

“Treviglio in pizza”: un evento goloso con gare culinarie e musica dal vivo

“Treviglio in pizza” debutta nel polo fieristico, da venerdì 31 maggio a domenica 9 giugno. L’evento, a ingresso gratuito, oltre ad appagare i buongustai, garantirà competizioni culinarie e musica dal vivo. L’apertura della festa sarà affidata a 25 giovani panettieri della scuola professionale Abf: i ragazzi dovranno preparare delle teglie di pizza che saranno valutate dal panettiere Matteo Testa e dal pizzaiolo Antonio Bove, presidente dell’Associazione Pizzaioli Internazionali che organizza l’iniziativa in fiera.

La pizza della gara sarà, poi, offerta al pubblico. Lunedì 3 e martedì 4, alle 17, la gara più attesa: a contendersi il titolo di miglior pizzaiolo saranno un centinaio di professionisti provenienti da tutta la Penisola. Due le categorie, classica e fantasia. A sorpresa, a esprimere il proprio giudizio, accanto al sindaco Juri Imeri e agli chef, saranno chiamati i clienti. Nei 12mila metri quadri con 600 posti al coperto, in caso di maltempo, e 1.400 all’esterno, sono attesi 30mila visitatori. La cucina aprirà alle 18, mentre alle 21 attaccherà la musica.

Venerdì è in programma il concerto dei Vascombricola, sabato, alle 20, sarà proiettata la finale di Champions League e, a seguire, si ascolteranno i successi di Tiziano Ferro che saranno eseguiti dagli XVerso, originari di Padova, gruppo riconosciuto in modo ufficiale dallo stesso cantante che li ispira. Domenica, saliranno sul palco i trevigliesi Sprait e lunedì i Susband con le loro canzoni d’autore tra swing e bossa.

Martedì si ballerà e si canterà grazie alla musica dei Senza

Filtro, cover band specializzata nel repertorio di Fedez, J-Ax e degli Articolo 31. L'intrattenimento proseguirà, mercoledì 5, con il Vava, la sera successiva con i Vipers che ripropongono i successi dei Queen, mentre la band Con un deca, tributo agli 883, è attesa il 7 e i Bandaliga l'8. Il sipario sulla manifestazione calerà il 9 con lo spettacolo di wresling, alle 18, seguito dal concerto dei Timodà, che omaggiano i Modà.



Da sinistra Antonio Bove, Marco Simoncini e Riccardo Silva

Sul Sentierone di Bergamo apre Terrazza Fausti

Dopo lo shopping spazio agli aperitivi con vista. Sui Portici del Sentierone di Bergamo apre Terrazza Fausti, raffinato Rooftop Lounge Bar ideato e allestito da Tiziana Fausti, imprenditrice eclettica e creativa nel settore della moda e del lusso dal 1979, con la passione per l'arte e il design. La storica fashion boutique allarga spazi e orizzonti offrendo alla città un nuovo locale, moderno e sofisticato dove sorseggiare cocktail e vini di qualità, con un affaccio unico ed esclusivo nel cuore di Bergamo. Il risultato è un esclusivo spazio commerciale di oltre 1.000 metri quadrati, che mette in relazione l'area uomo, donna e la boutique Dior, oltre alla nuova terrazza di 600 metri quadrati.

L'inaugurazione si terrà giovedì 23 maggio 2019 alle 18.30.

Tiziana Fausti ha esaltato l'architettura di Marcello Piacentini dei primi del 1900 per lo storico edificio dell'Antica Fiera di Bergamo, creando un giardino metropolitano, rigoglioso, fiorito e profumato in ogni stagione dell'anno grazie a graminacee ornamentali e piante erbacee perenni, come l'Amelanchier, che regala una ricca e candida fioritura in primavera, bacche rosse in estate-autunno e un ricco fogliame color rubino in autunno inoltrato. L'allestimento verde è ispirato allo stile del plant designer Piet Oudolf, uno dei più importanti paesaggisti contemporanei, firma della famosa HighLine di NY, uno dei parchi urbani più visitati al mondo.



“L'estetica ha a che fare con la sensibilità, la percezione. La moda, l'arte, il design, che sono il mio mondo, sollecitano

i sensi – dice Tiziana Fausti – Terrazza Fausti vuole essere un'esperienza di gusto, uno scrigno che si apre sulla bellezza della mia città, valorizzando una terrazza di rara bellezza, dall'architettura rigorosa e perfetta. Mi piacerebbe offrire innanzitutto ai bergamaschi la magia e lo stupore della vista su Bergamo e sul teatro Donizetti che si gode da Terrazza Fausti. Da qui, sorseggiare un bicchiere di buon vino è un'occasione speciale, da non perdere”.

La serata inaugurale di Terrazza Fausti è aperta al pubblico ed è anche un appuntamento con l'arte. La serata evento è animata dal DJ Set di Alessia Bossi e Lucia Serafini, in arte Psychic Club Djettes.

La mostra “R-Evolution” è visitabile fino al 3 agosto 2019, da martedì a sabato, dalle 10 alle 19, con ingresso libero e gratuito (entrata da Terrazza Fausti, piazza Vittorio Veneto 15 o dalla boutique accessori-donna Tiziana Fausti, Portici Sentierone 35).

