

Gourmarte premia le eccellenze del territorio

Sandra Midali del ristorante K2 di Foppolo ha ricevuto il premio alla carriera all'interno della manifestazione Gourmarte, che si è svolta alla Fiera di Bergamo lo scorso fine settimana. Il riconoscimento è stato consegnato dalla presidente dei ristoratori di Ascom Confcommercio Bergamo, Petronilla Frosio, per il lavoro portato avanti in valle brembana in tema di sviluppo turistico. Pioniera dell'imprenditoria al femminile, è ai fornelli da più di 50 anni, operando per lo più dietro le quinte nella massima discrezione.

Insieme ad Alessandra Midali accompagnata dalla figlia Gabriella, a Gourmarte è stato premiato, in collaborazione con il Gustavo di Elio Ghisalberti e L'Eco di Bergamo, anche il giovane pasticciere Matteo Manzotti come "Giovane under 30 dell'anno", che proprio durante la fiera dedicata all'enogastronomia ha presentato un prodotto innovativo, ideato e già brevettato, il tiramisushi, un tiramisù scomposto e confezionato in otto piccole porzioni con roll di pan di Spagna e mousse al mascarpone accompagnato da un vasetto di bagna al caffè e le irrinunciabili bacchette per mangiarlo in compagnia. Matteo Manzotti gestisce il Caffè Milano a Treviglio, insieme alla sorella Francesca.

Altri riconoscimenti sono andati all'apicoltore Walter Volpi di Adrara San Rocco per il prodotto dell'anno, il miele di millefiori di alta montagna; ai fratelli Cornolti dell'azienda Cor-Market di Sorisole, che sono stati eletti bottega dell'anno; a Gustavo Vandsberg del ristorante Gù di Bergamo come novità dell'anno; al vignaiolo Antonio Lecchi di Tenuta Casa Virginia di Villa d'Almé, che si è aggiudicato il premio come vino dell'anno grazie al Bergamasca IGT 2015 "Il Drago di Santa Brigida"; al pizzaiolo Ian Spampatti del ristorante La

Lanterna di Dorga come miglior pizza dell'anno; alla famiglia Cristini del ristorante Tre Noci di Spirano come miglior piatto della tradizione 2018 (trippa in umido con carciofi); a Stefano Gelmi e Stefano Arrigoni del ristorante La Brughiera di Villa d'Almè per il piatto dell'anno (zuppa toscana di coratella di agnello da latte, tataki di capriolo al pesto di pistacchi, tè matcha e wasabi) ed infine Mario Cornali e Giovanni Beretta del ristorante Collina di Almenno San Bartolomeo per la categoria Pranzo dell'anno grazie al "Lucioperca in olio di cottura con menta e lime candito; dentro il bosco; lumache, ceci e prezzemolo; agrumeto.



Artisti del panettone: L'evento che riunisce i più grandi pasticceri d'Italia ingolosisce Milano

Sua Maestà, il Panettone, è il protagonista di un goloso evento patrocinato dal Comune di Milano che, per due giorni, l'8 e il 9 dicembre 2018, dalle 10.00 alle 19.30, animerà il centro della città con performance live, degustazioni e incontri volti a scoprire i segreti del più famoso dolce natalizio italiano.

Artisti del Panettone riunisce in una volta sola sapori e saperi di tutto lo stivale, in un viaggio di puro gusto nella pasticceria artigianale. Si passa dalla Lombardia dove il panettone è re indiscusso della tradizione con il Maestro Iginio Massari, Vincenzo Santoro di Pasticceria Martesana e Maurizio Bonanomi, per poi andare in Alta Badia insieme ad Andrea Tortora dell'hotel Rosa Alpina e del ristorante St. Hubertus, regno dello chef tristellato Norbert Niederkofler. A Padova è la volta di Luigi Biasetto, mentre a Torino si incontra Fabrizio Galla. L'amore per il panettone non conosce confini, come dimostrano l'arte pasticceria di Gino Fabbri a Bologna e Paolo Sacchetti a Prato. Non manca una prestigiosa rappresentanza del sud con i campani Alfonso Pepe e Sal De Riso e il lucano Vincenzo Tiri.

I visitatori saranno guidati nell'affascinante mondo di questa eccellenza gastronomica dai più famosi Pasticceri italiani, attraverso una serie di originali appuntamenti che avranno luogo nello storico Palazzo dei Giureconsulti a due passi dal Duomo di Milano (Piazza dei Mercanti, 2).

