

Guizzotrentino

ACQUACOLTURA, AMBIENTE, INGEGNO E PIACEVOLEZZE



4
2024

Tutti i giorni.
Al tuo fianco con passione,
competenza e innovazione.
Il tuo successo è il nostro impegno.





Guizzo trentino

04 | 2024

Reg. Trib. Trento nr. 545 del 13.06.1987

Direttore responsabile:
Diego Collier

Consorzio di Tutela
delle Trote del Trentino IGP
Lavis - Via Galilei, 43
Tel. 0461/242525
Fax 0461/242535

www.troteastro.it

Seguici    [troteastro](https://www.instagram.com/troteastro)

Collaborazione tecnica
Fondazione Edmund Mach
Unità Acquacoltura e Idrobiologia
Centro Trasferimento Tecnologico
Dipartimento Ambiente e Agricoltura di Montagna
dr. Filippo Faccenda

Coordinamento editoriale:
Massimo Manfrini
Francesca Pedrini
Leone Chistè

Stampa:
GRAFICHE DALPIAZ srl
Ravina (Trento)

Grafica, impaginazione
e realizzazione:
L'ORIZZONTE
Agenzia di pubblicità
Aldeno (Trento)
Tel. e Fax 0461/843167
info@lorizzonte.it

Leggila anche online:
www.troteastro.it/guizzotrentino

In copertina: opera di Mauro Fermariello

SOMMARIO

5 Editoriale

MONDO ASTRO

6 Artigiano in Fiera Milano con i mestieri del gusto

AMBIENTE

8 Dar forma all'acqua per innevare le piste da sci

ALIMENTAZIONE

10 Il suono che regna sovrano: quello del tappo che salta

12 Vino dolce con i dessert, per non stravolgere l'armonia

14 Pantagrueliche mangiate e buone digestioni

16 Zucca, e sai come riempirla di gustosi piaceri

18 La storia del cibo rafforza la nostra identità

20 Friggere, senza strapazzare il valore degli ingredienti

22 Buono come il pane, fraterno e condiviso

CULTURA

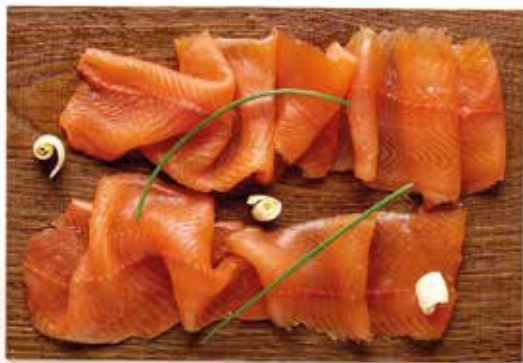
24 Cogliere il guizzo vitale dell'acqua

LE STELLE DEL GUSTO

26 Cucina dei cimbri, per scoprire l'essenza di una comunità alpina

28 A tavola con Guizzi di gusto

Guizzo trentino



Stelle d'acqua dolce.

Editoriale

di Diego Coller
Direttore ASTRO



Il cibo è parte integrante dell'identità di ogni cultura, di ogni singola comunità. Specialmente tra le Dolomiti, dove gli alimenti, le produzioni agricole rappresentano le parole e le tecniche stesse di preparazione alimentare, consolidando abitudini, rilanciando usi e costumi. Con i valori dell'acquacoltura che consentono una speciale 'full immersion' in variegati ambiti e altrettanti stimoli per gustare meglio il cibo e dunque elevare la qualità della vita. Noi di ASTRO abbiamo sempre cercato di coniugare il nostro lavoro con una serie di modelli alimentari che mettono la gastronomia al centro di tante occasioni conviviali. Specialmente nei mesi che chiudono l'annata e aprono al nuovo millesimo, tra considerazioni del recente passato e altrettante speranze, stimoli per future piacevolzze.

In questo numero di GUIZZO TRENTINO troverete alcune proposte golose e contemporaneamente utili a rafforzare il legame tra produzioni ittiche d'acqua dolce e altrettante leccornie.

Senza tralasciare qualche dato sull'evoluzione dei consumi - i brindisi spumeggianti per l'avvio del 2025 - qualche consiglio sulle tecniche di cottura del pesce - la frittura - ma pure consigli utili a smaltire certe abbuffate. Magari trasformando le zucche applicando tecniche culinarie che recuperano il passato per sfidare il domani.

Il tutto legato da un guizzo d'inventiva, per onorare gli 'artigiani del gusto', i protagonisti della buona tavola, quelli che elaborano manicaretti (non solo) a base di pesce, nel pieno rispetto della cultura alimentare delle loro identità territoriali.

GUIZZO che leggete nel nuovo anno, il nostro modo per augurare ai nostri lettori stagioni stimolanti, condivisibili proprio perché autenticamente nostrane. Sincere, come il nostro augurio.

Buon 2025!



