

# L'erborinato BerghemBlu vince il Premio Speciale all'eccellenza

L'erborinato BerghemBlu di Arrigoni Battista si aggiudica un nuovo prestigioso riconoscimento: il "Premio Speciale all'Eccellenza 2018 – Formaggi&Consumi Awards", che arriva pochi mesi dopo l'importante conquista della "Super Gold Medal" vinta ai World Cheese Awards 2018/2019.

Il premio arricchisce il medagliere dell'azienda – che conta ora 36 medaglie in 20 anni – e che, in questo caso, è ancor più speciale poiché dedicato ad un formaggio che omaggia la città di Bergamo e il suo territorio, dove Arrigoni Battista porta avanti la sua filiera completa da 105 anni. Il naming, infatti, si rifa' al dialetto bergamasco (Berghem) e il packaging incornicia il noto skyline di Bergamo.

Il premio è stato ritirato mercoledì 10 aprile a Cibus Connect durante la cerimonia organizzata annualmente da Tespi Mediagroup per premiare le aziende d'eccellenza che si sono particolarmente distinte durante l'anno in diverse categorie. Anche per questa edizione, la giuria era composta da buyers di Gd e Do e da operatori di spicco del settore alimentare.

Un riconoscimento che accresce l'apprezzamento nei confronti dell'originalità del BerghemBlu, un prodotto nato per una esclusiva e limitata edizione estera e di recente commercializzato anche sul mercato italiano. Un erborinato che interpreta al meglio la cifra stilistica del caseificio Arrigoni Battista, articolata su tre pilastri: tutela del territorio attraverso il prodotto, rispetto della tradizione e impegno nella ricerca per ottenere innovazione e progresso. Il BerghemBlu rientra nella Linea "Unici" dell'azienda, ovvero quei formaggi che nascono da ricette tradizionali reinterpretate in maniera unica dai maestri casari di Arrigoni Battista.

---

# I fiori ideali per un matrimonio primaverile

Quando arriva il momento di organizzare il proprio matrimonio l'entusiasmo molto spesso lascia il posto all'ansia e quello che tutti ingenuamente chiamano "il giorno più bello della tua vita" assume vesti meno rassicuranti. Il pericolo n°1 non è altro che il poco tempo a disposizione per portare a termine i numerosi impegni e seguire tutti gli aspetti di questa giornata memorabile. Se non volete farvi prendere dal panico è bene organizzare il tutto facendo una lista di cose assolutamente da programmare prima del fatidico sì.

Una volta fissata la data, scelta la chiesa e prenotata la location non resta che dedicarsi alla selezione dell'abito e degli immancabili fiori per adornare i luoghi per la cerimonia e la festa. Senza dimenticare il bouquet, il cui lancio diventa un simbolico passaggio del testimone tra la sposa e una futura promessa.

Ma quali sono le tendenze per quest'anno?

Nonostante il colore dell'anno per Pantone sia il Living Coral, più che i fiori dal colore corallo acceso, sono i bouquet tondi e piccoli con rose bianche, o le peonie delicate ed eleganti ad essere un "must" per le cerimonie del 2019.

È tornato di gran moda lo stile bohémien con composizioni floreali semplici tanto che sembrano creati dalla sposa stessa con i fiori di campo. Il risultato naturale è frutto del lavoro di abili professionisti: con la loro preparazione e talento riescono a creare il bouquet perfetto. Basta avere voglia di giocare e combinare la classica rosa o il tulipano – sempre molto chic – con le selvatiche primule, le margherite, i giacinti, o gli iris.

Solitamente vengono scelti i fiori di stagione per il fattore

economico e per la durata del fiore. Lo stesso si sceglie anche per i banchi della chiesa e per le tavole del ristorante che insieme alle altre decorazioni formano un puzzle colorato e unico per un giorno indimenticabile.







**in collaborazione con il Gruppo Fioristi Ascom**

---

# Buono come il latte

Latte di cocco, soia, mandorla, avena o riso sono sempre più presenti negli scaffali dei supermercati poiché considerati un sostituto nel caso di intolleranze o allergie al latte vaccino. L'alternativa si moltiplica a vista d'occhio, sostituendo i tradizionali prodotti caseari. I consumatori vogliono, infatti, sempre qualche novità di gusto.