La programmazione completa dell'evento, disponibile sul sito

www.artistidelpanettone.it, prevede ogni giorno delle masterclass per scoprire le fasi di realizzazione dei panettoni, illustrate live, delle divertenti degustazioni al buio per individuare, ad occhi bendati, le differenze tra un vero panettone artigianale e uno industriale, dei talk con professionisti della pasticceria, giornalisti, volti noti della musica e dello spettacolo e dei live cooking con esperti della lievitazione.

Alcune anticipazioni sull'evento? Il Panettone al Cioccolato è protagonista della masterclass condotta da Luigi Biasetto sabato 8 dicembre alle 16.30, mission impossible per i più ma non per un Campione del Mondo. Il 9 dicembre si svolge la masterclass con Iginio Massari, insieme alla figlia Debora Massari, dal titolo Stelle con polvere di panettone. Sempre domenica alle 14.00 scende in campo Sal De Riso con la masterclass Panettone al limone e ginger, una sferzata di pura energia con i colori e i sapori tipici della Costiera Amalfitana.

A seguire, alle 15.00, Maurizio Bonanomi conduce la degustazione al buio Pan de Sciuri, per imparare a riconoscere ad occhi bendati gli ingredienti e le loro caratteristiche.

Tra le guest star di Artisti del Panettone lo spagnolo Paco Torreblanca, considerato uno dei maestri pasticceri più innovativi a livello internazionale, che sabato 8 dicembre condurrà i visitatori in una caliente masterclass all'insegna della sperimentazione.

I dieci Artisti del Panettone si scontreranno con il numero uno della classifica di Gazzagolosa e con il miglior under 35. Il concorso di Gazzagolosa, inserto dedicato al cibo della Gazzetta dello Sport si è conquistato, in cinque edizioni, la fiducia dei professionisti ed è diventato il punto di riferimento per tutti gli appassionati grazie all'autorevolezza e alla serietà che lo contraddistinguono da sempre. Da quest'anno la classifica si evolve e si arricchisce

con una premiazione live il 9 dicembre organizzata in partnership con Artisti del Panettone, alla presenza della giuria presieduta dal Maestro dei Maestri Iginio Massari e composta da esponenti del giornalismo e personaggi dello showbiz come Arisa, chef Alessandro Borghese, Lodovica Comello, Giuseppe Cruciani, Diletta Leotta, il Trio Medusa, Pupo e Victoria Cabello. Supervisione tecnica a cura di Debora Massari, tecnologa alimentare. Una sorta di Champions League ad alto tasso di dolcezza che è naturale prosecuzione del percorso di valorizzazione della qualità artigianale da sempre alla base dell'iniziativa.

Artisti del Panettone non si esaurisce nella due giorni di evento. Per la gioia dei più golosi, verrà infatti allestito un temporary shop nel loggiato del Palazzo dei Giureconsulti, aperto tutti i giorni dall'8 al 24 dicembre dalle 10.30 alle 20.00, dove sarà possibile comprare i panettoni artigianali dei migliori pasticceri italiani per uno shopping natalizio dal sapore dolcissimo!

Dal 26 novembre i panettoni si potranno acquistare anche su destinationgusto.it, il negozio online di Intesa Sanpaolo, creato per scoprire e incontrare in tutta Italia i piccoli agricoltori e gli artigiani che realizzano i cibi tipici dei loro territori, frutti di tradizioni ed eredità culturali che non hanno pari al mondo. Destination Gusto ha l'intento di gratificare le tavole dei consumatori e nel contempo di valorizzare il lavoro delle famiglie produttrici e di contribuire a perpetrare la straordinaria tradizione enogastronomica italiana.

Tutti gli Artisti del Panettone saranno anche i protagonisti dell'omonimo format tv in onda dal 26 novembre su Sky Uno. Dieci puntate dedicate ai migliori interpreti del panettone, cui si affiancherà una sul Maestro dei Maestri, Iginio Massari, che avrà anche il ruolo di introdurre e chiudere ogni puntata. Al termine di ogni monografia, i 10 Artisti proporranno una ricetta anti-spreco realizzata con gli avanzi

di panettone.