ARTIGIANO IN FIERA MILANO CON I MESTIERI DEL GUSTO

*Kermesse con
la capacità di
rilanciare l'impegno
delle aziende
agroalimentari dove
la coltura diventa
pratica golosa.*

Dinamica in tutto, con una spinta prenatalizia che la rende unica nel suo genere, pronta a stupire - nei giorni d'apertura - e altrettanto impegnata nella promozione 'senza tempo' di tutto quanto è fatto con criteri artigianali, nel rispetto delle consuetudini delle rispettive comunità. E' la rassegna Artigianato in Fiera, uno degli eventi più attesi da tutti, in scena ai primi di dicembre scorso a Fieramilano Rho.

Quest'anno la più importante manifestazione internazionale dedicata all'artigianato ha contato 2.800 stand espositivi provenienti da 90 Paesi in 8 padiglioni.

Dall'abbigliamento al design, dall'arredo agli accessori, dai gioielli agli alimenti, passando dai prodotti per la salute, il benessere e il tempo libero. Con uno stand riservato alle peculiarità del Trentino, con i prodotti di ASTRO in grande performance.

Artigiano in Fiera s'è rivelata ancora una volta "piazza" innovativa nata per esaltare la bellezza e il valore delle arti e dei mestieri, dove poter fare acquisti originali, autentici e di qualità attenti anche alla filiera agroalimentare e rispettosi dell'ambiente.

Con la loro capacità di innovare e adattarsi, le micro e piccole imprese rappresentano non solo il motore dell'economia italiana



ma anche un patrimonio culturale inestimabile - hanno ribadito gli organizzatori.

Il tema scelto per l'edizione 2024 - 'Essere Artigiano è una scelta di vita' - la creatività vincitrice è frutto di un contest tra 15 giovani talenti di diversi corsi triennali e master universitari.

Ribadendo come gli artigiani presenti in fiera siano innovatori, artisti e creatori di novità, di oggetti belli, buoni e utili, dimostrando cosa si può produrre da una materia prima e dalla natura. Il lavoro e la presenza di queste imprese contribuiscono allo sviluppo e alla prosperità dei rispettivi territori.

Ingresso gratuito, ad una delle più attese manifestazioni prenatalizie. Occasione imperdibile per acquistare, vedere e toccare prodotti artigianali provenienti da tutto il mondo, autentici, originali e di primissima qualità, introvabili altrove. Ma non solo: è stato possibile infatti assistere a eventi musicali, performance di danza e provare il meglio della ristorazione internazionale per un giro del mondo in soli 9

giorni!

Gustando alcune leccornie di un Trentino Goloso dove il Marchio di Tutela qualitativo esalta il lavoro stesso delle aziende che producono un food estremamente legato alle tradizioni dolomitiche. Proprio come le varieghe produzioni di ASTRO.





DAR FORMA ALL'ACQUA PER INNEVARE LE PISTE DA SCI

*Ingegno e tecnologia
per creare neve
in supporto del
turismo invernale,
tra consumo di
acqua, sostenibilità e
sicurezza.*

Fioca, la neve fiocca. Ma quando il meteo non favorisce il nevischio, manto prezioso e indispensabile per equilibri naturali e specificatamente per l'industria turistica dello sci: che fare? Si ricorre alla neve artificiale, sfruttando l'acqua sparata da appositi cannoni. L'innevamento artificiale è motore economico e sociale per le comunità montane. Con l'acqua che diventa ingrediente decisivo, indispensabile. Produzione nevosa e sostenibilità ambientale, tra bilanci e risposte ai tenti interrogativi posti dagli ambientalisti.

Le risposte hanno chiarito dubbi e false supposizioni. "Sfatiamo miti e pregiudizi sui sistemi di innervamento programmato" - esordisce Valeria Ghezzi, presidente di Anef-Associazione nazionale esercenti funiviari e di Funivie Seggiovie San Martino di Castrozza.

Solo con la neve programmata le stazioni sciistiche sono riuscite ad aprire le piste alcune settimane prima delle nevicate naturali. Dando il via ad una stagione che si prevede molto positiva.

Le aspettative sono state al centro del dibattito tra gli operatori turistici in occasione della Giornata nazionale della montagna l'associazio-



ne nazionale esercenti funiviaria, ente che raggruppa il 90% delle aziende funiviarie, distribuite sui territori alpini e in quelli appenninici (oltre 1.500 impianti, con una forza lavoro stimata di circa 15 mila unità, tra fissi e stagionali, nel periodo di piena attività) risponde sulla neve tecnica, sulle tecnologie e sulle risorse naturali.

“Ribadiamo l’impegno di Anef per un approccio sostenibile che bilanci le esigenze economiche con il rispetto dell’ambiente. La neve tecnica e le tecnologie innovative sono strumenti che permettono di garantire il futuro delle montagne, proteggendo al contempo le risorse naturali e la biodiversità”, conclude Ghezzi.

Di cosa è fatta la neve tecnica?

La neve tecnica è composta esclusivamente da acqua e aria, senza l’aggiunta di sostanze chimiche. Mediante un processo di atomizzazione, gocce d’acqua vengono raffreddate e trasformate in cristalli di neve tramite l’uso di appositi generatori. Questo procedimento permette di replicare un fenomeno naturale, garantendo però maggiore prevedibilità e sicurezza per la stagione sciistica.

Consumo di acqua, sostenibilità e sicurezza.

