

Solo la metà di noi consuma la quantità di pesce raccomandata: uno studio del Norwegian Seafood Council lo rivela

Un recente studio – il più grande al mondo dedicato al consumo di pesce – realizzato dal Norwegian Seafood Council (NSC) ha rivelato come la popolazione assuma una quantità di prodotti ittici molto inferiore rispetto a quella consigliata. La ricerca, che ha preso in considerazione 30.000 intervistati in 21 diversi mercati, ha svelato inoltre che solo il 51% delle persone mangia pesce due o più volte alla settimana.

Sempre per rimanere in questo ambito, uno studio pubblicato dalla Commissione EAT-Lancet per l'alimentazione, il pianeta e la salute ha esortato i consumatori di tutto il mondo ad adottare una dieta varia e ricca di frutta e verdura, in grado di proteggere la salute umana e quella del Pianeta. Lo studio suggerisce inoltre una sensibile riduzione del consumo di carne rossa, anche fino al 90%, e consiglia di aumentare quello di pesce fino a 200 g a settimana, una quantità in linea con la maggior parte delle linee guida alimentari nazionali di tutto il mondo. In Italia, ad esempio, il peso per una porzione piccola di pesce si attesta sui 100 g*.

Il dato fornito dal Norwegian Seafood Council risulta ancora più preoccupante se si considerano coloro che consumano pesce solo una volta alla settimana: in questo caso la percentuale sale al 70%, dato allarmante sia da un punto di vista di salute pubblica sia ambientale. La situazione non migliora tra i giovani di età compresa tra i 18 e i 34 anni: solo il 49% di loro dichiara, infatti, di mangiare pesce due o più volte la

settimana – un’abitudine molto evidente soprattutto in alcuni mercati tra cui Italia (43%), Portogallo (70%) e Giappone (53%).

«Parallelamente ai consigli offerti da questa nuova dieta “universale”, il nostro studio ha dimostrato come l’aumento del consumo di prodotti ittici potrebbe offrire benefici a ciascuno di noi, sia per la propria salute sia per la salvaguardia dell’ambiente» afferma Trym Eidem Gundersen, Direttore Italia del Norwegian Seafood Council.

Lo studio EAT-Lancet ha sottolineato inoltre l’importanza di una gestione rigorosa dei prodotti ittici non allevati e di pratiche di acquacoltura sostenibili e ha evidenziato come, in futuro, la crescita di questa tipologia di prodotto dovrebbe derivare dall’acquacoltura, uno dei sistemi di produzione alimentare in più rapido sviluppo a livello mondiale.

«Il modello norvegese per la gestione del pesce pescato e il nostro metodo di acquacoltura moderna sono spesso considerati come il migliore esempio per gli altri Paesi basati su un’economia ittica», sottolinea Trym Eidem Gundersen, Direttore Italia del Norwegian Seafood Council, «i consumatori di tutto il mondo sono sempre più attenti e interessati a conoscere la provenienza e il metodo di produzione del cibo. Questo scenario è quindi un punto fondamentale per l’industria dei prodotti ittici norvegesi».

Premio Excellent 2019 a Enrico Cerea

Cerea: un nome sinonimo di eccellenza. Lo stile culinario inconfondibile della famiglia Cerea delizia da anni i palati più esigenti, comunicando la cultura gastronomica con prodotti di altissimo livello qualitativo, integrando la tradizione con le tecniche più moderne.

A Enrico Cerea, lo chef stellato di Ristorante Da Vittorio di Bergamo e dimora Relais & Chateaux, viene assegnato il Premio Excellent 2019 per la sua passione incondizionata e il suo contributo alla valorizzazione e alla promozione del brand Italia nel mondo.

«Un nome: Vittorio, ma soprattutto una famiglia, simbolo di eccellenza nel mondo della ristorazione e dell'accoglienza. Da oltre 50 anni Da Vittorio è un luogo speciale, nel quale si respira tutta l'armonia e la professionale sintonia che unisce la famiglia Cerea e i suoi collaboratori. Un modello ristorativo familiare simbolo del miglior made in Italy, la cui cucina si caratterizza per una "raffinata opulenza" che abbraccia l'innovazione e privilegia i migliori prodotti nazionali», spiegano del premio.