Partner: Intesa Sanpaolo, Agrimontana, Bravo Spa, Cesarin Spa, Cast Alimenti, Comprital, Hausbrandt, H&H Lifestyle, Molino Dallagiovanna, Molino Pasini, Patatas Nana, Perugina, Valrhona, Valverde Water. Media Partner: Cook (il mensile food del Corriere della Sera), La Gazzetta dello Sport, RDS, MI Tomorrow. Progetto a cura di MN Holding

Biglietti: 8 euro (disponibili anche con prevendita online), Palazzo dei Giureconsulti (Piazza dei Mercanti, 2)

Contatti: www.artistidelpanettone.it
facebook.com/artistidelpanettone Instagram:
[@artistidelpanettone](https://twitter.com/artistidelpanettone) [#artistidelpanettone](https://hashtage.com/artistidelpanettone)

L'enogastronomia traina il turismo internazionale

Il 97% degli operatori lombardi ha una clientela dove non mancano i turisti stranieri anzi, nel 7% dei casi, prendono il sopravvento. I ristoranti si stanno attrezzando per offrire sempre più servizi: uno su quattro propone possibilità di noleggio bici, escursioni o visite in cantina accanto a convenzioni speciali con le realtà limitrofe nell'ottica di fare rete.

Sono questi alcuni tra i dati più interessanti emersi dalla tavola rotonda tra gli operatori del gusto lombardi e l'Assessorato al turismo, marketing territoriale e moda rappresentato dalla dirigente Antonella Prete, organizzata da Explora e dalla guida Gatti Massobrio Taccuino dei ristoranti d'Italia.

Nell'indagine condotta dalla redazione della guida dei due giornalisti, Paolo Massobrio e Marco Gatti, che hanno introdotto e condotto il pomeriggio di confronto al Castello degli Angeli di Carobbio degli Angeli (Bg), è emersa anche la straordinaria attrazione esercitata dal vino: secondo l'82% degli operatori interpellati i turisti internazionali conoscono almeno 3 vini italiani e, nel 60% dei casi, chiedono la possibilità di poter visitare cantine e centri di produzione gastronomica nei paraggi. Una leva su cui puntare – secondo Enrico Rota, Presidente Strada del Vino e dei Sapori della Valcalepio – che ha spiegato le strategie dell'associazione da lui rappresentata per offrire quanto più possibile percorsi fruibili dai tour operator che operano nelle province lombarde.

Una tendenza sottolineata anche da Antonella Prete che ha ricordato come nel 75% dei casi food&wine incidano – secondo una recente ricerca della Bocconi – sulla scelta di una località. Motivazioni che però – ha spiegato Antonella Prete – devono essere comunicate nei modi giusti, a partire dal web. Una strategia social efficace – ha spiegato riprendendo ancora i dati Bocconi – può influire fino al 40% sull'acquisto.

Diverse anche le case history bergamasche intervenute: il ristorante La Collina di Almenno che combina arte e cibo; Al Carroponte di Bergamo che tra le altre cose ha puntato su una eccezionale offerta di vino con 1.500 etichette a bicchiere; Gigi Salumi e Formaggi di Selino Basso che gioca sulla qualità delle proposte e poi gli agriturismo capaci di far rivivere le zone più periferiche come Polisena L'Altro Agriturismo di Pontida e Contrada Bricconi di Oltressenda Alta che ha fatto rinascere un borgo. Non sono mancate ulteriori proposte per incrementare le potenzialità turistiche: dalla costruzione di una pista ciclabile che colleghi Milano alle valli (grazie alla pedalata assistita) fino a sconti speciali per la cartellonistica nelle località turistiche o ancora un maggior coinvolgimento delle scuole alberghiere nelle attività sul

territorio.