Tra i temi più dibattuti riguarda il consumo di acqua. È importante sottolineare che l’acqua utilizzata per la neve tecnica. Non viene sprecata e inquinata: viene semplicemente trasformata in neve e restituita all’ambiente con il disgelo primaverile; sicurezza: le nuove tecnologie applicate alle procedure di preparazione delle piste, consentono di ottenere la massima uniformità del piano sciabile e garantiscono quindi alti standard di sicurezza per gli sciatori.

Innovazione e tecnologie avanzate.

Gli operatori del settore investono costantemente in tecnologie innovative per minimizzare l’impatto ambien-

tale e migliorare l’efficienza della produzione di neve. Generatori di nuova generazione: consumano fino al 30% in meno di energia rispetto ai modelli precedenti; sistemi di gestione avanzata: monitorano in tempo reale le condizioni meteo e i fabbisogni di innevamento, ottimizzando la produzione di neve e riducendo gli sprechi; mezzi battipista di ultima generazione: consentono di gestire la neve prodotta in modo più efficiente, utilizzando solo lo stretto necessario per garantire sicurezza e fruibilità delle piste.

“Un settore strategico per le comunità montane”. La neve tecnica non è solo uno strumento per garantire la sciabilità delle piste, ma rappresenta un pilastro per l’economia delle vallate alpine e appenniniche. Impatto economico diretto: il comparto funiviario genera un fatturato di 1,3 miliardi di euro l’anno. Indotto generale: il valore si moltiplica tra le 5 e le 7 volte, contribuendo a sostenere occupazione e sviluppo delle comunità montane.



IL SUONO CHE REGNA SOVRANO: QUELLO DEL TAPPO CHE SALTA

*Un nuovo record per
le bollicine italiane
che sembra non
conoscere crisi, come
rileva l'Osservatorio
del vino Uiv-Ismea
nel consueto report
di fine anno.*

Sono i botti più sinceri, quelli che più o meno tuonano quando si stappano bottiglie di vini spumeggianti.

Le feste tra il 2024 e il nuovo anno hanno ulteriormente rilanciato il fascino del bere brioso, specialmente quello dei vini elaborati in Trentino. Spumanti con il rafforzativo della DOC legata alla parola Trento, un legame ancora più solido se la cantina aderisce all'Istituto di Tutela Trentodoc.

Si stima che il botto per le bollicine italiane complessivamente avrà un fascinoso fragore dalla stappatura annuale, complessiva, di oltre un miliardo di bottiglie - 1,015 miliardi per la precisione - prodotte e commercializzate (+8%). In particolare, di queste, tra Natale e Capodanno ne saranno stappate 355 milioni (+7%) in tutto il mondo. Un nuovo record per una tipologia di prodotto che sembra non conoscere crisi, come rileva l'Osservatorio del vino Uiv-Ismea nel consueto report di fine anno.

In particolare, i consumi di sparkling tricolori si concentreranno all'estero con 251 milioni di bottiglie stappate (+9% sul 2023) e 104 milioni in Italia (+2%), secondo l'analisi targata Unione italiana vini e Istituto per i servizi del mercato agricolo alimentare. In sensibile calo il mercato dello Champagne, che chiuderà a -8% (5,1 milioni).

L'exploit delle bollicine italiane è in netta controtendenza rispetto



ai vini fermi ma anche ai consumi di altre bevande alcoliche – dalla birra agli spiriti – fatta eccezione per il segmento cocktail, che anzi rappresenta una leva di crescita sempre più strategica anche per le bollicine made in Italy.

A diventare sempre più rilevante è, infatti, la “tendenza spritz”, in accelerazione in tutte le aree chiave della domanda a partire dagli Usa. Secondo le stime dell'Osservatorio, i cocktail a base di spumante italiano (in particolare Prosecco e altri Charmat) hanno raggiunto quota 2,8 miliardi per un totale di circa 340 milioni di bottiglie dedicate al mix.

La spinta data dalla mixology si rivela, dunque, un fattore determinante per l'export di bollicine

italiane che, lato volumi, si profila in crescita del 9% nel 2024. A dominare il mercato sono gli spumanti a denominazione di origine controllata (Doc) e garantita (Docg). Ma, se fino a 20 anni fa la linea del Po non veniva quasi mai oltrepassata, oggi si fa spumante in tutta Italia, con 70 denominazioni a origine controllata e 17 a origine controllata garantita. Così l'Italia riscopre la sua anima frizzante.

Lo confermano analisi e studi di settore sul mercato dei vini. Lo ribadisce pure Giampiero Comoli, che da anni cura l'Osservatorio sui consumi di vino. Ribadendo che “le bolle salvano consumi e export”.

Il 2024 però si conferma “no-wine” per generazione Z, la quale

necessita per i produttori di vino e di spumanti di trovare nuove formule, proporle e comunicarle bene, come potrebbero essere i vini a basso o nullo contenuto alcolico.



VINO DOLCE CON I DESSERT, PER NON STRAVOLGERE L'ARMONIA

*Rompere l'assurdo
abbinamento tra vino
secco con pietanze
dolci, un rapporto
contrastato purtroppo
ancora in voga.*

“Dolce o secco?”: quando arriva il dessert, è la domanda che ricorre più spesso sulle tavole italiane. In realtà non c'è scelta: l'unico abbinamento corretto per il dolce è quello con un vino altrettanto ammaliante.