## È boom di consumi

In Italia sono 12 milioni le persone che consumano bevande vegetali. Piacciono soprattutto agli adulti tra i 25 e i 54 anni e alle donne, con una fascia di reddito medio alto. “Per adesso il latte vaccino è ancora il preferito dagli italiani, a noi allevatori le alternative non creano fastidio, il latte materno e di vacca sono un alimento insostituibile”, commenta Simone Assanelli, allevatore di razza frisona a Treviglio, che ci tiene a mettere in guardia sulla definizione. “Una sentenza della Corte di giustizia europea stabilisce che solo i prodotti di derivazione animale possono essere chiamati latte, tutto il resto sono bevande ricavate da cereali, dunque tutt'altra cosa, è bene evitare di fare confusione”.



## **I valori nutritivi**

Nelle fasi della crescita è preferibile consumare il latte di mucca. Un bicchiere di latte intero contiene otto grammi di proteine e un terzo del calcio che si dovrebbe assumere quotidianamente, è ricco di potassio e vitamine B12, A e D. Il "latte" di soia contiene più o meno le stesse proteine, è povero di calcio, ma ricco di omega 3, quello di mandorla ha molte vitamine e poche calorie se il produttore non aggiunge zuccheri. Il latte di riso è uno dei più leggeri e dolci, dunque non va bene per chi soffre di diabete. Vediamo nel dettaglio.

### **LATTE DI SOIA**

Si ottiene macinando o frullando in acqua i semi del legume

lasciati macerare per qualche ora. Oltre a essere privo di colesterolo, presenta grassi insaturi, scarsi nel latte vaccino e ha un simile apporto proteico, mentre il potere nutrizionale è inferiore. Le sue proteine, una volta assorbite, agiscono come spazzini delle arterie, abbassando il colesterolo plasmatico totale, le [LDL](#), i [trigliceridi](#), ma non la frazione buona HDL, che può risultare addirittura aumentata. Nonostante il latte di soia contenga poco calcio e nessuna [vitamina D](#), la presenza dei fitoestrogeni ha un effetto protettivo nei confronti dell'osteoporosi. Gli isoflavoni e le proteine della soia sono ottimi alleati ai fini del dimagrimento. Degli studi hanno dimostrato che una sostanza della soia di natura proteica, la beta conglucina, stimola il rilascio di un ormone coinvolto nella riduzione della fame.

## **LATTE DI RISO**

Si ottiene dopo una serie di processi industriali, facendo macerare i chicchi in un brodo d'acqua, aggiungendo poi degli enzimi e pressando il tutto: il liquido è filtrato e spesso arricchito di sostanze [addensanti](#), come amido di riso o [carragenina](#) e, a volte, micronutrienti e oli vegetali. Ricco di zuccheri semplici, fornisce energia subito disponibile. Insieme a quello di avena è il "latte" che contiene una grande quantità di zuccheri semplici ed è quindi utile nei casi di attività fisica. A livello di calorie ne contiene 47 per ogni 100 grammi. Tra tutti i tipi di latte vegetale è il meno grasso: contiene polinsaturi, fibre, vitamina A, B, D, minerali. Bassi i livelli di proteine e calcio: quindi se lo si preferisce al latte di mucca, bisogna stare attenti a integrare l'apporto di questi nutrienti.

## **LATTE DI AVENA**

Tra il "latte" vegetale in commercio, è quello con il minor apporto calorico e povero di grassi. Oltre a non apportare colesterolo, riduce i livelli di quello già presente nel



sangue, aiutando a prevenire malattie di natura cardiovascolare, tra cui l'arteriosclerosi. Essendo ricco di acido folico, è consigliato alle donne in gravidanza. E, avendo un basso contenuto di zuccheri, va bene per i diabetici. Rispetto al latte tradizionale, ha una maggiore quantità di fibre e, al pari del [latte di soia](#), una buona percentuale di carboidrati e di vitamina E e B9, utile nel prevenire l'anemia. Ricco di calcio e ferro, possiede acidi grassi essenziali, come l'acido linoleico, che è un ottimo ricostituente ed energizzante naturale. Pertanto, si consiglia di bere latte d'avena soprattutto nei periodi di convalescenza o quando si necessita di essere in forze.