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

Da Bake off a Paratico. Carlo Beltrami e Rosalind Pratt aprono una pasticceria

I talent show possono cambiarti la vita. È successo a Carlo Beltrami, 38 anni, di Casnigo, e Rosalind Pratt, 45 anni, nata da mamma scozzese e papà inglese, che vive ad Adrara San Martino. Lui ha vinto e lei è stata concorrente, entrambi l'anno scorso, di "Bake off", il talent show per aspiranti pasticceri condotto da Benedetta Parodi, su Real time. E, domenica 30 settembre, dalle 15 alle 18, inaugureranno il "BakeLab Italia" a Paratico, in via Papa Paolo VI (info, torte@bakelabitalia.com). Lo spazio è allestito come una cucina domestica, a vista, con una grande isola dove fare rifiniture, decorazioni e confezionamento dolci e tenere corsi per amatori, mentre la parte più operativa è dietro. Per dedicarsi alla nuova avventura, Rosalind ha lasciato il lavoro come insegnante di inglese alle elementari, mentre Carlo ha preso un part time dal mestiere di serramentista per un'azienda del suo paese. "Era una scelta che volevo fare da tempo, l'aver conosciuto Carlo in tv, che vive vicino a me, mi ha spinto a prendere la decisione", spiega la Pratt. Ai pasticceri può essere commissionato qualunque dolce senza limiti di fantasia, dai biscotti decorati ai cup cake, dalle torte nuziali vegane a quelle in stile unicorno per i compleanni delle bambine. Le porte del programma per loro si erano spalancate dopo aver superato altri 10mila

candidati e il supercasting con i primi 50. A valutare le loro preparazioni erano stati i giudici Ernst Knam, Clelia D'Onofrio e Damiano Carrara. Carlo, in realtà, è un bravo cuoco tanto che, tre anni fa, aveva tentato di partecipare a "Masterchef". Il suo cavallo di battaglia è la torta di frolla con farina di mais, con confettura di pere, francipane di noci e mais, ganash al cioccolato fondente. Lei, dopo studi in Francia e la laurea in storia dell'arte e in francese in Scozia, nel 1996 è arrivata in Italia affascinata dalla cultura, soggiornando prima a Dalmine, Bergamo, Endine, fino a stabilirsi ad Adrara. La sua specialità è la drip cake, una torta ricoperta di glassa, decorata con biscotti, meringhe e cioccolato.



Sandwich e panini da chef per un pic-nic d'autore

Emblema del pasto frugale, spesso visto come soluzione di ripiego per una pausa pranzo mordi fuggi, il panino si prende una rivincita e conquista le luci della ribalta nella sua versione gourmet. A fare la differenza sono ingredienti selezionati, un'accurata scelta del pane, salse preparate al momento e, come per ogni ricetta di successo, un mix vincente di contrasti ed equilibri, oltre ad un uso sapiente di tecniche di cottura, dalle più semplici alle più avanzate. Le premesse per un risultato pronto a stupire il palato sono due: pochi ingredienti, ma di grande qualità. Realizzare panini gourmet può essere anche una strategia vincente per i locali che intendono allargare la clientela, diffondendo con semplicità la cultura della buona cucina, racchiusa tra due fette di pane.

Francesca Marsetti, personal-chef, docente all'Accademia del Gusto e volto noto al grande pubblico grazie alla partecipazione in tv a 'La prova del cuoco', svela alcuni segreti per realizzare panini d'autore, non senza sfatare con semplicità alcuni pregiudizi. "Invito sempre a realizzare panini gourmet con quello che si ha già in casa, purché sia ovviamente selezionato. Trovo assurdo dare una lista della spesa chilometrica per preparare un panino, che richiede davvero quantitativi minimi. E poi è un banco di prova interessante per la creatività di chi lo prepara". Le regole cui attenersi scrupolosamente sono poche ma ferree: "I salumi non vanno mai scaldati, lo stesso discorso vale per le salse. Attenzione alle temperature anche per i formaggi: per un risultato filante, il panino deve essere messo in forno aperto sulle due metà, ma se usiamo il gorgonzola o formaggi dalle

consistenze più morbide il panino va scaldato chiuso. Il pane deve essere croccante fuori e morbido all'interno: è indispensabile avere il forno già caldo e non superare i 160-170 gradi". La scelta del pane deve essere più che meditata in base alla farcitura.