Ci sono tanti modi per rovinare un bel pranzo o una cena. Ma ce n'è uno che imperversa e che ha un tasso di frequenza altissimo, tanto in casa, quanto al ristorante.

Appena gustati gli antipasti, i primi e i secondi... si passa ai dessert, il momento del convivio dedicato al cibo dolce. Ed ecco che subito entra in gioco - decisamente falloso... - la stappatura di bottiglie con vino spumante secco, da accostare alla specialità dolciaria, in questo periodo solitamente panettoni e pandoro. È la consuetudine - errata - più diffusa e caparbiamente applicata



in gran parte dei convivi familiari, pure in molte cerimonie, matrimoni compresi.

Vino secco con pietanze dolci, un rapporto davvero contrastato e contrastante. Da evitare.

Meglio puntare su abbinamenti concordanti, per nulla contrastanti. Senza forzature, senza costringere le nostre papille a stridenti sensazioni. Che fare dunque nelle occasioni dove il dessert viene accostato ad un sorso vinoso?

Scegliere opportune varianti enologiche, a partire da vini di uve surmature, elaborati con cura e altrettanta pazienza. Siano essi semplici moscati dal tenore zuccherino sostanzioso, puntando su 'vendemmie tardive' o meglio ancora sul fascinoso Vino Santo del Trentino, il 'passito dei passiti', ideale per ogni importante momento dolciario.

Da non escludere - ma bisogna stare molto attenti - anche alcune versioni di spumante ela-

borato con poderosi residui di zucchero, prodotti specificatamente per accompagnare torte nuziali o altre leccornie dell'arte bianca. Senza creare disarmonia.


In quanto il sapore dato dallo zucchero o di altri ingredienti come il miele mortificano incondizionatamente il sapore e il valore dello spumante, specialmente quelli più blasonati, ottenuti dopo una lenta fermentazione in bottiglia, attuata proprio per rendere il vino il più secco possibile. Lasciando in bocca un retrogusto scostante, amarognolo, per nulla piacevole.

Altri suggerimenti. Anzitutto abbinare al dessert una tipologia di moscati simili a quelli prodotti in Piemonte, Asti e Brachetto d'Acqui su tutti. Ma certamente anche godibili variazioni dolomitiche, comprese variazioni di Moscato Rosa o vini da uve rosse fatte mirabilmente appassire per ottenere un

prodotto simile al Recioto.

Per i più esigenti le varianti sono molteplici, legate all'accostamento tra dessert con cioccolato oppure con frutta fresca, quelli con panna e altri ancora. Rispettando sempre e comunque la raccomandazione: l'importante è che non scegliate uno spumante secco. Mai!

PANTAGRUELICHE MANGIATE E BUONE DIGESTIONI



*Smaltire gli eccessi
di pranzi o cenoni di
fine anno sfruttando
i suggerimenti di
popolari pratiche
digestive. Il 'canarino'
come rimedio.*

Le abbuffate pantagrueliche di queste settimane tra il vecchio e nuovo anno chiamano in causa antiche quanto popolari pratiche digestive. Tra tutte il classico 'canarino'. Da bere per riprendersi dalle ripetute sedute del cibo.

Canarino come salutare bevanda calda, scaturita da una consuetudine postprandiale.

L'origine è nelle leggende alimentari di diverse comunità. Pare sia stata ideata nelle zone mediterranee dove si coltivano agrumi, limoni su tutti. Perché il canarino altro non è che una sorta di tisana a base di acqua e limone, perfetta per facilitare la digestione, per alleviare il gonfiore dello stomaco rimpinzato di cibarie varie.

La tradizione colloca comunque questo digestivo 'fai-da-te' nella consuetudine contadina, a prescindere sue nella zona si

coltivi o meno qualche pianta di limone.

Il nome è ovviamente legato al colore giallo acceso della bevanda. Non ci sono notizie certe sulle sue origini, c'è però una curiosa leggenda siciliana che narra di una versione corretta del canarino, con aggiunta di vino, offerta dalla regina Climene – secondo la mitologia divinità delle acque e dei mari – a Dafni, pastore siciliano figlio della ninfa Dafnide e del Dio Hermes. Dafni è felicemente sposato con la ninfa Echemeide, figlia di Giunone, ma fortemente desiderato da tutte le giovani donne per le sue doti canore. Climene non si arrende e decide di aggiungere un infuso limonoso anche una foglia di alloro, versando nella coppa - il classico 'kantaros', calice impugnato delle divinità elleniche, anche un goccio vino, creando un potente afrodisiaco. Il pastore, stordito dalla bevanda, finisce per cedere alle avances della regina, scatenando le ire della suocera Giunone, che lo acceca. Per disperazione, Dafni si lancia da una scogliera accanto a Cefalù e gli dèi lo trasformano in una rupe.