“R-Evolution” è una mostra omaggio ad artisti internazionali affermati, che interpretano la “r-evoluzione” intesa come cambiamento evolutivo e positivo del mondo, moto dinamico della storia e della cultura. Temi cari e coerenti con la storia e il DNA di Tiziana Fausti, nata come impresa familiare quarant'anni fa, oggi punto di riferimento nel fashion business italiano e internazionale con oltre 80 milioni di fatturato, boutique in Italia e Svizzera, un e-commerce che rappresenta il 60% del fatturato e una presenza su tutti i mercati più importanti del mondo tra cui Europa, America, Asia, Russia, Medio Oriente.

L'allestimento comprende dodici opere di sette artisti: Cui Xiuwen (“Sanjie”, 2003, Stampa digitale a colori; “Angel n°11”, 2006, Digital manipulated print), Jiang Zhi (“Let there be light – Things would turn simpler once they happened”, 2006, C-print), Joseph Beuys (“La rivoluzione siamo Noi”, 1972, Serigrafia su poliestere), Regina Jose Galindo (“Quién puede

borrar las huellas?", 2003, Stampa lambda su forex; "Piedra", 2013, Stampa lucida su forex; "Carnada", 2006, Stampa lambda su forex) Santiago Sierra ("Linea di 250 tatuata sopra 6 persone pagate", 1999, Stampa su di bond; "Una persona", Galleria Civica di Trento, Italia, 2005, Fotografia in B/N montata su forex; "No, global tour", Diversi Spazi, Inizio a Lucca, Italia. 2009, Foto in B/N montata su di bond), Vanessa Beecroft ("VB62.50", 2008, C-print), Weng Feng ("On the wall – Guangzhou 2", 2002, Fotografia).

Tiziana Fausti opera nel settore moda e lusso dal 1979, dando seguito alla tradizione di famiglia. Da allora, l'imprenditrice si è distinta per la cura della proposta di brand internazionali esclusivi rappresentati in un contesto elegante e suggeriti alla clientela con un rapporto altamente personalizzato. Quarant'anni di carriera dedicati alla ricerca e alla curiosità verso tutto ciò che riguarda la moda, l'arte. Il design e la cultura. Tiziana Fausti è oggi un punto di riferimento nel fashion business italiano e internazionale.

Tiziana Fausti è boutique donna, uomo, bambino e lifestyle a Bergamo e Lugano. La boutique – e l'e-commerce – offre alla clientela i più importanti brand della moda: Alaïa, Céline, Givenchy, Valentino, Saint Laurent, Stella McCartney, Dolce & Gabbana, Chloé, Bottega Veneta, Gucci, Balenciaga, Valentino. La lista completa dei marchi è disponibile sul sito www.tizianaFausti.com.



Tiziana Fausti

Rendere scenografici i piatti. Un libro spiega come si fa

Per i ristoratori migliorare la presentazione dei piatti è diventato essenziale. Questo libro in tal senso può essere un aiuto prezioso; mostra, spiegandole nei dettagli, una serie di tecniche che possono essere applicate a piatti dolci e salati e 40 ricette selezionate con allestimenti particolari. Le fotografie dei piatti finiti sono accompagnate da disegni che mostrano la posizione di ogni singolo elemento. È una guida utile anche per gli appassionati.



La scenografia del piatto. Tecniche di presentazione e decorazione

di Alexis Vergnory

Bibliotheca Culinaria, 2018

Tempura tecnica di frittura gentile

Il tempura, o anche al femminile “la tempura”, è un piatto della cucina giapponese a base di verdure o pesce, messi in pastella e fritti. Per tradizione si fa risalire il piatto al 1500, quando avvennero i primi contatti tra i giapponesi, i marinai portoghesi e i missionari cristiani.

All’inizio di ogni stagione i cristiani si astenevano dal cibarsi di carne per tre giorni consecutivi e cucinavano solo verdure e pesce. Questi quattro periodi dell’anno erano chiamati in latino “quattuor tempora”. Da qui il nome tempura. Questa tecnica è ovunque molto diffusa perché consente di friggere in modo leggero e dona al cibo un gusto goloso ma delicato. Gli elementi fondamentali per un’ottima tempura sono la pastella e l’olio. Per la pastella è bene scegliere una farina di riso di qualità ed amalgamarla con dell’acqua

frizzante.

Il principio sul quale si basa questa tecnica di cottura è quello dello shock termico per cui è importante che la pastella risulti molto fredda (così come devono essere freddi i cibi da cuocere). In questo modo l'incontro con l'olio caldo darà origine a quella croccantezza leggera proprio tipica della tempura.

Quale olio utilizzare? Sono molti i pareri circa l'olio ideale per friggere. Noi preferiamo fornirvi, per indirizzare la vostra scelta, gli elementi scientifici divulgati da Dario Bressanini, ricercatore presso il dipartimento di scienze ed alta tecnologia dell'Università degli Studi dell'Insubria di Como e autore del Blog Scienza in Cucina. Bressanini afferma: "Un olio è più resistente se contiene una quota maggiore di acidi grassi monoinsaturi. È il caso dell'olio di oliva, il cui contenuto di acido oleico è superiore a tutti gli altri. Ma anche l'olio di arachide ha un'alta resistenza che lo rende ideale per una buona frittura. Gli oli di semi di girasole, mais e soia tendono a deteriorarsi facilmente se esposti all'aria e ad alte temperature. L'extravergine di oliva, non essendo raffinato e quindi dotato di una scorta di acidi grassi liberi superiore, ha una quota di sostanze che lo rendono pregiato ma che ad alte temperature vengono degradate. Ecco perché il suo utilizzo nelle frittture non è consigliato. Non si deve friggere a una temperatura inferiore a 160 e superiore a 180 gradi. È in questo intervallo che, con un tempo adeguato, si ottiene la migliore cottura senza la liberazione di sostanze tossiche. È inoltre fondamentale cucinare in un'adeguata quantità di olio. Quando se ne usa poco e si cuoce tutto assieme, la temperatura scende e gli alimenti tendono ad assorbire l'olio, senza completare la cottura. Meglio, invece, usare più olio e friggere gli alimenti di volta in volta, scolando quelli pronti e mettendo nella padella quelli da cuocere. È sempre meglio evitare il riutilizzo o il rabbocco dell'olio".