## **LATTE DI COCCO**

Si tratta della polpa del cocco in forma liquida e non dell'acqua contenuta al suo interno. Pertanto, si può preparare anche a casa frullando la polpa. Contiene molti minerali – a differenza del latte vaccino e delle bevande vegetali in genere – come selenio e magnesio, oltre a potassio, ferro e zinco. E' una fonte di vitamine E e C e la metà dei suoi grassi è composta da acido laurico che combatte il colesterolo "cattivo". Inoltre, pur essendo molto calorico (250 calorie per bicchiere) tanto da sposarsi al caffè senza aggiungere zucchero, il latte di cocco aumenterebbe il senso di sazietà.

## **LATTE DI MANDORLA**

Possiede un alto contenuto di vitamine A, D, E, proteine, Omega 6, zinco, calcio, ferro, magnesio e potassio. Condivide alcune proprietà del latte di soia, ma il contenuto calorico è molto più basso: una tazza di latte vaccino intero ha 140 calorie, una di latte di soia 80, mentre una di latte di mandorla 40 e, senza zucchero, solo 30 calorie. Anche se normalmente il latte di mandorla non contiene zuccheri, i produttori li aggiungono all'alimento per migliorarne il sapore. La maggior parte delle opzioni presenti sugli scaffali

ha 20 grammi di zucchero per porzione. Nell'etichetta occorre, inoltre, verificare che la materia prima usata non sia inferiore al 3 per cento, altrimenti si rischia di perdere i numerosi vantaggi, e che le mandorle siano non pelate in quanto i benefici stanno proprio nella buccia.

## **LATTE FIENO**

Il latte fieno è una denominazione Stg, Specialità tradizionale garantita: è prodotto da animali alimentati solo a fieno che hanno accesso al pascolo libero, donando un sapore inconfondibile e più apporti qualitativi. "Il nostro, in Val Brembana, è un latte di vacche alimentate senza insilati, ovvero il trinciato o umido, se non fosse così, non riusciresti neanche a caseificarlo – aggiunge Angelo Riceputi, allevatore di Valleve -. Nella maggior parte degli allevamenti tradizionali, specie quegli intensivi, i bovini sono nutriti con mangimi industriali, miscele di mais e soia (spesso ogm) e insilati, quel latte viene dato alle industrie". Il latte fieno è più ricco di omega 3, possiede una quantità di principi nutritivi doppia ed è più buono.

## **LATTE D'ASINA**

Costa molto (15 euro al litro), ma le sue proprietà sono davvero tante. Il latte d'asina è il più simile al materno, tanto da essere sviluppato come integratore. Uno studio condotto dall'Ospedale Sant'Anna e dal Cnr-Ispa di Torino ha preso in considerazione 156 prematuri: metà hanno ricevuto per 21 giorni latte umano con il fortificatore a base di latte d'asina, gli altri quello standard a base vaccina. Le intolleranze erano 2,5 volte inferiori nei soggetti che assumevano il prodotto a base di latte d'asina. "E' un latte con pochi grassi, più leggero, ricco di omega 3 e dal sapore dolce che piace ai bambini, ideale anche per chi ha problemi di colesterolo, osteoporosi o deve rafforzare il sistema immunitario", spiega Francantonio Belotti che con il figlio Leonardo gestisce Mondo Asino. La mungitura delle loro 50

asine avviene a Olmo. I costi hanno una spiegazione: l'animale produce solo un litro e mezzo di latte al giorno.

## **LATTE DI CAMELLA**

Negli ultimi tempi il latte di cammella è apprezzato anche nel mondo occidentale, tanto che alle Isole Canarie è nato il primo allevamento europeo di capi da latte. Il prodotto è meno grasso e dà luogo a meno intolleranze e allergie. Tra le sue proprietà, spicca il ricco contenuto di vitamina C, che è triplo rispetto a quello di latte vaccino, e del gruppo B, utili per aumentare la produzione di collagene e per combattere i radicali liberi, responsabili dell'invecchiamento. Contiene anche ferro, calcio, acidi grassi insaturi e collagene, rinforza il sistema immunitario e ha un moderato effetto ipoglicemizzante che lo rende utile per i diabetici. Mezzo litro può costare anche una decina di euro.