Leggenda a parte, la consuetudine del canarino è portata avanti ancora oggi dalle vecchie generazioni. Prepararlo è semplicissimo ma è importante scegliere dei limoni non trattati, poiché bisogna usarne solo la scorza. Le proprietà astringenti del limone sono perfette per favorire la digestione, oltre ad avere importanti benefici per l'organismo: la scorza, infatti, contiene molta vitamina C e migliora l'assorbimento del ferro. Gli oli essenziali della buccia hanno effetti antisettici che possono aiutare anche in caso di raffreddore e influenza.

L'alloro non è indispensabile, e tra le Alpi è usuale aggiungere alla bevanda qualche foglia di menta e un cucchiaino di miele, meglio se di fiori d'acacia.

Preparare il canarino in casa è facile e veloce, e può rappresentare un rimedio economico contro il mal di stomaco.

Ingredienti

400 ml acqua

1 limone non trattato

foglie di alloro (a piacere)

miele

menta

Lavare il limone e prelevarne la scorza, avendo cura di usare solo la parte gialla, evitando quella bianca, che conferirebbe un sapore amaro alla bevanda. Poi mettere le foglie in un pentolino con acqua assieme alla scorza di limone. Non appena l'acqua inizierà a bollire, proseguire la cottura per una decina di minuti. Per non scolorire la bevanda, meglio togliere le foglie a metà cottura. Filtrare e servire.



ALTEMASI
TRENTODOC

TRENTINO

ELEGANZA AUTENTICA.

Bevi responsabilmente.



Dai vigneti di montagna del Trentino nasce lo spumante metodo classico Altemasi Trentodoc. Le caratteristiche del clima e del territorio gli donano freschezza e personalità. Con Altemasi l'eleganza ha uno stile unico.



ZUCCA, E SAI COME RIEMPIRLA DI GUSTOSI PIACERI

*È la somiglianza con
la testa umana la
ragione principale
dell'associazione tra la
zucca e l'intelligenza.
Per poi trasformarla
in uno scrigno
di piaceri.*

La zucca è un simbolo della perfezione gastronomica, importata in Europa nel XVI secolo dai coloni spagnoli, scovata nelle campagne del Messico e pianta domestica tra le più antiche, varietà imparentate con quelle del Nuovo Mondo, in quanto sfruttata da Egizi, greci e pure dagli Etruschi, che chiamavano le loro zucche 'Sinceraria legendaria', in qualche modo - chissà come - derivanti dalle cucurbite messicane.

Proprio le cucurbite sono simbolo universale di nutrimento e pure - per questioni antropologiche - di stupidità. Proprio così. Zucca come esempio dell'ambivalenza dei simboli, tra scemenza, sbadataggine, idiozia e altrettanta utilità per nutrire l'intelligenza. Ecco allora l'origine del detto 'avere il sale in zucca'.

Lo ribadiscono autorevoli antropologi e altrettanto validi studiosi dell'evoluzione culinaria.

La zucca, regina delle cucurbitacee si è diffusa in tutto il mondo conservando sempre una straordinaria capacità di colpire l'immaginario.

È la somiglianza con la testa umana la ragione principale dell'associazione tra la zucca e l'intelligenza. Se infatti l'esterno non è che un contenitore, una calotta protettiva, quel che conta è



ciò che si trova dentro: in senso reale la polpa, in senso figurato il senno. Un concentrato di potenza, materiale e spirituale che ha dato vita a un'infinità di miti e credenze.

Zucche svuotate da istrionici stregoni per imprigionare le anime di qualche tribù nemica, zucche per spaventare i bambini, e ancora zucche per ostentare trofei, sia di guerra come di scorribande festose.

Cucurbite comunque che diventano intelligenti se sfruttate come ingredienti per manicaretti alimentari. Da farcire la pasta, da usare con il riso, pure con il pesce. Decisamente sfiziose abbinare a trota salmonata. Cuci-

nate a piacimento. Come nella ricetta per avere 'Bocconcini di salmerino su dischi di zucca' oppure una Scaloppa di trota con zucca e crema di ceci al coriandolo. O zucca al forno, cotta semplicemente per alimentare la fantasia e soddisfare il palato gustandola con verdure o con una zuppetta di fagioli.



LA STORIA DEL CIBO RAFFORZA LA NOSTRA IDENTITÀ

*Cucina come schietto
guizzo d'invettiva,
onorando le usanze
delle genti
di campagna,
senza nulla togliere
alla ricerca di
pietanze sopraffine
bramate nobiltà.*

I sussidiari di cucina tramandano ricette da madre in figlia, coinvolgendo gli studiosi dell'evoluzione del gusto alimentare in tante dissertazioni. Ponendo interrogativi sulle origini delle pratiche di cottura, sul ruolo delle materie prime, su come salvaguardare l'origine degli ingredienti, valorizzarli per soddisfare il palato.

Un tempo il cibo serviva solo per battere la fame. Adesso il cibo è ostentato all'inverosimile. Se nel Passato si mangiava per vivere, attualmente si vive per mangiare. Una tendenza che i gastronomi studiano con attenzione.