OLIO PER FRIGGERE

SI olio di oliva, olio di arachidi

NO olio extra vergine di oliva, olio di semi di girasole, mais e soia = no

TEMPERATURA PER FRIGGERE

mai sotto i 160° e mai sopra i 180°

REGOLE ESSENZIALI

La pastella deve essere fredda

Utilizzare un termometro da cucina

Mai rabboccare l'olio

LA RICETTA

TEMPURA DI GAMBERI, ZUCCHINE E CAROTE

per 4 persone

Ingredienti

16 GAMBERI

2 ZUCCHINE

2 CAROTE

120 g FARINA DI RISO

220 g ACQUA FRIZZANTE MOLTO FREDDA

1 litro OLIO DI OLIVA (O DI ARACHIDE)

Pulite le verdure e tagliatele a bastoncino, sgusciate i gamberi e puliteli. Mettete tutti gli ingredienti in frigo. In una ciotola versate la farina di riso ed aggiungete poco per volta l'acqua fredda fino ad ottenere una pastella fluida (non dovete amalgamarla troppo, non deve risultare perfettamente omogenea). Mettete la pastella in frigo mentre in una casseruola portate l'olio a 180° gradi. Una volta raggiunta la temperatura, passate le verdure e i gamberi in pastella e poi friggeteli per pochi minuti. Il fritto deve risultare croccante ma non deve scurirsi. Adagiate le verdure ed il

pesce su una carta assorbente, salate e servite subito.

Voglia di Francia: la “Locanda della Corte” porta Parigi ad Alzano

“Tous les matins il achetait son p’tit pain au chocolat/ La boulangère lui souriait, il ne la regardait pas” cantava Joe Dassin dalla voce profonda e fin dalle prime note musicali il profumo del pane caldo e del cioccolato penetrava le narici.

L’amore per la Francia, il desiderio del “goût de France” e la voglia di un tuffo nell’oceano di sapori 100% francesi si può esaudire anche senza il viaggio: basta una cena alla “Locanda della Corte” ad Alzano Lombardo.

Situato nel Palazzo Storico dei Conti Barzizza, il ristorante elegante ma familiare, dai colori caldi e dall’ambiente accogliente invita tutti i francofilo e chi vuole assaggiare un po’ di Francia stasera venerdì 22 marzo e domani sabato 23 marzo per un menù à la française.

Lumache alla bourguignonne, zuppa di cipolle, tagliere misto di formaggi francesi, fondant au chocolat e champagne delamotte sono i piatti che propone lo chef e patron della Locanda, Flavio Mazzilli che non nasconde il suo amore per la cucina francese. Non è un caso che le lumache fanno parte del menù del ristorante, anche se la specialità della Locanda è la carne alla brace, mentre la sua ricerca per lo champagne più esclusivo e ricercato non finisce mai.

“Abbiamo voluto dare un caloroso benvenuto alla primavera e

abbiamo deciso di aderire all'iniziativa dell'Institut Français 'Goût de France'. Il nostro amore per la gastronomia francese è evidente, basta guardare il nostro menù e il nostro champagne. Abbiamo voluto proporre piatti del territorio francese, anche poveri, come la zuppa di cipolle, ma anche le lumache che sono protagoniste di ricette molto raffinate, mentre la cena si conclude alla... parigina con un delizioso fondant au chocolat", racconta la figlia del chef patron, Laura Mazzilli, che innamorata della Francia come il papà, avendo vissuto a Lione dopo i suoi studi in Lingue, non avrebbe potuto dire no a quest'iniziativa.

Chi preferisce può scegliere una delle portate, oppure il menù intero a 80 euro per persona, incluso coperto, servizio e una bottiglia di champagne ogni due persone. Bon appétit!

Locanda della Corte

Via Mazzini 72, Alzano Lombardo – Bergamo

Telefono 035 513007

Email info@locandadellacorte.it



Vi presenta:

Menu Goût de France 2019

Lumache alla Bourguignonne
 Zuppa di Cipolle
 Tagliere Misto di Formaggi Francesi
 Fondant au Chocolat
 Champagne Delamotte

80 euro per persona

incluso coperto, servizio e una bottiglia di Champagne ogni 2 persone

#GoutDeFrance #GoodFrance



goodfrance.com



DÉPARTEMENT
BOSCHER

PROVENCE

ANÉE DE LA
GASTRONOMIE







GERMAIN
CROTTIN DE
CHÈVRE
- FRANCE -
FROMAGERIE GERMAIN - 52190 LE MONTSAUGEONNAIS

GERMAIN
CROTTIN DE
CHÈVRE
- FRANCE -
FROMAGERIE GERMAIN - 52190 LE MONTSAUGEONNAIS





Cucina da gatti... ricette da vero gourmet

Molti lo considerano un animale particolare, snob, vanitoso, sfuggente, che pretende troppo e ama fare i bagni di sole. Altri credono che sia un animale perfetto, divino, l'esempio supremo nel regno animale, tenero, tranquillo, amabile e saggio. Il gatto è complesso ed è una fonte inesauribile di enigmi. Soprattutto quando si tratta di cibo. Non esiste un pulsante per spegnere la sveglia (biologica) di un gatto che voglia la prima colazione e questo lo sa bene Marco Vandoni, chef e scrittore del libro "Cucina da... gatti. Ricette da vero gourmet".