Fondamentale quindi un'alleanza con il fornaio di fiducia: "Il consiglio è di prediligere pani dai sapori definiti, magari realizzati con farine di antiche varietà di grano". Quanto agli abbinamenti, ecco i più felici: "Il pane integrale si sposa alla perfezione con formaggi e affumicati. Quello bianco smorza ingredienti dal sapore più deciso: dalle costine alla salsiccia, allo sgombro". E poi ci sono i pani speciali, per un risultato- anche cromatico- d'assoluto effetto: "Un panino alla rapa rossa è perfetto con salmone affumicato, dressing di panna acida e insalata ghiaccio o romana. Un panino alla clorofilla si abbina a funghi trifolati, fontina valdostana e a una generosa grattata di pepe". Se spopolano gli hamburger d'autore, i panini gourmet alzano ulteriormente l'asticella, con tagliata di manzo con spuma di parmigiano, petto di pollo cotto a bassa temperatura e pomodori confit e perfino la cassoela. E in Franciacorta la Marsetti ha lanciato il "pork corn", un croccante panino al mais con costine di maiale cotte a bassa temperatura e una ratatouille colorata di verdure estive. Per una gita fuori porta e un pic-nic d'autore la chef consiglia sandwich gourmet, con il classico pane da tramezzino, con panini al latte o all'olio: "Il pane in cassetta, preparato artigianalmente, va rivalutato. È molto

versatile ed è ideale per un pranzo d'asporto. Ha dalla sua la conservabilità e riesce a mantenere alla perfezione e a lungo le sue caratteristiche. La scelta può ricadere anche su focacce: quella genovese è buona anche dopo qualche ora”.

Si parte dalla scelta del pane: perfette le farine di varietà di grano antiche

Alla Vineria Cozzi in Città Alta i cestini da pic-nic

La storica insegna “Vineria Cozzi” in Città Alta dal 1848, gestita da 32 anni da Francesca Milionario e dalla figlia Simona Magnati, è il punto di riferimento oltre che per la cucina, per la preparazione di pic-nic d'autore. Nei cestini di vimini dal sapore vintage, la proposta è di baguette del territorio, da quella con hamburger di salamella e taleggio a quella con porchetta, crema d'uovo alla senape e verdure croccanti. Non manca il panino vegetariano, con formaggio di capra, crema d'olive e verdure di stagione. Il tutto è accompagnato dalla panzanella estiva con verdure di stagione, acciughe e pane tostato, dall'ovetto perfetto e dal sacchetto di pop-corn della casa. E per chiudere in bellezza, tiramisù al caffè con cioccolato fondente o latte in piedi ai lamponi. La versione 'king' propone un vero e proprio menù, dall'uovo in tazza con fonduta e tartufo nero alla faraona alle erbe e in terrina al pistacchio, dalla fregola sarda con burrata e basilico al risotto con friarelli e cozze. “L'idea è nata sei anni fa quando abbiamo iniziato a fare ristorante mobile con il nostro Ape- spiega Simona Magnati-. Ogni occasione è buona per un pic-nic: lavoriamo bene per addii al celibato, cresime, comunioni, compleanni e party in giardino. Abbiamo anche allestito un pic-nic d'inverno in casa, davanti al caminetto acceso. L'idea piace anche agli stranieri: un gruppo di un'azienda tedesca ha deciso di salutarsi dopo un meeting di lavoro in città con un pic nic sulle mura”. Nel cestino tutto l'occorrente per un perfetto déjeuner sur l'herbe, con tanto di grafica e design messi a punto con il celebre fumettista Antonio Bonanno: telo impermeabile, tovaglia bianca, piatti e

posate in legno di betulla.

Cristina Donà: “Il miele è un cibo estremo”

È una delle voci più interessanti e raffinate della musica d'autore. In 20 anni di carriera ha realizzato 9 album e centinaia di concerti in Italia e in Europa firmando collaborazioni con artisti del calibro di Robert Wyatt, Francesco De Gregori, Afterhours, Subsonica, Irene Grandi, Stefano Bollani, Marco Paolini, Arisa e molti altri. Da molti anni vive in Valle Seriana con il marito, lo scrittore Davide Sapienza, e il figlio Leonardo. Ci ha raccontato delle sue passioni in cucina e di una certa Baitella che in questi anni è diventata la sua seconda casa. Il 14 giugno sarà in concerto con i Fishwreck, un gruppo di grandi jazzisti, con i quali presenterà “Sea songs” uno spettacolo imperniato su brani legati al tema dell'acqua (di autori quali Nick Drake, Radiohead, la stessa Donà e altri) presso il festival NoSilenz di Cigole (Brescia).

Che rapporto ha con il cibo?

Mia nonna Bice con la quale sono cresciuta mi ha abituata a mangiare tutto. Era lei la cuoca di casa. Poi circa vent'anni fa mi hanno trovato una intolleranza al lattosio e ho dovuto rivedere la mia dieta. Questa cosa mi ha tenuta lontano dai dolci, ma non è stata una grande rinuncia, da sempre prediligo il salato.