Il premio, ideato da Mario Mancini (Master Meeting) e dalla senatrice Ombretta Fumagalli Carulli, che presiede la giuria, è riservato a imprenditori e manager del turismo e dell'ospitalità, vero asset strategico dell'economia italiana, ma anche a personalità di primissimo piano del mondo della politica, dell'economia, della cultura, dello sport e della solidarietà che si distinguono per il loro contributo alla valorizzazione e alla promozione del brand Italia nel mondo. La premiazione si terrà a Milano, lunedì 11 febbraio 2019.

Un bicchiere dedicato per il Moscato di Scanzo

Un bicchiere made in Italy distribuito da un'azienda bergamasca, Ro.s. Srl, leader nella ricerca, innovazione e design nelle forniture ad alberghi e pubblici esercizi. Dopo due anni di ricerche è stato presentato il bicchiere studiato per apprezzare al meglio un prodotto unico della nostra terra, come il Moscato di Scanzo.

Si è partiti con decine di modelli, per scendere a 5 bicchieri che sono stati messi a disposizione dei produttori, in modo che li provassero. La scrematura è proseguita fino ad arrivare al modello vincente, prodotto dall'azienda Luigi Bormioli di Parma, un'eccellenza del made in Italy, che ha personalizzato il contenitore della preziosa DOCG bergamasca, incidendo alla base il nome Moscato di Scanzo. Il bicchiere ufficiale del Consorzio è cristallino, con una forma moderna ed elegante, ideato e studiato nei minimi dettagli per non far salire al naso la parte alcolica del vino, in modo da far emergere i profumi e le note aromatiche.

Alla serata sono intervenuti, presentati da Fabrizio Pirola, il sindaco di Scanzorosciate, Davide Casati, il presidente del Consorzio del Moscato di Scanzo, Paolo Russo, i fondatori di Ro.s. Srl, Sergio Pezzotta e Antonella Giupponi, il parlamentare Marzo Zanni e il consigliere regionale Dario Violi. Tutti hanno tessuto le lodi per il risultato ottenuto, che punta a valorizzare ancora di più un prodotto come il Moscato di Scanzo, apprezzato ed esportato in tutto il mondo.

Per informazioni: www.consorziomoscatoDISCANZO.it



Marco Locatelli è il nuovo direttore di Aspi Bergamo

Marco Locatelli è il nuovo coordinatore di ASPI Bergamo. Direttore e socio dello chef Enrico Bartolini al Casual Ristorante, una stella Michelin in Città Alta a Bergamo, Locatelli è un volto noto non solo alla realtà locale, ma

anche tra i professionisti di tutta Italia, grazie alla pluriennale esperienza nel settore della ristorazione.

Cresciuto a Bergamo, dove la sua famiglia, da sempre nel settore, gestisce La Caffetteria di Locatelli a Valtesse, Marco Locatelli ha scelto di intraprendere questa strada, mettendo da parte il diploma di ragioneria, muovendo i primi passi tra le mura de La Marianna e del Caffè del Tasso. Seguono le esperienze con lo Chef Antonio Guida al Ristorante Il Pellicano** a Porto Ercole e con lo chef Lorenzo Cogo al Ristorante El Coq* a Marano Vicentino, fino a giungere all'incontro con Enrico Bartolini, prima al Devero Ristorante** di Cavenago di Brianza e poi a Bergamo con Casual Ristorante*. Una sinergia, quella creatasi con Bartolini, che nel 2016 ha permesso di guadagnare la prima stella Michelin, con in cucina lo Chef Alex Manzoni.

«Ho fatto il primo passo verso il mondo del vino per passione prima ancora che per professione. Ed è proprio la mia passione a guidarmi nella scelta delle etichette da inserire nella carta dei vini, che risulta essere in costante movimento – spiega Marco Locatelli. – Il sommelier ha il compito di accompagnare l'ospite all'assaggio di eccellenze italiane ed estere, guidandolo e consigliandolo tra le numerose novità, senza dimenticare l'importanza dei blasoni che hanno reso salda l'enologia mondiale. Ma senza nemmeno dimenticare il vasto mondo delle birre, dei distillati e, in generale, di tutte le bevande: è un universo vasto che esige molto studio e soprattutto grande passione – quella che porto quotidianamente nel mio lavoro e che spero di trasmettere nel ruolo affidatomi da ASPI – Associazione della Sommellerie Professionale Italiana nella mia città».