Il Trentino recupera ricettari dello storico Aldo Bertoluzza, negli anni '80 del secolo scorso protagonista di fortunate trasmissioni televisive regionali con le sue rubriche del 'Batedèl'. Personaggio iconico, scomparso nel 2007, sicuramente tra i più competenti gastronomi nazionali, al pari delle attuali autorità del settore, personaggi del calibro di Massimo Montanari e Alessandro Barbero, per non parlare di Carlo Petrini e la schiera di studiosi delle Università che si occupano dell'evoluzione del gusto.

Cucina come schietto guizzo d'invettiva, onorando le usanze delle genti di campagna, senza nulla togliere alla ricerca di pietanze sopraffine bramate dalla nobiltà.

Le pubblicazioni sulla cucina contemporanea, le dissertazioni sul cibo e sulle tecniche di cucina sono decisamente 'overbooking'. Che fare per chiarire alcuni concetti sull'evoluzione e sulle radici della cucina italiana?

La domanda è stata posta anche ad Alessandro Barbero, il professore



da tempo protagonista di trasmissioni culturali televisive e autore di saggi dove cibo e cultura diventano la medesima cosa.

Alla domanda della sovraesposizione gastronomica, il professor Barbero risponde con una precisa considerazione. Questa.

Certamente quando un argomento diventa molto di moda c'è un rischio di saturazione, è verissimo. Poi bisogna distinguere da ciò che è l'enorme successo popolare dei libri di cucina e delle trasmissioni televisive, comunque finché quel successo c'è vuol dire che il pubblico è disposto a digerirlo. Per noi storici, invece, il tema è ancora abbastanza una novità. Marc Bloch, già 90 anni fa in una lettera al suo collega Lucien Febvre scriveva che stava interessandosi al problema della... marmellata, ovvero da quando fosse nata l'idea della nonna che fa la marmellata in casa. Voglio dire che quella generazione di grandi storici degli anni Venti e Trenta aveva intuito che nel tema delle consuetudini alimentari c'era un grande argomento storico. Poi però c'è voluto del tempo, da noi prima di Massimo Montanari nessuno si era immaginato di studiare queste cose, quindi per noi storici c'è ancora tanto da fare.

Ma quando nasce la marmellata? La parola ha origini portoghesi e si basa sulla trasformazione delle

cotogne, e dal 2004 è in vigore una norma italiana per proteggere questa trasformazione. Che quando è a base di agrumi si definisce 'marmellata', mentre se l'ingrediente è diverso diventa una 'confettura'.

Torniamo agli storici. Che prendono in considerazione l'origine della marmellata dalla coltivazione della barbabietola da zucchero, reso così facilmente reperibile e non ingrediente costosissimo, esotico, nel Medioevo considerato addirittura una spezia. Ecco come si collegano le pratiche alimentari domestiche e economia globale.

Mentre il mangiare e cucinare sono parte così importanti della nostra vita, le fonti medievali che abbiamo non sono così ricche su questi aspetti. Per avere un'idea di cosa mettevano in tavola quando si sedevano a tavola per un pranzo importante, magari in compagnia, siamo ancora costretti a cercare degli affreschi dell'ultima cena e io - ribadisce Barbero - negli affreschi dell'ultima cena, metà degli oggetti che vedo in tavola non capisco che cosa sono. Quindi bisogna ricostruire ancora pian piano da tanti indizi, lo stesso vale per la dimensione che nella società medievale è importantissima del fatto che gli uomini vivevano in un loro mondo e le donne in un altro. Mondi che si incrociavano a tanti livelli nell'intimità domestica, ma

nel mondo pubblico no. E allora quando uno sceneggiatore di una serie televisiva mette in scena un banchetto e fa vedere un uomo e una donna alternati molto probabilmente sbaglia in pieno. Sono tutte cose che non sono entrate nella nostra percezione collettiva, da indagare ancora.

Considerazioni storiche che rilanciano studi sull'origine e i legami culturali delle variegate cucine di comunità altrettanto eterogenee. Come legarle al concetto di 'cucina regionale italiana? IL professor Barbero è categorico.

La cucina nazionale italiana praticamente non esiste. E' presente solo nelle comunità italo americane! Dove mangiano spaghetti with meatballs e così gli americani stanziati credono che quella sia la cucina italiana. La nostra cucina non è univoca o unitaria; è un insieme di innumerevoli cucine.

Massimo Montanari sostiene che non sono definibili nemmeno come cucine regionali io credo che abbia ragione, salvo che il concetto stesso di regione è confuso. Perché le nostre regioni amministrative in qualche caso corrispondono effettivamente a dei tratti culturali e dialettali abbastanza precisi. In ogni modo ogni regione ha le sue specialità. Da scoprire per gustare la diversità di un patrimonio gastronomico unico al mondo.



FRIGGERE, SENZA STRAPAZZARE IL VALORE DEGLI INGREDIENTI

La frittura è la cottura che strapazza di più le molecole contenute negli oli alle alte temperature: come evitare dannosi metodi culinari.

La frittura è una tecnica di cucina basata sul cuocere gli alimenti grazie a grassi sciolti col calore del fuoco, grassi animali o oli d'origine vegetale. Ma qual è la soluzione migliore e il grasso ideale per una frittura?