---

# Ultime settimane per assaggiare l'alta cucina a modico prezzo

Manca meno di un mese al termine della settima edizione di InGruppo, l'iniziativa che, dal 15 gennaio al 30 aprile, riunisce 19 ristoranti bergamaschi (e non solo) in nome dell'alta cucina a modico prezzo. Raffinatezza e accessibilità sono le parole d'ordine che, anche quest'anno, stanno conquistando i palati più esigenti e curiosi ma anche una clientela giovane e generalmente lontana dalle tavole dell'alta ristorazione.

Partito nel 2013 con 15 ristoranti fra Bergamo e provincia, InGruppo è arrivato a coinvolgere anche ristoranti al di fuori della provincia orobica: A'Anteprima (Chiuduno – Bg), Al Vigneto (Grumello del Monte – Bg), Antica Osteria dei Cameli (Ambivere – Bg), Casual Ristorante (Bergamo), Collina (Almenno S. Bartolomeo – Bg), Da Vittorio (Brusaporto – Bg), Ristorante Enrico Bartolini al Mudec (Milano), Frosio (Almè), Il Saraceno (Cavernago – Bg), La Caprese (Mozzo – Bg), Lio Pellegrini (Bergamo), Loro (Trescore Balneario – Bg), Osteria della Brughiera (Villa d'Almè – Bg), Posta (S. Omobono Terme – Bg), Roof Garden Restaurant (Bergamo), Tenuta Casa Virginia (Petosino di Sorisole – Bg), Pomiroeu (Seregno – MB), Sadler (Milano) e Cucina Cereda (Ponte San Pietro, Bergamo). Con l'esclusione del 21 aprile (giorno di Pasqua), nei ristoranti Ingruppo è possibile consumare menu completi (almeno un antipasto, un primo, un secondo e un dolce) comprensivi di

vino, bevande e caffè, al costo prestabilito di 60,00 euro a persona. Fanno eccezione solo A'Anteprima, Da Vittorio, Enrico Bartolini Mudec e Sadler in cui il costo è di 120€ a persona. La prenotazione può essere effettuata via telefono o via e-mail, direttamente al ristorante, specificando la richiesta del menu "INGRUPPO": [info@ingruppo.bg.it](mailto:info@ingruppo.bg.it) – [www.ingruppo.bg.it](http://www.ingruppo.bg.it).

Per il secondo anno consecutivo gli chef di In Gruppo si sono messi in gioco al fianco dell'Istituto Mario Negri in occasione della Giornata Internazionale delle Malattie Rare 2019, il 28 febbraio. "Siamo molto grati a tutti gli Chef aderenti a InGruppo e a tutti i clienti che, scegliendo di cenare in uno dei loro ristoranti il 28 febbraio, Giornata internazionale delle malattie rare, hanno contribuito a sostenere la ricerca dell'Istituto Mario Negri – dice Ariela Benigni, coordinatore delle ricerche dell'Istituto a Bergamo, che aggiunge – La somma raccolta, superiore a 3.000 euro, servirà per contribuire al potenziamento del Laboratorio di Immunologia e Genetica delle Malattie Rare presso il Centro di Ricerche Cliniche per le Malattie Rare Aldo e Cele Daccò, di Ranica. La maggior parte delle malattie rare infatti ha una causa genetica; l'analisi del DNA con le tecnologie più avanzate è fondamentale per scoprirne le cause, per una corretta diagnosi e per identificare approcci terapeutici sempre più mirati".



La formula InGruppo piace ogni anno di più. I 19 ristoratori spiegano che INGRUPPO negli anni ha avvicinato ai ristoranti una nuova clientela diventata poi nel tempo molto spesso una clientela fissa e una fascia di consumatori che va dai 30 ai 50 anni. L'affluenza di questa edizione mostra già il segno "più" rispetto alle edizioni precedenti. Un'attenzione che corre anche via social, grazie al profilo Facebook ufficiale dell'iniziativa (7 mila i followers, con una media di 10 mila visualizzazioni a post) e al sito web ([www.ingruppo.bg.it](http://www.ingruppo.bg.it)), che attira, in media, 1.800 visitatori al giorno. Un successo – secondo i ristoratori – dato non solo dai vantaggi in termini di prezzo, ma anche per la volontà e il piacere di conoscere una cucina particolare e di alta qualità.