ASPI – Associazione della Sommellerie Professionale Italiana. Si propone come punto di riferimento per la Sommellerie professionale, con l'obiettivo di offrire opportunità di crescita ed affermazione ai Sommelier. Dal 2007, anno della sua nascita, è il solo membro per l'Italia dell'Association de

la Sommellerie Internationale, A.S.I. I principali obiettivi di ASPI sono la formazione, a livello professionale, e la diffusione della cultura sul mondo del cibo e delle bevande. ASPI è presente, sul territorio nazionale, con corsi ed attività.

All'Antico Benessere di Fara Gera d'Adda pranzo di beneficenza per Lucia

Domenica 27 gennaio alle 12.30, l'Agriturismo Antico Benessere di Fara Gera d'Adda ospita un pranzo di beneficenza per raccogliere fondi per Lucia, una giovane ragazza affetta da un osteoma della coroide, tumore benigno che si è manifestato all'interno dell'occhio e che la sta portando alla cecità. Il ricavato contribuirà a sostenere le spese per una cura sperimentale negli Stati Uniti.

L'iniziativa è promossa da Alessandra Verzera, nota giornalista gastronomica, che insieme agli chef Gianfranco Dainotti e Cinzia Fumagalli (nella foto) sta cercando di raccogliere fondi per aiutarla ad evitare la cecità assoluta. Il menù è firmato a quattro mani dallo chef di Cremona Gianfranco Dainotti e dalla top chef Italia Cinzia Fumagalli. Sarà di fatto un pranzo di gala, in cui ogni partecipante pagherà il costo di un pasto di alto livello in una bella location realizzato da firme prestigiose. I proventi della serata saranno consegnati a Lucia in forma di assegno.



L'iniziativa è sostenuta da Sturiale, Antica Salumeria e Riberella, Consorzio di Tutela Arancia di Ribera Dop.

Per informazioni e prenotazioni, tel. 0363.39.16.01 – info@anticobenessere.it

Monte Isola candidata a “European Best Destination 2019”

“Monte Isola (comunemente: Mont’Isola) è una piccola montagna verde che si erge dalle acque del lago d’Iseo. I meravigliosi e suggestivi paesaggi rendono questa isola di 5 km² una vera perla italiana”, così inizia il testo dedicatole sul sito di European Best Destinations, un’organizzazione creata per promuovere il turismo e la cultura in Europa.

La bellissima isola è stata selezionata tra le prime 20 destinazioni da visitare nel 2019 e competerà per il titolo di “European Best Destination 2019”.

Basta un click sul www.europeanbestdestinations.com fino al 5 febbraio 2019 per renderla la “regina” del turismo di quest’anno. Certo non sarà facile competere con Roma, Firenze, Atene, Malaga, Ginevra, Budapest, Manchester, Parigi, Barcellona, Vienna, Amsterdam e Berlino; ma già nel 2016 ha conquistato pubblico e critici da tutto il mondo con l’installazione temporanea “The Floating Piers” dell’artista Christo.

Monte Isola, però, è una destinazione unica, tra natura, gastronomia e romanticismo. Sembra spuntare da una favola dove il tempo non ha alcuna importanza: i pescatori raccolgono con cura le loro reti, le sarde – presidio slow food – vengono essiccate al sole per strada, l’olio extra vergine d’oliva è l’oro quotidiano sulle tavole dei locali e i salumi danno un tocco saporito e gustoso ai piatti tipici.

Per le strade degli undici centri abitati non si incontrano automobili ma bici, motorini e un autobus. La bicicletta è forse il mezzo più indicato per visitare angoli nascosti e imboccare sentieri che arrivano fino al punto più alto dove il panorama è mozzafiato.

D’estate le spiagge e le zone pic-nic invitano locali e turisti a rilassarsi sotto il sole assaporando i profumi di questo splendido territorio.

Monte Isola: nel cuore del lago, dell’Italia e ora in quello dell’Europa.