La risposta è negli studi di Dario Bressanini, docente di chimica all'Università dell'Insubria di Como, ricercatore universitario, divulgatore scientifico, autore di articoli e libri, diventato famoso per il suo blog Scienza in cucina e per pubblicazioni che approfondiscono il legame tra chimica e alimentazione. Dunque qual è il migliore? E quale olio scegliere? Biologico o raffinato? La scelta giusta sta tutta nel punto di fumo dell'olio, ma non solo.

Per molti chef e consumatori è l'olio extravergine d'oliva. Ed è in parte la risposta giusta: è estratto meccanicamente dalle olive, quindi non c'è la zampa della chimica, ha un alto punto di fumo (si dice), contiene polifenoli. Ma la questione è più complessa e sfaccettata.

«La frittura è la cottura che strapazza di più le molecole contenute negli oli – spiega Bressanini – alle alte temperature queste mo-



lecole cominciano a decomporsi formando sostanze che possono essere nocive: quando si vede un olio fumare è perché si stanno liberando i prodotti della decomposizione termica. Anzi si sono già liberati». Quindi un parametro fondamentale per un olio da frittura è il punto di fumo, che deve essere superiore ai 180 °C, la temperatura classica per questo tipo di cottura: se è inferiore il cibo assorbe troppo olio, se è più elevata si brucia all'esterno, rimane crudo all'interno e prende un sapore amaro, e soprattutto si formano le sostanze tossiche.

Il secondo parametro da tenere presente è la composizione degli oli. «Sono una miscela di trigliceridi con legati tre acidi grassi: saturi, monoinsaturi e polinsaturi. Quelli che resistono meglio alle alte temperature sono i grassi saturi, di cui sono ricchi l'olio di palma, l'olio di cocco, il burro di cacao, lo strutto e il burro chiarificato: possono arrivare anche sopra i 200 °C, ma sono da consumare con parsimonia perché in grande quantità nuocciono alla salute. I grassi polinsaturi, come nell'olio di semi di girasole classico, di mais e di soia, sono i peggiori per la frittura: hanno una struttura chimica che li rende instabili alle alte temperature e degradano più velocemente degli altri. I grassi monoinsaturi, di cui il principale è l'acido oleico, resistono meglio all'urto del calore elevato, come nell'olio di oliva, di semi di arachide e di nocciole. Nelle frittiture entra poi in gioco anche il fenomeno dell'ossidazione, che si crea a contatto con cibi ricchi di acqua, come verdure o pesci, facendo degradare più velocemente gli acidi grassi».

Ecco la notizia che sarà come un pugno sullo stomaco per i puristi. «In linea di massima più un olio è raffinato, più è alto il suo punto di fumo: il processo di raffinazione riduce la quantità di acidi grassi

liberi e di altre impurità che interferiscono durante la cottura ad alte temperature». Parliamo dell'olio di oliva non extravergine e soprattutto di quelli di semi: essendo privi d'acqua, l'estrazione dell'olio avviene impiegando solventi chimici o applicando una pressione molto alta, che sviluppa temperature elevate. Per togliere i danni provocati dal calore dell'operazione precedente l'olio viene raffinato attraverso decolorazione e deodorazione. La domanda è d'obbligo: questi prodotti sono sicuri? Bresanini non ha dubbi: «I solventi impiegati durante l'estrazione e la raffinazione dell'olio vanno via nel processo di trasformazione».

«L'olio di semi di girasole alto oleico, ottenuto da una modificazione genetica non ogm per aumentarne la quantità di acido oleico ha un punto di fumo superiore e una shelf-life più lunga rispetto all'olio Evo, inoltre è «neutrissimo», non interferisce su gusto e aromi». «L'olio di oliva non extravergine è l'ideale: non ha acidi grassi liberi, eliminati con la raffinazione, e contiene molti grassi monoinsaturi». Molto buono, e con un prezzo inferiore, è l'olio di semi di arachide: «Ha un alto contenuto di grassi monoinsaturi e può arrivare a temperature elevate, è neutro dal punto di vista organolettico ed è perfetto per frittiture di dolci».



BUONO COME IL PANE, FRATERO E CONDIVISO

*Una storia arcaica,
sfornato già 4 mila
anni fa tra le
palafitte di Ledro,
ora messaggero di
nuove opportunità e
simbolo di pace tra
popoli diversi.*

Il cibo come strumento di pace, di dialogo, di rispetto per la natura e per la dignità dei popoli del mondo: è questo il messaggio-bilancio di Terra Madre, il Salone del gusto di Slow Food, alla sua 15a edizione che si è recentemente svolta a Torino. E quale cibo più del pane esprime tutte queste valenze?

Le farine ucraine hanno conquistato la platea, con riflessioni su come cuocere il pane in tempo di guerra. Con il cibo - il pane quotidiano - che diventa strumento di pace e di ricerca. Con collegamenti storici arcaici, farine e metodi di cottura di pane che risalgono alla Preistoria.

D'altro canto il pane porta con sé una lunga storia. Quella del pane delle palafitte del Trentino.