Ispirato dalle sue due gatte – Mercedes e Chablis (il cui nome è tratto da un vino di Borgogna) – lasciate a lui in dolce "eredità" dalle sue due ex fidanzate, Vandoni, oltre ad aver modificato la sua casa per soddisfare i loro bisogni, ha cominciato a cucinare per loro delle pietanze sane e gustose. "Le ricette sono studiate apposta per ottenere dei piatti che possono essere mangiati da gatti e umani, l'obiettivo è di condividere un pranzo o una cena con i propri gatti", commenta lo chef mentre osserva le sue amiche a quattro zampe che aspettano impazienti la colazione.

Com'è iniziata la sua avventura culinaria-felina? Vandoni spiega che la sua carriera nel mondo della gastronomia è iniziata dopo la sua partecipazione alla sesta edizione di Masterchef, ma il suo amore per la cucina è cominciato da piccolo, quando la nonna gli preparava il suo piatto preferito: il bollito. Nonostante il suo percorso da manager in importanti aziende della moda e i suoi studi in Bocconi e Yale, Vandoni non ha potuto resistere alla cucina e ha

intrapreso un viaggio molto originale e decisamente saporito.

“Tutto è iniziato in maniera divertente. La ‘mamma’ di Chablis mi ha convinto di partecipare a Masterchef. In una delle puntate Bruno Barbieri mi ha chiesto per chi cucino e io gli ho risposto ‘per i miei gatti’. Leonardo Cairo, il famoso fotografo di cibo, guardava la trasmissione, ha avuto l’idea di fare un libro di cucina per gatti e quindi mi ha contattato. Ci siamo incontrati e ora è uno dei miei amici più cari. Stiamo preparando anche il libro su ricette per cani che uscirà l’anno prossimo sempre con Trenta Editori. Dopo cani e gatti pensiamo anche agli scoiattoli”, aggiunge ridendo.

Ma sono davvero eclettici i gatti quanto si tratta di cibo, soprattutto quando le ricette coinvolgono mango, cavolfiore e barbabietola? Secondo Vandoni ogni gatto è un giudice severo come quelli di Masterchef: “Chablis è gourmet ma assaggia qualsiasi cosa. Ogni volta che entro in cucina lei mi segue. Le ho fatto assaggiare quasi di tutto, ovviamente alimenti che possono mangiare i gatti. Lei è molto facile anche quando le metto il cavolo. Il trucco classico per fare mangiare tutto ai gatti è l’olio di acciughe. Basta una goccia e mangiano qualsiasi cosa. Mercedes è un po’ diffidente e con la sua zampa tocca il cibo e poi lo assaggia”.

Crema di lattuga con acciughe, crema di prosciutto e fave, micio-micio cous-cous, moussadella, octomousse, riso alla gattonese... Sono tante le ricette curiose di questo libro, ma il suo creatore spiega che la loro preferita è il riso alla gattonese che è nata per puro caso ed è facilissima da fare: “Una volta ho ordinato cibo cinese ed era avanzato riso alla cantonese. Mi sono svegliato e ho trovato il gatto che lo stava mangiando. Ho pensato, quindi, di fare il riso alla gattonese che è simile, ovviamente senza salsa di soia perché non gli fa bene e altri ingredienti e ha avuto molto successo”.

Gatti, ricette gourmet, ingredienti ricercati... non sarà un po’ esagerato? “Il commento che mi fanno in molti e che preparare

piatti gourmet per gatti è da élite e con la fame che c'è in mondo do il gambero al gatto. Ho fatto la mia parte di volontariato e continuo a farlo volentieri, ma il libro non c'entra con tutto ciò. Cucino, scrivo e mi diverto. I gatti vanno nutriti bene e ogni tanto li vizio, tutto qua", risponde Vandoni che oltre all'amore per i gatti dimostra passione anche per il ristorante "Belledonne" che ha aperto con un suo socio a Milano. Con cucina semplice, quasi casereccia, il ristorante offre una vasta gamma di piatti non troppo elaborati da un menù che cambia ogni due giorni e questa sensazione di "casa" piace sia agli italiani che ai turisti.

La sua attività non si ferma qui, però. Vandoni insieme ad altri tre concorrenti di Masterchef, Valerio Braschi, Gabriele Gatti e Michele Pirozzi hanno aperto più di 20 ristoranti pop up in giro per l'Italia: per due giorni i tre (più uno)... moschettieri della cucina preparano i loro piatti creando un menù completamente diverso da quello che propone il ristorante. La loro fama ha varcato anche i confini italiani ed è arrivata in Olanda, dove al ristorante più famoso di Rotterdam, Op Het Dak, hanno portato per quattro giorni un'ondata di originalità italiana. "Tutto il ricavato va in beneficenza. Siamo molto amici e ci divertiamo a stare insieme e cucinare", aggiunge Vandoni, che nonostante l'amore per la gastronomia considera la professione dello chef "uno dei lavori più noiosi perché devi continuare a ripetere gli stessi piatti e sei sempre in cucina".