Vuoi fare il gastronomo? All'Accademia del Gusto c'è il corso

Vuoi fare il gastronomo? Dal 29 gennaio all'Accademia del Gusto di Osio Sotto un corso in 4 incontri insegna le preparazioni e i segreti del mestiere. Info e iscrizioni: Ascom Formazione, tel. 035 41.85.706/707/715 – info@ascomformazione.it –

Spicchi di gusto

L'arte dei pizzaioli napoletani è entrata nel patrimonio Unesco, ma l'idea di fusione tra cucina e pizzeria è nata ben lontana dal Vesuvio. A Verona, Simone Padoan, nel 1999, ha aperto il nuovo millennio con la sua proposta da degustazione. Da allora non si esce solo per una pizza dopo il cinema, ma si sperimentano accostamenti arditi, spicchio dopo spicchio. Chef-pizzaioli si cimentano in tecniche d'alta cucina, lievitazioni da calende greche, farine macinate a pietra e abbinamenti ricercati. Come ogni tendenza, c'è chi la sposa per business senza preparazione e chi alza i prezzi alle stelle in cerca di notorietà. Ne abbiamo parlato con il maestro Padoan e con chi è impegnato ogni giorno a portare la pizza nel mondo, Tiziano Casillo, docente dell'Accademia del Gusto. Non mancano le dritte e gli indirizzi bergamaschi per gustare un'ottima pizza.

Simone Padoan: “Non chiamatela “gourmet”. Oltre i 50 euro è solo provocazione”

Simone Padoan, indiscusso maestro e fautore della pizza da degustazione (odia il termine gourmet, “E’ troppo elitario”), ha scelto questa professione per caso: “L’alberghiero di Recoaro era la scuola più vicina alle piste da sci e la discesa libera era la mia vera passione” confessa. A 16 anni abbandona gli studi per lavorare in pizzeria da uno dei suoi otto fratelli. A 23 anni apre il suo locale, I tigli di San Bonifacio, tra Verona e Vicenza: è il 1994 e nel giro di qualche anno, nel 1999, nasce la pizza da degustare a spicchi, realizzata con ingredienti d’eccezione e tecniche d’alta cucina. “La nostra rivoluzione è stata inconsapevole – minimizza Padoan-. Volevamo solo creare qualcosa di diverso per dare valore al nostro mestiere e alla pizza, troppo spesso vista come alternativa al fast food”. Si parte dalla lievitazione naturale: “La pasta madre va curata ogni giorno: la complessità aromatica unica ripaga da ogni fatica” spiega. Sette le tipologie di impasti diversi per oltre 25 proposte in carta: “Una base di mais si abbina a baccalà e gambero in ceviche, quella di segale e avena alle verdure, mentre il pan brioche a hamburger e foie-gras. Aggiungo semi all’impasto per burrata e crudo”. Non mancano omaggi alle sue origini e alla tradizione veneta, come la pizza con raperonzolo stufato con lardo fuso e pasta di salame: “Non posso scegliere il km zero perché le migliori mozzarelle e burrate arrivano da lontano, ma nella nostra dispensa- con le uniche eccezioni di stoccafisso e foie gras- ci sono solo prodotti italiani”. Ogni ricetta ha due, quattro ingredienti al massimo e altri tre per bilanciare e accompagnare: “La mia è una cucina di pancia: il piatto deve regalare un’emozione diretta e viscerale”. I prezzi, dato che c’è chi ha in carta pizze che superano i 150-200 euro? “Se ne sentono di ogni, è un modo di farsi pubblicità per un giorno sui giornali- dice con disappunto-. Da noi si va dai 9 ai 36 euro per la versione con i gamberi rossi. La più costosa in assoluto è quella al tartufo bianco,

in carta a 50-55 euro. Otto uova di quaglia in camicia, carpaccio di manzo marinato e generose scaglie di tartufo bianco". Simone Padoan propone anche l'abbinamento con vini naturali a fermentazione spontanea, oltre a qualche birra artigianale. **"I tigli" Via Camporosolo, 11. San Bonifacio (Vr) 045 610 2606**

