiro la sua intelligenza narrativa. E poi uno scrittore che non c'è più, Friedrich Dürrenmatt per la sua capacità di inventare trame. Starei completamente zitto ad ascoltarlo.

My Cooking Box: La start up bergamasca vincitrice del Premio Nazionale per l'Innovazione di Confcommercio

Cucinare come uno chef non è mai stato così semplice! Basta ordinare My Cooking Box, aprire il cofanetto, seguire le istruzioni, unire tutti gli ingredienti dosati al punto giusto e creare un piatto unico e gustoso.

L'altissima qualità è il segreto della start up bergamasca My Cooking Box, ideata da Chiara Rota, che ha sbancato al crowdfunding e ha avuto grandissimo successo tra gli amanti della cucina italiana.

Dalla polenta con i funghi porcini, alla pizza gourmet con acciughe e tartufo, la scelta è molto varia e si allarga a più di 10 piatti, tra cui anche due speciali per il Natale, che abbracciano il meglio della cucina regionale italiana. Con ricette d'autore, firmate dagli chef dell'Accademia del Gusto, la scuola di cucina di Ascom Confcommercio Bergamo che forma i divi dei fornelli di domani ed è partner di My Cooking Box.

L'Accademia del Gusto con i suoi chef certifica e approva la qualità, mentre le ricette vengono testate prima di essere inserite nel menu dei "magic box".

Inoltre, ogni scatola contiene la ricetta e il QR Code con il video della preparazione come supporto.

Il duro lavoro del team di My Cooking Box non poteva non essere riconosciuto a livello nazionale e così la società bergamasca ha vinto il Premio Nazionale per l'Innovazione nei Servizi di Confcommercio nei settori del Commercio, Turismo, ICT e Service Design.

Il Premio Nazionale per l'Innovazione nei Servizi, organizzato annualmente da Confcommercio, seleziona le migliori esperienze di innovazione nel commercio, turismo, trasporti, servizi alle imprese ed alle persone. Si inserisce all'interno della cornice del "Premio Nazionale per l'Innovazione", istituito su concessione del Presidente della Repubblica Italiana e consegnato nell'ambito della Giornata Nazionale dell'Innovazione.

My Cooking Box è stato selezionato e premiato per "aver sviluppato una offerta di 'meal kit' proponendo, in un unico box, ingredienti nelle giuste dosi, ricette firmate da chef e video guide per la preparazione di piatti tipici regionali in grado di promuovere, grazie anche ad ingredienti di nuova ideazione che ampliano il periodo di conservazione, la bontà della cultura gastronomica italiana nel mondo".

Il premio hanno ritirato la fondatrice e CEO, Chiara Rota, e la Sales Manager, Francesca Pezzotta, durante la cerimonia organizzata a Roma.



Francesca Pezzotta e Chiara Rota



Francesca Pezzotta e Chiara Rota e i vincitori delle altre categorie

Pedrengo: Arrivano gli incentivi per il recupero del centro storico

Riqualificare il tessuto edilizio e dare vita al centro storico? Il Comune di Pedrengo ha trovato, anche quest'anno, il modo per valorizzare il cuore della città e rigenerare gli edifici storici.

Riproponendo una serie di agevolazioni che possono essere richieste da tutti i cittadini residenti, il Comune di Pedrengo stanZIA contributi fino a 30.000 euro per la manutenzione ordinaria e straordinaria, la ristrutturazione edilizia, il restauro e il risanamento conservativo. Tra i requisiti anche quello di completare i lavori nell'arco di tre anni dal loro inizio.

Le agevolazioni potranno variare dai 1.000 ai 3.000 euro secondo i metri quadrati, mentre il bonus è rivolto anche ai commercianti per l'intervento del decoro delle loro attività, se sono presenti sul territorio da almeno due anni. In questo caso i contributi potranno arrivare anche ai 2.000 euro.

Contemporaneamente, si pubblicherà a breve anche un bando pubblico di 10.000 euro per la riapertura di due negozi e ogni operazione potrà contare su un contributo a fondo perduto di 5.000 euro, con l'obiettivo di rigenerare gli edifici e preservare le strutture da eventuali problemi futuri.

Nella Bergamasca 4.343 imprese innovative

Cresce il numero delle imprese ad alta tecnologia. In Lombardia sono 48.102 con 514.681 addetti e un fatturato di oltre 145 miliardi (il 37,8% del fatturato italiano). Bergamo è terza con 4.343, dopo Milano con 22.747 imprese e Brescia con 5.337. I dati risultano da uno studio della Camera di Commercio di Milano Monza Brianza Lodi su dati di Registro Imprese e dati AIDa – Bureau van Dijk.