Come si trova in cucina?

In quanto viaggiatrice forzata dal lavoro sono una cuoca discontinua. Cucinare, come comporre una canzone, è un atto creativo, bisogna mixare ingredienti. Dopo la novità delle

ricette on line sono tornata ai ricettari tradizionali, i libri hanno sempre un sapore diverso e sono più precisi per alcune cose.

Qual è il suo piatto preferito?

Adoro i risotti, sarà per le mie origini venete. Amo molto anche il pesce, mio figlio e mio marito invece per niente. E ho una grande passione per lo zenzero.

È golosa?

Amo mangiare ma con misura. Ho seguito molte diete, anche quella dei gruppi sanguigni e una rigorosissima a base di pollo. Avevo 19 anni, era impossibile da seguire.

Poi negli anni '90 l'incontro con il libro sulle combinazioni alimentari è stata la grande svolta. Oggi cerco di limitare il più possibile la carne, in famiglia abbiamo un riferimento di fiducia per acquistarla.

Durante i tour mangerà spesso fuori...

Quando capita di dover pranzare se c'è tempo ci affidiamo a Tripadvisor o a locali che conosciamo già. Ma a volte ci tocca l'autogrill.

Prima di un concerto ha un menu particolare?

Chiedo sempre riso in bianco e verdure grigliate o cotte, anche quando capito in ristoranti con menu molto ricchi. Non posso mangiare molto prima di un concerto. Mi guardano come fossi malata.

Preferisce la trattoria o il ristorante?

Se devo scegliere scelgo la trattoria. Spesso è sinonimo di qualità a buon prezzo. La cucina molecolare non fa per me, è una filosofia diversa. Io sono abituata alla cucina rustica, prediligo i cibi meno lavorati.

Ha un ristorante preferito nella nostra provincia?

La Baitella a Songavazzo, è la mia seconda casa. Nel tempo, con la mia famiglia da clienti siamo diventati amici del titolare, Renzo. Fanno una cucina del luogo, molto abbondante, ma ormai mi conoscono e riducono le porzioni.

Le piace il vino o preferisce la birra?

Amo il vino rosso, ne bevo pochissimo ma me lo godo proprio. Mai a pranzo, sennò mi addormento. La birra l'ho scoperta

tardissimo, nel '90 durante un viaggio da sola in Irlanda da degli amici. Preferisco le Weiss.

Ha un ricordo speciale legato alla cucina?

Ricordo me bambina che aiuto mia nonna Bice a fare i cappelletti, il baccalà e la polenta bianca come la faceva lei. Mi coinvolgeva molto.

C'è una cucina regionale che ama particolarmente?

La cucina siciliana è la mia preferita per il connubio pesce-verdure di qualità. Della cucina sarda apprezzo i dolci che non hanno burro. Di recente, grazie a degli amici, ho scoperto la cucina marchigiana. È veramente ricca: quando vado da loro alzo bandiera bianca.

Chi inviterebbe a cena e dove lo ospiterebbe?

È un desiderio irrealizzabile. Lucio Battisti e Fabrizio De Andrè, dai testi agli arrangiamenti, sono un riassunto dei valori della musica. Li porterei alla Baitella oppure Da Cesira un ristorante all'inizio della Valle di Scalve dalla vista incredibile. Inviterei anche mia mamma, ha 87 anni, sarebbe una conversazione surreale.

Il cibo ha mai ispirato la sua musica?

Un mio brano poco conosciuto dell'album Nido si intitola 'Cibo estremo'. È nato all'inizio della mia ricerca sulle influenze che l'alimentazione ha sulla nostra salute. Scrivo che il cibo ha personalità. Ad esempio, il miele è un alimento estremo, se non si consuma diluito.

Le piace ascoltare musica mentre mangia?

Trovo sia solo un escamotage per coprire la conversazione. Se entro in un pub e la musica è molto alta esco subito. Sei obbligato ad alzare la voce a lungo ed è una delle cose peggiori per un cantante.

Le capita di mangiare mentre scrive?

Le tisane e il tè verde mi aiutano a concentrarmi. Li bevo senza zucchero e da tempo ho eliminato quelli industriali. Sono talmente fanatica che le mie amiche per i miei 50 anni mi hanno regalato un bollitore.