Gli indirizzi bergamaschi

Pizze da veri re al Castello

Fabrizio Pasinelli ha iniziato più di vent'anni fa come aiuto pizzaiolo a Palazzolo sull'Oglio, prima di aprire il suo primo locale l picari ad Antegnate. Nel 1992 ha cambiato vita e in Umbria ha fondato un'azienda di agricoltura biodinamica. Ma il richiamo della pizza è stato più forte e nel 1998 ha inaugurato a Cividate al Piano la "Pizzeria Castello". Nel 2008, conquistato dalla rivoluzione di Simone Padoan, ha introdotto in menù pizze "gourmet", pezzo forte del locale. Da giugno ha raddoppiato con il ristorante: ai fornelli la figlia Francesca , laurea all'Alma e esperienza stellata a La fenice di Ragusa. Lunghi tempi di lievitazione- 48 ore in cella più 16-18 ore di pre-impasto – e cottura in forno a legna (con carpine, frassino, quercia e faggio) sono i segreti della sua pizza. La carta segue la stagionalità di ingredienti selezionati con cura, molti a presidio Slowfood. D'inverno la scarola dei Colli si abbina a sgombro in oliocottura, in primavera le fave fresche danno colore a una cacio e pepe, con guancialetto croccante, d'estate la mozzarella di bufala dà il meglio di sé con San Marzano, filetti di acciuga Cantabrica, zenzero e scorza di limone e un giro di olio siciliano. La burrata si sposa a crudo di Parma Riserva, la cipolla di Tropea si abbina all'nduja per un gusto pieno e deciso.

Pizzeria Castello, Piazza Castello, 4- Cividate Al Piano. Tel. 0363 976815

La lanterna, riflettori puntati sul territorio

La pizza d'autore si spinge fino in quota: La lanterna di

Dorga, a Castione della Presolana, è un indirizzo ormai di riferimento per scoprire a seconda della stagione versioni gourmet e a km zero. **Ian Spampatti**, dopo la scuola alberghiera di Clusone, dove ha studiato da chef e uno stage da Luca Brasi alla Braseria, seguito da un'esperienza da Cesira al Passo della Presolana, ha deciso di continuare la tradizione di famiglia nella ristorazione, aprendo quattro anni fa il ristorante pizzeria "La Lanterna". Negli ultimi sei mesi la scelta di puntare esclusivamente sulla pizzeria tradizionale, da degustazione e in pala alla romana. Il campione MasterPizza omaggia il territorio, dai formaggi della Val di Scalve alla farina di mais rostrato rosso di Rovetta, proposti con salsiccia sbriciolata. Asparagi verdi, bianchi e viola cotti sottovuoto e passati in padella si abbinano a pomodoro Petrilli di lucera, fonduta di parmigiano e polvere di capperi di Pantelleria. Non mancano versioni veg, come quella con carota e ravanello marinati in aceto di lamponi e pomodoro arrostito al forno.

**La lanterna, Via Fantoni, 4, Dorga- Castione della Presolana.
Tel: 0346 32196**

Il posto giusto dove trovare i campioni della pizza

Inevitabile per uno chef proporre la sua idea di cucina su pizza. **Salvatore La Porta**, siciliano di Piazza Armerina, con alle spalle una lunga gestione di locali, tra cui "La Cascina dei Frati" di Brusaporto, da otto anni si è dedicato alla pizzeria, nel suo Al posto giusto di Tagliuno a Castelli Calepio, che gestisce con la figlia Valentina. Il loro ultimo riconoscimento è l'argento ai Mondiali della Pizza di Parma, con "Anteprima": base in pala alla romana, fior di latte, caponata scomposta al profumo di fieno, petali di baccalà al finocchietto selvatico, gambero di Mazara del Vallo e guanciale croccante. In carta altre pizze d'autore, alcune dedicate alla famiglia, tra cui quella alla moglie Donatella. Il petto d'oca si abbina all'aceto balsamico e il crudo affumicato del Trentino al pomodoro pendolo del Vesuvio. Da

non perdere la Fra' Ambrogio, con gambero rosso di Sicilia, julienne di seppie e bottarga.

Al posto giusto, Via Aldo Moro, 19, Tagliuno-Castelli Calepio (Bg). Tel: 035 848411

L'esperto

Tiziano Casillo: "La pizza perfetta si fa con orologio e bilancia"

Tiziano Casillo è impegnato, tra un volo intercontinentale e l'altro, a diffondere tecniche e cultura della buona pizza nel mondo. La versione gourmet, in continua ascesa, contribuisce ad innalzare la qualità. "Ci si avvicina così alla cucina, dalla selezione delle materie prime al rispetto della stagionalità. Molti la propongono perché di moda, ma pochi la preparano a regola d'arte".