---

# Alessandro Borghese e il suo Cacio e pepe

Alessandro Borghese, chef e personaggio televisivo conosciutissimo per il programma 'Quattro ristoranti', si racconta per la prima volta ad Angela Frenda, food editor del Corriere della Sera. Un ritratto intimo e inedito che parla delle ricette più amate e delle persone importanti della sua vita: il padre Gigi che l'ha spronato a fare quello che amava, la madre Barbara Bouchet, da cui ha preso l'estro un po' bohémien, le figlie e le persone che hanno lavorato con lui.



**Cacio e pepe. La mia vita in 50 ricette di Alessandro Borghese e Angela Frenda**

## **Giornata mondiale dell'autismo. Per i bar e i ristoranti c'è la tovaglietta in simboli**

Giornata mondiale per la sensibilizzazione dell'autismo. Ascom invita i gestori ad adottare nei propri locali le tovagliette-menù in simboli, che permettono a chi è in difficoltà a esprimersi di fare il proprio ordine in autonomia. Info: tel. 035.4120.124 /202 – mail [giorgio.lazzari@ascombg.it](mailto:giorgio.lazzari@ascombg.it)

---

## **A Monasterolo protagonisti i sapori della Val Cavallina**

Domenica 31 marzo 2019 nella suggestiva cornice del Castello di Monasterolo, sul lago di Endine, si tiene "I sapori della Val Cavallina", una giornata dedicata ai prodotti e alle eccellenze culinarie locali. Dalle 10.30 alle 20 sono in programma showcooking gourmet con degustazioni, esposizione e vendita di prodotti a km zero, visite al castello, musica e piatti a km zero

La giornata è alla sua terza edizione ed è promossa dal Comitato turistico inValCavallina.



Le prime due edizioni si sono svolte il 4 marzo 2018 alla Villa Redona di Trescore Balneario e il 28 ottobre 2018 all'Ex Monastero Benedettino di San Paolo d'Argon.

L'iniziativa vuole essere l'occasione per riproporre con rinnovato entusiasmo al pubblico i volti e i prodotti dell'offerta culinaria a km0 del nostro territorio.

Ingresso libero. Per informazioni: Comitato turistico inValCavallina 3899174893 – info@invalcavallina.it



**MENU**

**SAPORI della valcavallina**

**Menù primavera**  
**"I Sapori della Val Cavallina"**

**ANTIPASTI**  
Sifonata di patate con lumache in umido e olio al prezzemolo  
*VR Eventi (Trescore Balneario)*

**PRIMI PIATTI**  
I nostri casoncelli alla Bergamasca con burro di malga, pancetta nostrana e salvia Km0  
*Milanoja (Entratica)*

Gnocchi di patate con porri, taleggio, miele di tiglio e cialda di polenta aromatizzata al miele  
*Arte&Gusto (Trescore Balneario)*

**SECONDI PIATTI**  
Guanciale con polenta  
*Ristorante La Faraona (San Paolo d'Argon)*

Luccio al vapore con salsa di acciughe e polenta  
*Trattoria Conca Verde (Trescore Balneario)*

**DOLCI A SCELTA**  
Frolla di cioccolato e miele di castagno con crema cotta e confetture di lamponi  
Bigné con panna fresca montata al passito e confettura di more e lavanda  
*Pasticceria Frutti (Luzzana)*

**SAPORI della valcavallina**

.....

Antipasti € 4.00	Vino calice € 3.00/4.00
Primi € 5.00	Birra € 3.00
Secondi € 6.00	Acqua € 1.00
Dessert € 3.00	Caffè € 1.00
	Cauzione Calice € 3.00

.....

foto credit: InValcavallina

---

# Il miele a tavola, come il sale

“I manuali Slow” ci piacciono perché sono completi e fatti bene, ma soprattutto perché trasformano il lettore in un consumatore attivo e competente. In questa guida la brava giornalista e formatrice Cinzia Scaffidi ci fa conoscere da vicino il mondo delle api e del miele e lo fa attraverso la ‘voce’ di un’ape operaia e l’aiuto di esperti.

La prima parte illustra il ciclo della riproduzione nell’alveare, le sottospecie di api, le regole dell’apicoltura.