Ricette creative per palati stellati

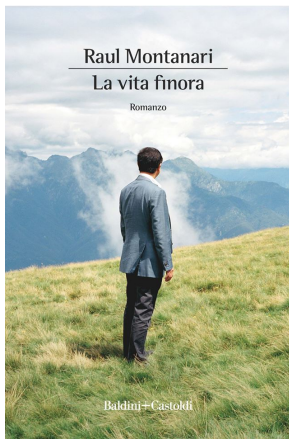
All'Accademia del Gusto di Osio Sotto lunedì 11 giugno il corso 'Gourmet evolution, cucina con le stelle' , laboratorio stellato con lo chef Francesco Baldissarutti . Per informazioni, Ascom Formazione tel. 035 4185706

La cucina dell'altopiano di Alessandro Dal Degan all'Accademia del Gusto

La cucina dell'altopiano di Alessandro Dal Degan all'Accademia del Gusto lunedì 14 maggio. Il seminario è riservato agli operatori della ristorazione

Raul Montanari, quella volta che Marchesi inventò un piatto sulle mie parole per il Lago d'Iseo

In questi giorni è uscito il suo quindicesimo libro, si intitola *La vita finora*. Il protagonista è un professore delle medie che accetta un incarico in un paese in cima a una valle, la Val di Scalve. Non è un caso. Raul Montanari, classe '59, scrittore, autore di racconti, sceneggiature e opere teatrali, traduttore tra i migliori in circolazione in Italia, da molti anni vive a Milano ma è originario di Castro, sul Lago d'Iseo. Un legame mai venuto meno, visto che molti suoi romanzi sono ambientati sul lago e nelle valli vicine. Le sue parole dedicate alla vista del Lago d'Iseo hanno persino ispirato a Gualtiero Marchesi un piatto. L'abbiamo intervistato per conoscere le sue preferenze a tavola e abbiamo scoperto che l'arte culinaria non ha molti segreti per lui.



Che rapporto ha con il cibo?

È l'interfaccia con il mondo. Non c'è un atto più fisico che prendere un pezzo di mondo e metterlo nel proprio corpo. Da adolescente ho avuto con il cibo una relazione po' tormentata, poi si è risolta. Il mio rapporto con la tavola è anche legato al piacere di fare da mangiare: cucinare è stato per me il primo gesto di autonomia in famiglia, la preparazione ad andare a vivere da solo. Si è caricato di un valore simbolico molto forte.

È un bravo cuoco?

Da bambino ero sempre con mia mamma e mia nonna in cucina a cercare di capire come preparavano i piatti. Come molti maschi che conosco mi piace cucinare i primi, è più divertente e l'operazione ti mette in contatto con materiali più piacevoli della carne. Penso onestamente di essere bravo a fare i risotti ma so fare un po' tutto, tranne le paste ripiene, i casoncelli e i ravioli. Ho inventato anche qualche ricetta.

Ce ne dica una...

La più apprezzata sono gli spaghetti con il sugo di tonno, una ricetta che mi ha tramandato mia nonna e che io ho un po' elaborato. È un modo completamente diverso di cucinare il pesce. Faccio il soffritto con la cipolla e non con l'aglio, unisco mezzo bicchiere di vino rosso, il pomodoro e invece del prezzemolo uso la salvia e alla fine ci va sopra addirittura il parmigiano grattugiato! Ha un gusto insolito, fa impazzire

tutti. Hanno provato anche a copiarmela, ma senza successo.

È goloso?

Non sono un fanatico salutista ma quando posso faccio attenzione. Controllo sempre le calorie e cerco di limitare i grassi animali. Poi magari mangio tanto ma lo so. In generale preferisco il salato. Sto riscoprendo ora i dolci: come chiusura di un pasto amo i dessert leggeri, tutte le variazioni di gelato, i sorbetti. A merenda mi piacciono le torte tradizionali preparate con ingredienti semplici come la farina integrale e quelle molto farinose come la sbrisolona.

Gira l'Italia tenendo conferenze e reading, le capita spesso di mangiare fuori? Preferisce la trattoria o il ristorante?