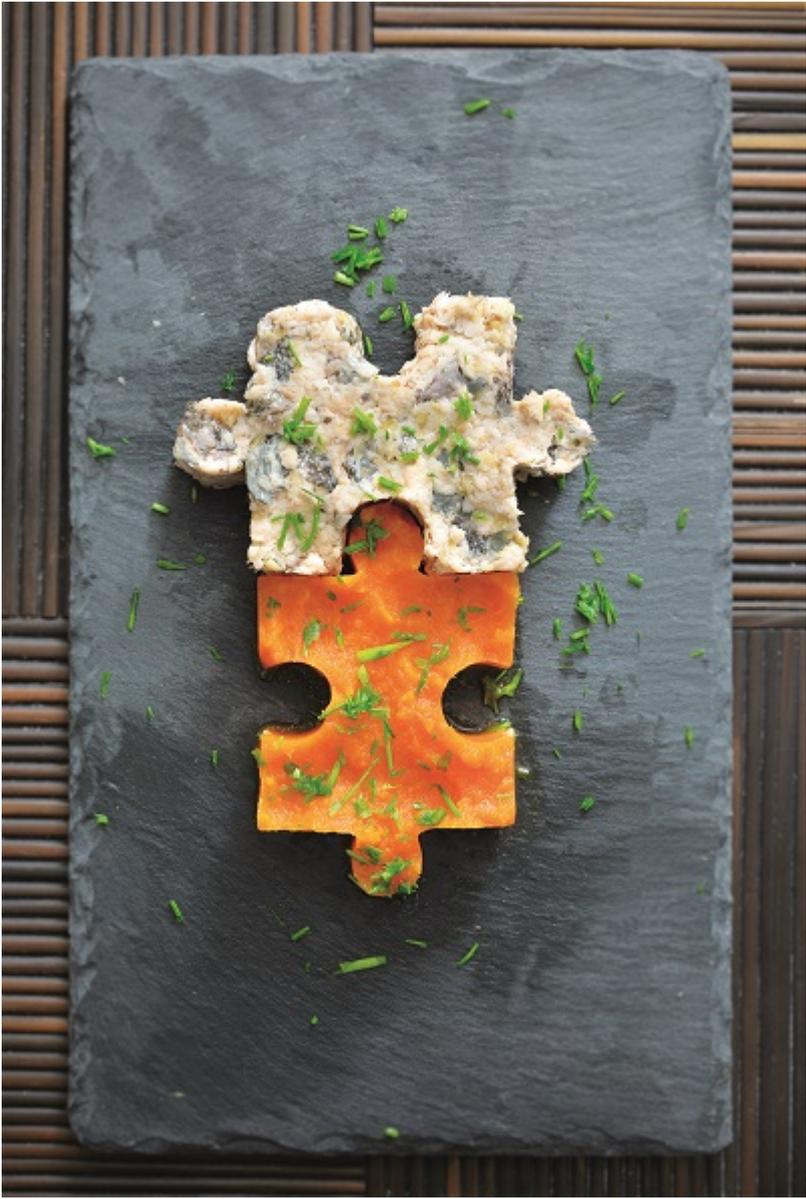
Forse per "rompere" la noia ha sperimentato varie ricette ispirate dalla sua vita negli Stati Uniti: "Quando mi sono trasferito negli Usa sono andato a New Haven Connecticut per frequentare Yale e mangiavo veramente male, quindi ho dovuto cominciare a cucinare per sopravvivere. Ho imparato molto su come vivono gli Americani il cibo e la convivialità. Organizzano cene in casa con degli antipasti ricchi, come ad esempio per la serata del Super Bowl. Ognuno porta qualcosa da casa e mi ricordo sempre il famoso 7 layer dip, dove c'è

qualcosa di dolce, di salato, la carne macinata, il guacamole, le verdure, un po' di tutto. Ricordo sempre -dice ridendo- l'episodio dei Friends dove Rachel aveva preparato un dip dal gusto improponibile".

Tornato in Italia la sua passione è cresciuta e ha continuato a fare quello che ama di più: cucinare. D'altronde è un "microbo" che gira in famiglia: "Sono cresciuto in una di quelle famiglie che appena ci si sedeva a tavola si parlava solo ed esclusivamente di cibo. Il piatto preferito era il gran bollito che si mangiava ogni domenica. È un piatto molto semplice, si mette la carne a bollire in un pentolone con verdura e si lascia cucinare per ore. È molto conviviale questo piattone di carne bollita in mezzo al tavolo".

Vandoni continua con la tradizione imparata a casa e propone per il suo ristorante a Milano piatti come maccheroncini cacio e pepe, gnocchi al ragù, polenta e funghi, pollo arrosto con le patate e ovviamente diverse tipologie di pizza che viene sempre apprezzata da tutti.

Anche Mercedes e Chablis apprezzano; e mentre concludiamo questa piacevole chiacchierata, (im)pazientemente aspettano di vedere le pietanze cucinate dal loro umano preferito.





cucina da...
gatti

RICETTE DA VERO GOURMET

Marco Vandoni
Leonardo Cairo



TRENTA EDITORE







Non la solita merenda

I bambini in sovrappeso sono sempre più numerosi tanto che l'Organizzazione mondiale della sanità ha lanciato un allarme. Colpa delle troppe merendine confezionate e dei cibi grassi, insieme alla tendenza a muoversi poco e a preferire tv, tablet e videogiochi allo sport all'aria aperta.