Nella seconda si parla del miele a tavola: come sceglierlo, come degustarlo, come usarlo in cucina e quali sono gli abbinamenti migliori. Completano il libro una guida ai mieli italiani, da quelli più diffusi a quelli meno comuni come il miele di cardo, di vaniglia, di ginestrino e una proposta di ricette tradizionali e d’autore, tra cui le sardine di lago di Vittorio Fusari, chef del Caffè Balzer di Bergamo. Una guida piacevole con fotografie d’effetto che vi convincerà a usare di più il miele in cucina accompagnandolo a tantissimi ingredienti, anche salati.

MANUALI SLOW



Cinzia Scaffidi

IL MONDO DELLE

API

E DEL

MIELE

LE STAGIONI, I PROBLEMI, LA VITA DELL'ALVEARE  
E DEI SUOI PRODOTTI



Slow Food Editore



**API**

OPERAIE, REGINE  
E FUCHI: UN MONDO  
AFFASCINANTE



**APICOLTURA**

COME, DOVE, QUANDO  
E I SUGGERIMENTI  
PER COMINCIARE



**MIELE**

TIPOLOGIE  
UTILIZZI E PRODOTTI  
DERIVATI



**IN CUCINA**

RICETTE E CONSIGLI  
PER SCEGLIERE  
IL MIELE GIUSTO

**Il mondo delle api e del miele**

**Le stagioni, i problemi, la vita dell'alveare e dei suoi prodotti**

**Slow Food Editore – 2019**

---

# **Al ristorante La Piana di Sorisole c'è il tavolo per il fast lunch**

Il Ristorante La Piana di Sorisole rappresenta la realizzazione del sogno di Sabrina Casadoro, imprenditrice dell'ospitalità, nata a Clusone da famiglia milanese-veneziana, che ha dato il via nel 2008 alla sua attività in ambito ricettivo.

Nel 2017, individuato un piccolo albergo ristorante a Sorisole, lo ha ristrutturato ed ha iniziato con entusiasmo un nuovo capitolo della sua vita. La passione è sicuramente la cifra distintiva di Sabrina che unita alla sua capacità imprenditoriale le ha permesso, in poco più di un anno dall'apertura, di fidelizzare una buona clientela. Idee chiare alla base del suo lavoro: in cucina prodotti di qualità a KM 0, in sala servizio ben organizzato e veloce specialmente per i pranzi settimanali, interessante la proposta del "Fast Lunch 30" che evidenzia il tavolo dei clienti che dispongono solo di mezz'ora di tempo per pranzare.

La figlia Alessandra, diplomata all'Istituto Alberghiero di Stato di San Pellegrino Terme, è il braccio destro di mamma Sabrina e si occupa della gestione dell'hotel La Priula, che completa il ristorante. La nuora Elisabetta collabora all'impresa familiare.

Il ristorante La Piana fa parte dell'associazione Ristoranti Regionali -Cucina DOC, l'associazione no profit nata in provincia di Bergamo nei primi anni settanta con il fine di

valorizzare la cucina del territorio come elemento indispensabile per l'offerta turistica di qualità che trova nel locale di Sorisole un eccellente punto di accoglienza.





**Ristorante La Piana**  
**via Martiri della Libertà, 32**  
**Sorisole**  
**Tel.035.0346405**

## **Vava77: “Inviterei a cena Freddie Mercury e gli cucinerei i casoncelli”**

“Vava77, pò cunusit come Ol Vava. L’è ü creadùr de parodie in bergamasch che lù al realisa in furma de dopiàgio e de cansù”. Inizia così, in bergamasco perfetto, la descrizione su Wikipedia di Daniele Vavassori, in arte Vava77. Musicista, doppiatore, cantante, attore. Chi è Vava77 che spopola in

rete, rivisitando unicamente, la canzone "We Are The World" che segnò una delle tappe più importanti nel mondo della musica? Un John Belushi all'italiana che con la sua straordinaria capacità di esprimersi utilizza la lingua e le note per creare video divertenti e ironici in bergamasco doc mantenendo viva la tradizione e il dialetto. Ma qual è la sua relazione con la cucina? Quale la pietanza italiana a cui non resiste? Sarà bravo ai fornelli come nei video che crea? Vava77 ha parlato con noi e ha raccontato tutto.