Per molto tempo ho preferito mangiare nelle case. Il ristorante mi sembrava come il cinema, un ambiente che poteva mettermi a disagio e che mi obbligava a una convivenza forzata con persone che non conoscevo. Invece anche grazie allo stimolo della mia compagna ho riscoperto il piacere di cenare fuori e di condividere con gli altri l'esperienza del mangiare. Preferisco comunque ambienti piccoli con luci basse e i tavoli in un angolo. In sale grandi mi sento a disagio. La trattoria e il piccolo ristorante sono le dimensioni perfette per me.

È originario di Bergamo, quindi conosce bene la nostra cucina. Ha un ristorante preferito nella nostra provincia?

In estate mi ritiro sul Lago d'Iseo, a Castro per scrivere e per andare a pesca (ma i pesci li libero). Una tappa immancabile è il ristorante La Campagnola a Lovere. Mi siedo sempre nella stessa sala, allo stesso tavolo. Qui prevale il piacere dell'ambiente e la simpatia travolgente del patron Angelo. Se invece voglio una cucina raffinata e gustarmi il pesce di lago, il ristorante Zù di Riva di Solto, è

inarrivabile.

Le piace il vino, o preferisce la birra?

Oggi sono pari come preferenze. Da ragazzo invece bevevo solo birra e non avevo nessuna preparazione sul vino. Negli ultimi anni mi sono preparato e quando esco lo bevo. Ma da ex bevitore quasi esclusivamente di birra ho uno sbilanciamento verso il bianco e i bianchi bergamaschi sono molto buoni, i Franciacorta magnifici.

Negli ultimi anni si è affermata la formula della cena con l'autore. Che ne pensa?

In passato non mi piaceva perché è una situazione contraria al mio desiderio di rimanere appartato mentre mangio. Da un paio di anni mi è capitato di farlo in diverse parti d'Italia e ultimamente sto accettando sempre più questi inviti. In queste situazioni bisogna avere misura. I commensali per un po' ascoltano con interesse poi vogliono mangiare. A volte scherzo dicendo loro che ascoltarmi è la tassa da pagare per farlo.

Ha un ricordo particolare legato alla cucina?

Uno molto bello legato a Gualtiero Marchesi, il più innovatore e colto dei cuochi e persona dolcissima. Un giorno si è presentato durante un mio incontro col pubblico e mi ha raccontato di aver preso spunto dalla vista del Lago d'Iseo da Castro e da una mia frase che lo descrive riportata su un leggìo, per creare un piatto, una tartare. È stata una delle cose che più mi ha inorgoglito.

C'è un cibo che non sopporta?

La bistecca. Amo invece molto i primi, il pesce e le verdure.

Chi inviterebbe a cena e dove lo ospiterebbe?

Forse un grande scrittore, Cormac McCarthy, scrittore western metafisico di cui ho tradotto quattro libri. Lo ospiterei a

casa e in tavola servirei i miei spaghetti al tonno. Abituato com'è alle bistecche sono sicuro che lo stupirei.

Che ruolo ha il cibo nei suoi libri?

Spesso attribuisco le mie ricette ai personaggi. In diversi miei romanzi il protagonista è un giovane che vive solo e cucina. Il mio detective Velardi è un maniaco di cucina cinese; ha sempre con se una bottiglietta di salsa di soia che tira fuori e con cui irroro involtini e riso cantonese nei momenti più inaspettati. Un vezzo gastronomico che mi ha permesso di rendere questo supereroe intelligentissimo un po' comico. Quando costruisco i miei personaggi compilo su ognuno un questionario di 24 domande. Che rapporto ha con il cibo è una delle prime domande. Poi non è detto che il lettore veda i personaggi mangiare o cucinare ma io lo so e nel ritratto si capisce.

Si riconosce con l'immagine classica dello scrittore che scrive circondato da tazze di caffè?

Il caffè non mi piace, né mi piace fumare. Bevo il tè ma non mentre scrivo. Mi piace tenere separato lo scrivere dal mangiare

Scrittore, autore teatrale, tra i migliori traduttori italiani, lo scrittore bergamasco, spesso ospite in tv, è un cuoco esperto. Chiedetegli dei suoi spaghetti con il tonno.

Un giorno Gualtiero Marchesi è passato da Castro e si è fermato per ammirare la vista sul lago e la montagna. Ha letto le mie parole incise su un leggio e l'hanno così colpito che la sera ha inventato un piatto, una tartare.

**Photo credit Raul Montanari: Studio Tarzia Lovere*