Abituare i bambini a portare a scuola uno snack preparato a casa è una buona abitudine per la loro salute. Certo le merendine pronte sono comode, veloci e molto golose per i bambini, ma si possono realizzare a casa ricette veloci e altrettanto appetitose, che assicurano il giusto fabbisogno e non si trasformano in chili di troppo. Ve ne proponiamo cinque, una per ogni giorno di scuola, facili da preparare, colorate, gustosissime e perfette come spuntino di metà mattina.

E il sabato? Frutta fresca, meglio se di stagione.

Mini cornetti di pane al prosciutto

tempo di preparazione: 10 min

tempo di cottura: 10 min



Ingredienti per 8 porzioni

- confezione da 240 g di pasta da pizza pronta
- 80 g di prosciutto cotto magro
- 30 g di Grana Padano
- farina

come si preparano

Srotolate la pasta da pizza, disponetela sul piano di lavoro leggermente infarinato e stendetela con un matterello. Tagliatela in 8 spicchi con un rotella tagliapasta o un coltello affilato, praticate un taglietto al centro della base dei triangoli.

Disponete il prosciutto e una scaglietta di Grana Padano verso la base del triangolo e arrotolate la pasta intorno al ripieno partendo dalla base stessa. Inumidite leggermente la punta con una goccia di acqua e fatela aderire alla pasta sottostante.

Incurvate leggermente le punte dei cornetti, disponeteli su una teglia rivestita con carta da forno e cuoceteli in forno preriscaldato a 180° per 10-12 minuti o fino a quando risultano dorati. Lasciateli raffreddare prima di servire. Si possono conservare in frigo e in freezer

Gnocco “fritto” light

tempo di preparazione: 10 min

tempo di cottura: 10 min



Ingredienti per 3 porzioni

- 250 g di farina
- 1/2 bustina (8 g) di lievito istantaneo per torte salate
- 7 cl di latte
- olio extravergine di oliva
- sale

Come si prepara

1. Riunite in una ciotola la farina con il lievito, due cucchiaini d'olio, il latte, un pizzico di sale e, mentre impastate con le dita, versate a filo 0,7 decilitri di acqua.
2. Lavorate gli ingredienti fino a ottenere un impasto omogeneo e dividete il composto in palline della grandezza di un'albicocca. Schiacciate i pezzi di pasta con le mani fino a ottenere dischetti di uno spessore di mezzo centimetro circa.

3. Preriscaldate il forno a 200°. Trasferite gli gnocchi in una teglia rivestita con carta da forno e cuoceteli per circa 10 minuti. Servite gli gnocchi tiepidi o freddi tagliati a metà e farciti a piacere con prosciutto, formaggio, marmellata o addirittura di crema alle nocciole e cioccolato. Si possono preparare in quantità e surgelare già cotti.

Finti gelati di banana e cioccolato

tempo di preparazione: 10 min

tempo di cottura: 5 min



Ingredienti per 4 gelati

- 2 banane
- 200 g di gocce di cioccolato fondente
- 2 cucchiaini di codette colorate o di mompariglia (confettini colorati)
- 2 cucchiaini di granella di nocciole o di noci tritate

Come si preparano

1. Sbucciate le banane, tagliatele in 4 tronchetti e infilate ciascun pezzo su uno stecco da gelato (oppure

su forchettine di legno). Mettete le codette o la granella di nocciole (oppure noci o pistacchi) in due ciotole separate.

2. Trasferite le gocce di cioccolato in una ciotola di ceramica e fatele fondere al microonde a 300 W di potenza per due o tre minuti, oppure fatele fondere a bagnomaria. Mescolate il cioccolato per renderlo omogeneo e immergete i tronchetti di banana in modo da ricoprirli completamente.
3. Rotolate 4 gelati negli zuccherini e altri 4 nella granella di nocciole. Appoggiateli su un vassoio ricoperto di carta da forno e fateli raffreddare in freezer per circa 5 minuti, finché il cioccolato si sarà rappreso. Si possono conservare in frigorifero.

Yogurt con frutta, cereali e miele

Tempo di preparazione: 10 min



Ingredienti per 2 porzioni

- 2 vasetti da 125 g di yogurt intero naturale
- mezza banana
- 60 g di mirtilli
- 60 g di lamponi
- 20 g di muesli
- 20 g di corn flakes (oppure riso soffiato)
- 1 cucchiaino e mezzo di miele vergine integrale di acacia
- mezzo limone

Come si preparano

1. Sbucciate la banana, tagliatela in 4 nel senso della lunghezza e poi a tocchetti e bagnatela con il succo di

limone per evitare che annerisca.

2. Sciacquate delicatamente i lamponi e i mirtilli e asciugateli con carta da cucina. Scolate la banana e mescolatela con gli altri frutti. Riunite lo yogurt in una ciotola e addolcitelo con il miele.
3. La ricetta originale prevede di disporre uno strato di frutta in due bicchieri o ciotole, aggiungerne uno di muesli, uno di yogurt e uno di corn flakes e di unire la frutta e lo yogurt rimasto. Dovendolo portare a scuola, noi consigliamo di disporre lo yogurt in un vasetto con il coperchio e di riporre la frutta e il muesli in un contenitore a parte.