**A quali piatti della cucina bergamasca non rinunci? Forse ai casoncelli visto che gli hai dedicato anche una canzone?**

In realtà c'è un altro piatto che non è bergamasco ma nazionale: pasta aglio, olio e peperoncino. Lo adoro. Mia moglie, però, non è contentissima perché puzza tutta la casa e io (ride).

**Chi inviteresti a cena?**

Bellissima domanda. Inviterei Freddie Mercury. Lui aveva dei gusti molto speziati, ha fatto anche la scuola a Bombay, quindi gli cucinerei qualcosa di quel tipo. E ovviamente i casoncelli.

**Cucini? Qual è il tuo cavallo di battaglia?**

Aglio, olio e peperoncino. È l'unico piatto che mi riesce. È un piatto povero, con pochi ingredienti ma difficile da realizzare e basta poco per rovinarlo.

**C'è un ingrediente che ami in cucina e nella vita?**

Il peperoncino.

**Raccontaci una storia legata alle tradizioni e alla cucina che ricordi dalla tua infanzia.**

Le croste di polenta da staccare dallo stegnat, il paiolo della polenta.

**Ristorante o trattoria?**

Trattoria.

### **Qual è la tua preferita nella bergamasca?**

L'Osteria "Al Gigianca" che è di un mio amico e ci vado molto volentieri.

### **Hai mai partecipato a un concorso di cucina?**

Sì, a quello dell'Accademia del Gusto di Ascom. Puoi immaginare cosa ho cucinato: aglio, olio peperoncino (ride). Mi confrontavo con degli chef di alto livello. Uno dei giudici era Pierangelo Cornaro, "Chef Patron" del Ristorante Colleoni in Città Alta e mi diede qualche dritta sulla cottura. Andò bene.

### **Parliamo del tuo successo assoluto: la rivisitazione bergamasca di "We are the world" che ha ricevuto 5.300 likes, 13.000 shares e 457.000 views. Perché ha avuto così tanto successo secondo te?**

Sicuramente c'è l'importanza del brano, che è uno dei più famosi degli ultimi 50 anni. Credo che la "viralità" sia stata data dall'accostamento tra questo mastodonte della musica e dal fatto di averlo portato con i piedi per terra in un contesto locale. Mi piace sempre giocare con il dialetto e la contrapposizione con i pezzi così famosi e storicamente grandi. In realtà, spesso ci si aspetta che quello che viene dal dialetto sia un pò rozzo, poco strutturato. Invece noi abbiamo lavorato questa canzone in un modo molto serio, professionale e ognuno di noi ha dato il massimo. Le voci a cui ho chiesto di partecipare sono tutte molto importanti. Credo che ce l'abbiamo fatta. Siamo riusciti a far venire la pelle d'oca anche se i contenuti sono parodistici.

### **"Orgoglio bergamasco", "Sei fantastico", "Mi piace da matti", ma anche "Non penso sia il modo migliore per valorizzare il nostro dialetto", "Luoghi comuni e occasione sprecata", sono alcuni dei commenti sulla tua pagina. Cosa rispondi a entrambi?**

Questi sono pareri. Sull' "occasione sprecata" credo volessero dire "hai in mano un pezzo così bello perché non usare un tono consono?". Io rispondo di no perché si può anche scherzare con



serietà e responsabilità. Se sono consapevole di una parodia non vuol dire che questa non ha dignità. Può non piacere, però se uno va più a fondo, aldilà del linguaggio da bar, si rende conto che io ho parlato di una certa tipologia di atteggiamenti che sono condivisibili dal mondo femminile. Non punto il dito per distruggere, faccio parodia. Non c'è una demonizzazione della donna, anzi la stessa presenza delle donne nella canzone è proprio a dire "guardate che queste mezze f...e non sono le donne, ma una tipologia. Ci sono anche i mezzi uomini". La classica che "se la tira" dà fastidio sia alle donne che agli uomini.

**Sei riuscito a riunire 40 bergamaschi, tra calciatori, cantanti, musicisti per il solo scopo di divertirsi e fare divertire. È questo che manca dalla nostra vita quotidiana? La leggerezza e il divertimento?**

Vedo l'utilizzo che la gente fa dei social. È una bella cosa quando si crea un'interazione costruttiva. Quando però ci si confronta sui social come leoni da tastiera diventa sempre brutto. Sicuramente c'è da sorridere un po', bisogna anche sforzarsi. Uno che sorride non vuole dire che ha il vuoto nel cervello, a volte costa fatica sorridere ma è anche bello cercare di farlo, ovviamente con una certa educazione.