Ascom: uffici contabilità e delegazioni il 23 chiusi per corso aggiornamento

Informiamo che venerdì 23 novembre gli uffici contabilità e le delegazioni rimarranno chiusi al pubblico per un corso di aggiornamento sulla fatturazione elettronica, che si svolgerà per tutta la giornata nella sala convegni della nostra sede.

“Nails in concerto” per l’eliminazione della violenza

contro le donne

In occasione della Giornata Internazionale per l'eliminazione della violenza contro le donne, Proloco Bergamo in collaborazione con l'associazione Aiuto Donna, il Consiglio delle Donne del Comune di Bergamo, l'ufficio stampa Team Italia e con il patrocinio del Gruppo Terziario Donna di Ascom Bergamo Confcommercio organizza una serata di musica al PalaCreberg.

Domenica 25 novembre alle 20.45 l'evento "Nails in concerto" con la voce di Barbara Ravasio, contribuisce a creare attenzione e discussione attorno al tema della violenza sulle donne, nella convinzione che ogni iniziativa sia utile a fare in modo che le persone si muovano insieme per sottolineare la propria vicinanza ed il proprio impegno nei confronti della lotta contro la violenza sulle donne.

La serata, immersa nella musica del gruppo "Nails", sarà un'occasione importante per riunire persone, associazioni, enti ed aziende, che quotidianamente lavorano, ognuna nel proprio campo, senza mai venire meno ai propri obblighi nei confronti delle donne, lavoratrici, mamme, figlie, compagne, che spesso si devono confrontare con pregiudizi e discriminazioni, se non vere e proprie prevaricazioni e violenze.

La proposta artistica è stata pensata per affrontare nel modo migliore la tematica dell'evento, che è stato presentato al municipio di Bergamo, proponendo un repertorio dedicato alle migliori interpreti della musica leggera italiana tra cui Mina, Giorgia, Elisa e Laura Pausini. L'intento è quello di coinvolgere il pubblico presente, esprimendo eleganza, raffinatezza e allo stesso energia. Un'occasione per trasmettere un atteggiamento positivo e carico di entusiasmo, un augurio per tutte le donne, affinché sia loro permesso di affrontare la vita con serenità, avendo cura di sé stesse,

vedendo valorizzati i propri punti di forza e rispettate le proprie fragilità.

Grazie al contributo dell'Organizzazione e dei Partner Sostenitori, il concerto verrà offerto gratuitamente. Il pubblico presente in sala potrà sostenere la nobile causa con una libera donazione a favore dell'Associazione Aiuto Donna, centro antiviolenza di Bergamo, che si occupa di offrire aiuto alle donne che subiscono molestie, maltrattamenti e violenze in famiglia, restituendo loro autonomia, dignità ed autostima, rispettando cultura, etnia e religione di appartenenza.

Il Gruppo Terziario Donna di Ascom Bergamo Confcommercio, che si impegna a valorizzare il lavoro delle imprenditrici, aiutandole anche a sfruttare i servizi dedicati, sia in fase di start-up che di evoluzione e promuove occasioni di informazione, confronto e crescita, non potrebbe non partecipare all'iniziativa che contribuisce alla lotta contro le molestie, i maltrattamenti e le violenze contro le donne.

Per informazioni: www.prolocobergamo.it, www.aiutodonna.it



La presentazione dell'iniziativa



Alcuni membri del gruppo "Nails"





Marzia Marchesi



Roberto Gualdi ed Emilia Magni



Luisa Carminati e Emilia Magni

**CIVIS locazioni: Incontro
formativo rivolto agli agenti**

immobiliari

Mercoledì 14 novembre 2018 Ascom Confcommercio Bergamo organizza un incontro formativo gratuito, previo iscrizione, rivolto agli agenti immobiliari della nostra provincia per presentare CIVIS, il canale telematico dell'Agenzia delle Entrate che fornisce assistenza sulle comunicazioni di irregolarità, sugli avvisi telematici, sulle cartelle di pagamento e consente la presentazione dei documenti per il controllo formale.

Ascom accoglierà tutti gli interessati nella sede di Borgo Palazzo dalle 9.30 alle 12.30 per una guida al servizio online dell'Agenzia delle Entrate, che permette in particolare di verificare lo stato delle liquidazioni emesse per il pagamento delle imposte relative ai contratti di locazione. Il contribuente potrà chiedere, con un semplice click, il riesame dell'atto ed essere aggiornato sull'avanzamento della sua richiesta.

Durante il convegno si illustreranno casi pratici, quesiti, problematiche, soluzioni operative, mentre funzionari dell'Agenzia delle Entrate risponderanno alle domande dei partecipanti.

Il programma prevede interventi del presidente Ascom Confcommercio Bergamo, Giovanni Zambonelli, del presidente Fimaa Bergamo, Oscar Caironi, e del direttore provinciale Agenzia delle Entrate DP Bergamo, Antonino Lucido.