Crostatine alla confettura di mirtilli

tempo di preparazione: 20 min

tempo di cottura: 25 min



Ingredienti per 6 persone

- 300 g di farina
- 200 g di confettura di mirtilli senza zucchero aggiunto

- 90 g di olio di riso o di semi
- 90 g di zucchero
- zucchero a velo
- 3 tuorli
- 3-4 cucchiaini di succo di mela o di arancia

Come si preparano

1. Riunite nel mixer la farina con lo zucchero, un pizzico di sale, l'olio, i tuorli e frullate fino alla formazione di un composto a briciole. Con l'apparecchio in movimento unite due-tre cucchiaini di acqua e, nel momento in cui si forma una palla di pasta omogenea, spegnete.
2. Avvolgete la pasta in un foglio di pellicola per alimenti e fatela riposare per 30 minuti in frigo (in questo modo risulta più morbida e non si ritira durante la cottura). Dividetela poi in sei porzioni e stendete ognuna in una sfoglia dello spessore di pochi millimetri. Rivestite il fondo e i bordi di sei stampini da crostatina e tagliate via la pasta eccedente.
3. Bucherellate il fondo della pasta con una forchetta, mescolate la marmellata con il succo di frutta e suddividetela negli stampi. Impastate nuovamente i ritagli di pasta e formate dei cordoncini da incrociare sopra la marmellata. Cuocete le crostatine in forno preriscaldato a 180° per circa 20 minuti e lasciatele raffreddare completamente prima di servirle spolverizzate di zucchero al velo. Si conservano in un barattolo a chiusura ermetica o avvolte in carta stagnola per 3-4 giorni. Potete preparare una dose maggiore di pasta frolla all'olio e surgelarla per poi lasciarla scongelare in frigorifero quando serve.

Le ricette sono tratte dal "Grande Cucchiaino d'Argento" pubblicato da Editoriale Domus

Roberta Zanardini (biologa-nutrizionista): “Il giusto apporto di uno spuntino va da 150 a 250 chilocalorie”



L'incognita della merenda a scuola perseguita molti genitori di bambini che iniziano le scuole primarie. La scelta dello spuntino giusto diventa complicata perché la colazione spesso è non adeguata o assente e questo ha fra i molti esiti quello di ribaltare il piano alimentare giornaliero, nonché di essere uno dei principali fattori di rischio per l'obesità infantile. Il giusto apporto di uno spuntino va da 150 kcal in 1^ fino a 250 kcal in 5^.

Cosa fare quindi? Scelgo una merenda equilibrata e gustosa: una ciotolina di frutti di bosco o uno yogurt, anche da bere per essere più pratici. Oppure una fetta di torta preparata la domenica, l'intramontabile pane e cioccolato fondente (>70%) e una volta ogni tanto pane e affettato.

Se invece opto per l'alternativa rapida e facile, una merenda confezionata e modaiola, attenzione all'etichetta, evitate olio di palma e olio di cocco, conservanti, coloranti, aromi, sale e zuccheri aggiunti, tutto molto saporito ma con scarso valore nutrizionale.

Lo sapevate che il miglior strumento educativo, anche in

nutrizione, è l'esempio? Mamma e papà partiamo con una cena non tardiva, leggera e digeribile e poi, dopo un bel sonno riposante, mostrate ai vostri figli che la sveglia non è poi così tremenda se ad aspettarci c'è una ottima colazione.

Presentazione della Guida Euro-Toques 2019

Grande risonanza per la presentazione della Guida 2019 di Euro-Toques all'Excelsior Hotel Gallia di Milano, anticipata da un dibattito sulla stringente attualità del rapporto cuoco-turismo moderato dal direttore di Italia a Tavola Alberto Lupini, con ospiti alcuni dei maggiori rappresentanti di categoria. Sono infatti intervenuti per l'occasione il presidente di Euro-Toques Enrico Derflinger, il presidente de Le Soste Claudio Sadler, il presidente della giovane associazione Gente di Lago e di Fiume Marco Sacco e il sindaco di Lecco nonché presidente di Anci Lombardia – Associazione nazionale comuni italiani Virginio Brivio. Anche Sadler e Sacco sono soci di Euro-Toques.

Indubbiamente momento di massimo rilievo, l'effettiva presentazione della Guida 2019 di Euro-Toques realizzata da Italia a Tavola, versione cartacea – quella digitale infatti era stata presentata durante il 1° Congresso di Euro-Toques Sicilia svoltosi a gennaio nel palermitano. Alberto Lupini: «242 cuochi, di cui 22 donne, ma soprattutto con 93 new entry. Questo è un segno che lascia intendere quanto l'associazione sia esponenzialmente in crescita, pronta a farsi carico, anche perché unica fra tutte ad essere riconosciuta dall'Ue, di un

ruolo trasversale tra le realtà simili in Italia, in qualità di garante della figura professionale del cuoco e di una cucina che sia di qualità e rappresentante di tradizioni e territori».

«Qualche anno fa eravamo solo una cinquantina – ha detto Enrico Derflingher – ci siamo rialzati, siamo cresciuti a livello di soci sia per numero che per qualità. Oggi in guida siamo quasi 250, mentre come associati iscritti arriviamo circa a quota 300. È motivo di grande soddisfazione per una realtà che mette in primo piano la “faccia” dello chef, la sua vita professionale e allo stesso tempo il territorio che rappresenta. Il cuoco è ambasciatore del suo territorio».