**Sei considerato una super star nella provincia di Bergamo. Non vuoi superare i confini della bergamasca? Hai rifiutato l'invito ad una nota trasmissione televisiva perché non volevi fare il "solito cliché bergamasco".**

Quando vuoi una cosa non è detto che succede. Il fatto che io utilizzi il dialetto non è sempre un confine per forza, a volte capita che io faccia delle cose in dialetto che vanno a "bucare" oltre Bergamo, perché probabilmente comanda il pezzo, come "We are the world". La lingua nel fatto musicale non è un limite così grosso. Quanti sono i tormentoni che ascoltiamo e non capiamo nulla? Riguardo la TV, ha ancora un effetto leva sulla gente, però non è che se vado in onda ho un'occasione per forza. Se ti chiama un autore che a malapena sa chi sei ma

sa che hai qualche numero e lo può sfruttare per muovere il proprio stagno, e tu devi fare il pagliaccio per 30 secondi non ha senso. Ho risposto se devo fare il cretino faccio quello che dico io (ride). Questo è stato interpretato come un mio essere virtuoso. Invece no, è una questione di volere fare una cosa e la TV non fa bene per forza.

**Facebook è stata la catapulta e tu sei arrivato a migliaia di followers. Come hai gestito inizialmente la situazione di essere diventato famoso?**

La rete è impressionante. Fai delle cose, le pubblicizzi e non ti rendi conto di quanta gente le veda. La gente ha cominciato a fermarmi per strada, a salutarmi e a sorridermi. Questo è bellissimo, quando mi parlano è meraviglioso. "Bello l'ultimo video che hai postato", mi dicono. L'altro giorno hanno mandato in onda la canzone su RadioDeejay e hanno commentato la parodia che ho fatto sui Golden Globes durante la premiazione di Rami Malek. Dopo la trasmissione ho scritto un'email a Linus ringraziandolo e mi ha risposto: "SuperVava, avresti dovuto fare tu Bohemian Rhapsody".

**In effetti gli assomigli. Il baffo sembra ispirato proprio da Freddie.**

È parecchio ispirato da Freddie, anche se il mio papà ha sempre avuto il baffo quindi è di famiglia.

**Grazie ai tuoi nonni hai imparato il dialetto locale, che è una vera e propria lingua ma che sta scomparendo tra i giovani. Potrebbe sopravvivere anche grazie a te?**

Non sono legato al dialetto in maniera forzata. Faccio anche delle cose che non c'entrano col dialetto. Grazie ai miei nonni l'ho imparato, sì. Spero di dare un piccolo contributo. Ci sono tanti adolescenti che mi seguono e che magari non sono quelli della città. L'adolescente che vive in città è molto diverso da quello che vive in un paese piccolo. Il vero lavoro è di non allargare molto la macchia di scomparsa del dialetto, di oblio. Secondo me sarebbe bello se i ragazzi capissero che è un arma in più. Cent'anni fa si parlava in dialetto perché

era l'unico strumento per comunicare, adesso abbiamo tanti strumenti e lingue da imparare e in questo scenario il bergamasco è un'arma in più, che magari non ti porta in America, ma è un contatto con le nostre radici.

**Nonostante il bergamasco aspirato, la tua pronuncia britannica è perfetta. Hai vissuto in Inghilterra?**

Ho avuto amicizie e ho vissuto in Inghilterra. Tutto il mio inglese salta dalla musica. È passione. Se ti piace una cosa in qualche modo ce la fai.

\*Vava77 con capelli e baffi neri e denti sporgenti si mette di nuovo nei panni di Freddie Mercury e prepara un remake tutto italiano della canzone "Somebody to love" per i 20 anni dello Zoo di 105. Il testo per la sigla è stato scritto da Vava77 con lo spirito e l'umorismo che lo contraddistingue, mentre il video divertente che accompagna la rivisitazione della canzone vede partecipare anche tutti i membri della trasmissione radiofonica più ascoltata in Italia nella fascia pomeridiana.