Oltre al topping le attenzioni partono dall'impasto: "La farina a doppio zero cede il posto a integrali e semintegrali. Si allargano gli orizzonti ad altri cereali, dal farro all'avena, all'orzo e persino al riso venere". Casillo smonta convinzioni e luoghi comuni: "Partiamo dalle lievitazioni lunghe: non sono necessariamente sinonimo di qualità. Devono essere corrette più che lunghissime e comunque non superare le 24 ore". Anche il lievito madre non è di per sé indice di qualità: "È difficile da gestire e richiede competenze che in pochi posseggono. Molti lo utilizzano con il lievito di birra a supporto della lievitazione". Casillo fa ordine anche su pre-impasti e bighe: "Si parla spesso a sproposito di biga per definire un pre-impasto. Pochissimi hanno un "ferma-biga", cella di lievitazione che la mantiene 16-18 gradi per 16-18 ore. Per tutti gli altri c'è il frigorifero". Anche il forno a legna, che da sempre viene segnalato sin dall'insegna, non è una garanzia: "È l'elevata temperatura a fare una buona pizza e non la combustione del legno. La pizza napoletana richiede da disciplinare il forno a legna, l'unico in grado di portare

la temperatura a 450 gradi. Ma ormai i forni elettrici raggiungono queste temperature infernali". Nelle pizze gourmet si parla spesso di doppia cottura, prima al vapore e poi in forno: "La pizza, come il pane, cuoce per evaporazione della sua acqua. L'umidità dà solo la possibilità di svilupparsi di più". L'impasto della pizza in pala alla romana, con oltre l'80 per cento di acqua, è la nuova tendenza: "Si presta molto per pizze "gourmet". Nella classica e popolare versione allungata della pala e' ideale al taglio, in stile street food". Sulla farcitura le regole seguono la qualità: "Un equilibrio tra ingredienti freschi e di stagione, giuste consistenze e un contrasto tra sapidità e acidità'. L'abc? Una buona mozzarella, un buon pomodoro e un buon olio. La mozzarella deve essere fatta con il latte e non con cagliate estere. Non può costare 4 euro al chilo, per intenderci, perchè un litro di latte non costa 37 cent". La ricetta della pizza perfetta? "E' realizzata in modo tecnicamente corretto e segue procedure standardizzate. Servono basi certe, bilanciamenti, rispetto dei tempi e grammature. La mal gestione della mozzarella, ad esempio, può far perdere ad una pizzeria 12 mila euro".

Al via la Bergamo Cocktail week

Dal 14 al 19 gennaio Bergamo si trasforma in un palcoscenico per i professionisti dei drink con la Bergamo Cocktail Week: cinque giorni di masterclass, eventi, laboratori di idee, sperimentazioni, tutti a tema cocktail&beverage, che coinvolgeranno anche alcuni ristoranti e gastronomie. Le iniziative si svolgeranno per tutta la città, nelle piazze, nelle strade e persino nei vicoli. 19 locali selezionati

dovranno ideare una 'Mini drink list' costituita da tre drink: un cavallo di battaglia, un drink a tema anni '70/'80 e il drink che partecipa alla competizione. I giudici itineranti sceglieranno il cocktail migliore sotto il profilo tecnico, estetico e sensoriale e decreteranno il vincitore della Mixology Competition. La sfida si concluderà con la Cocktail Night, una serata dedicata agli anni '70 e '80 che si terrà sabato 26 gennaio a Spazio Fase e Alzano Lombardo. I locali partecipanti sono: Tassino Cafè, Barrier, Blitz, Le Iris, Contest, Trex, Sottovoce, Osteria Risi.co, Edonè, Bobino, Dispensario, Reef Cafè, Artisan Cafè, Bu Cheese, 035 Cafè, Mexicali, Caffè dei Portici, Concrete. Ogni bartender dovrà preparare una drinklist composta da tre cocktail. Per maggiori info: bergamococktailweek.net.

Una campagna valorizza le arance italiane

Ortofrutta Italia lancia fino al 22 marzo una campagna nazionale per favorire i consumi di arance made in Italy. Per scaricare la locandina e avere maggiori informazioni: www.ascombg.it - tel. 035 4120135 - mail alessandro.rota@ascombg.it