In cucina con lo chef Mirko Ronzoni

L'8 marzo, in occasione della giornata dedicata alle donne, l'Accademia del Gusto di Ascom propone un corso di cucina con lo chef Mirko Ronzoni. Una serata al femminile per imparare nuove ricette e cucinare insieme. Il corso si svolge dalle 20 alle 23 nella sede dell'Accademia del Gusto a Osio Sotto, in piazzetta don Gandossi, 1. Per informazioni: info@ascomformazione.it www.ascomformazione.it

Ritorna Caccia in cucina: un mese dedicato ai piatti di selvaggina

Ritorna a Bergamo dal 25 febbraio al 24 marzo 2019 'Caccia in cucina' la rassegna gastronomica dedicata alle carni selvatiche. La manifestazione è promossa da Ascom Bergamo Gruppo Ristoratori in collaborazione con Anuum e ha l'obiettivo di recuperare la tradizione gastronomica venatoria. Per un mese 15 tra ristoranti, osterie e trattorie sparsi tra la città e la provincia caratterizzeranno la loro proposta in carta con piatti di selvaggina.

Questa è la XVII^a edizione, un traguardo che fa capire come l'evento sia ormai un appuntamento consolidato e apprezzato sia dai ristoratori che dal pubblico. In Bergamasca la

tradizione venatoria è radicata e i piatti di cacciagione continuano ad essere apprezzati, anche dai giovani.

I ristoranti aderenti:

In Città

Il Pianone

via al Pianone 21 – Bergamo

tel. 035 216016

info@ilpianone.it

chiuso mercoledì e giovedì a pranzo

- Tortelli di capriolo in crema di taleggio di grotta con mandorle sfogliate e gocce del suo fondo
- Filetto di cervo in panatura di frutti secchi

In provincia

Albergo Ristorante della Torre

piazza C. Cavour 26/28 – Trescore Balneario

tel. 035 941365

diego.pavesi@albergotorre.it

chiuso lunedì e domenica sera

- Tortelloni con la fagianella ai profumi del bosco
- Costoletta di cervo al ginepro con mousse di castagne

Albergo Ristorante Quadrifoglio

via D. Alighieri 780

Urgnano – Fraz. Basella

tel. 035 894696

info@hotelquadrifoglio.it

- Tagliatelle all'uovo (pasta fresca) al salmì di lepre
- Polpa scelta di cinghiale con funghi porcini e polenta

Corona

via San Rocco 8 – Branzi

tel. 0345 71042

hotelcorona@valbrembanaweb.com

chiuso martedì e mercoledì

- Tortelli di selvaggina e mirtilli al burro e salvia
- Cervo alle erbe aromatiche e castagne con polenta taragna

Da Pacio

via Giuseppe Verdi 21 – Spinone al Lago

tel. 035 810037

info@ristorantedapacio.it

chiuso le sere di martedì e mercoledì

- Bis o tris di selvaggina con polenta taragna e /o funghi porcini
- Pasta fresca fatta in casa con ragù di selvaggina

Da Tandy

via 8 marzo 15 – Ponteranica

tel. 3331744516

tandyristorante@gmail.com

chiuso mercoledì

- Straccetti di pasta fresca al timo con ragù di fagianella
- Bocconcini di cinghiale alle olive

Trattoria del Moro

via Castello 42 – Ponteranica

tel. 035 573383

info@trattoriadelmoro.com

chiuso lunedì

- Foiade al ragù di lepre
- Cinghiale con verdure e polenta

Hotel Ristorante Ambra

via L. Querena 22 – Clusone

tel. 0346 21314

info@hotelambracclusone.com

sempre aperti

- Bocconcini di capriolo in umido profumati ai porcini con polenta di rostrato rosso
- Tortelli di cinghiale al Valcalepio con scaglie di formaggio di monte

Isola Zio Bruno

via Serio 24 – Albino

tel. 035 751687

info@ristoranteisolaziobruno.com

chiuso lunedì

- Risotto mantecato, con pernice rossa al profumo di tartufo
- Cinghiale stufato al vino bianco con polenta e trifolata di funghi

La trattoria del Brugo

località Burro snc – Alzano Lombardo

tel. 327 1503032

info@trattoriadelbrugo.it

chiuso lunedì, martedì e mercoledì

- Bocconcini di cervo in salmì
- Pappardelle al ragù di cinghiale

Locanda della Corte

via G. Mazzini 72 – Alzano Lombardo

tel. 035 513007

info@locandadellacorte.it

aperto da martedì a sabato la sera

domenica a pranzo – lunedì chiuso

- Foiade al ragù d'anatra e funghi porcini
- Bocconcini di cervo in salmì con polenta rustica

Osteria Ol Pustesi

via Giovanni Scotti 1

Viadanica

tel. 035 928515

osteria.olpustesi@gmail.com

- Tagliatelle al ragù di cinghiale
- Brasato di cinghiale con polenta

Ristorante da Gianni

via Tiolo 37 – Zogno

tel. 0345 91093

hotel@albergodagianni.com

chiuso lunedì

- Tagliatella saracena al ragù di lepre
- Bocconcini di cervo in salmì con polenta taragna

Ristorante Gromo

via Papa Giovanni XXIII – Gromo

tel. 0346 41119

hotel.gromo@alice.it

chiuso mercoledì

- Ravioli al sugo di capriolo/fettuccine sugo selvaggina
- Bocconcini di capriolo/lepre in salmì

Trattoria Bolognini

via Divisione Alpina Tridentina 11 – Mapello

tel. 035 908173

info@trattoriabolognini.it

chiuso martedì

- Tagliatelle al ragù di cinghiale
- Bocconcini di cervo in salmì con sformato di mais