Risale a 4mila anni fa ed è stato ritrovato nel 1937 tra i resti delle palafitte di Ledro, a nord del lago di Garda. E' stato possibile ricostruirne la ricetta grazie agli scienziati dei Musei civici di Como e dell'Università di Trento (in collaborazione con Muse e Camera di Commercio) ed è stato riprodotto dall'Associazione Panificatori della provincia di Trento secondo tecniche e ingredienti preistorici. A Trento sono attualmente tre i panificatori a proporlo, con farro e farricello, integrale, a basso indice glicemico, richiede una fermentazione di tre giorni, è altamente digeribile, e potrebbe presto entrare nella carta dei ristoranti: si accompagna bene con i pesci di lago, con il salmerino, con la trota affumicata ed è ideale con l'olio extravergine del Garda.



Pane, parola che evoca sapore sincero, profumo di bontà, pure semplice piacere da condividere. Non a caso la definizione politica di 'compagno' scaturisce dal solidale scambio di un pezzo di pane. Dividere la pagnotta per condividere il pasto, gesto sodale per soddisfare reciproci primari bisogni. Ad Isera, nel paese lagarino del Marzemino, il pane attiva una singolare triangolazione culturale scaturita partendo dalla coltura del grano, la sua trasformazione in farina, subito trasformata in fragranti pagnotte. E' il 'pàn dei trèi', immediato riscontro fonetico di un trio composto da un contadino/vignaiolo, con una comunità che macina i chicchi del frumento e destina la farina al vicino panificio. Per una concreta operazione di 'filiera corta'.

Un pane speciale, più simbolico che quantitativo, sfornato dal Panificio Moderno dei Piffer dopo aver impastato la farina macinata dal Laboratorio sociale 'Mas del Gnac', frumento coltivato sul terreno basaltico della collina d'Isera da Marco e Filippo Tonini, padre e figlio, vignaioli veraci quanto orgogliosi interpreti della schietta cultura rurale della loro vallata.

Tre, insieme, impastati nella loro reciproca specificità. In uno scambio di competenze, tra la sapienza agricola, la precisione della molitura e l'altrettanto preziosa artigianalità della cottura nel forno.

Pane risultato di un progetto di 'filiera corta' (meglio: dato le distanze, cortissima!) che racchiude tradizione, inclusione e territorio, curato da Karin Dalprà, giovane impegnata in alcune strategiche operazioni di marketing trentino.

Progetto dalla terra alla tavola.

Tutto comincia nei campi della famiglia Tonini nonché proprietaria dell'azienda agricola "Tonini Viticoltori in Isera", dove Marco e Filippo si

prendono cura della campagna ed hanno seminato del grano tenero biologico di varietà Aurelius, proveniente dall'Alto Adige. Il grano ha prosperato grazie a sole e pioggia, trasformandosi da fiore a spiga e infine in chicchi maturi a giugno. Dopo la trebbiatura, il frumento è stato consegnato a Mas del Gnac, il laboratorio sociale della Cooperativa Gruppo 78, che si occupa di pulizia, essiccazione e molitura a pietra.

In linea con i principi dell'agricoltura circolare, la paglia è stata imballata e donata a un allevatore locale, massimizzando l'utilizzo delle risorse naturali.

Il processo di molitura, a Mas del Gnac, è un passaggio determinante.

Grazie all'esperienza e formazione del personale del Maso, il mulino viene regolato e monitorato costantemente per assicurare una macinazione lenta e accurata garantendo così l'alta qualità del prodotto finale.

Da qui, la farina raggiunge le mani esperte dei panettieri del Panificio Moderno, che la trasformano in un pane dal profumo intenso e dalla crosta croccante, marcato con un simbolico "3" a rappresentare l'unione delle tre realtà.

Il '3' come sintesi di qualità e valori, coinvolgendo pure la Cooperativa Agri'90 di Storo - che ha fornito una quota di grano tenero tipo Uno, indispensabile per una corretta lievitazione - per sfornare una pagnotta che racconta una storia di filiera corta, rispetto per l'ambiente e attenzione al sociale.

Realtà che fanno la differenza.

Pane perfettamente in sintonia con il fascino delle imminenti feste natalizie. Del resto fare il pane è un atto collettivo, che unisce. Forse il vero simbolo di Terra Madre 2024.

COGLIERE IL GUIZZO VITALE DELL'ACQUA

*Mauro Fermariello,
fotografo e
acquarellista, riesce
a dar forma alle
cose, privilegiando la
vitalità dell'acqua,
senza tralasciare
fotografie enoiche.*

Fissare la forma delle cose, soffermandosi su soggetti variegati, cogliendo l'essenza stessa della presenza scenica. Mauro Fermariello, napoletano di nascita, lombardo di residenza e per certi versi un dolomitico d'adozione. Perché la sua ricerca estetica l'ha spinto a fotografare i più autorevoli interpreti della territorialità dolomitica, specialmente i vignaioli che rendono indimenticabili certe produzioni enologiche. Fotografo con una spiccata passione per il dettaglio, per rendere visibile anche quello che spesso viene relegato nel dimenticatoio. Osservando le sue ultime illustrazioni - rigorosamente con la tecnica dell'acquerello - si riscontra l'indole dell'autore: un fotografo anche senza scattare con la fotocamera, senza neppure sfruttare rullini di pellicola sensibile o schede digitali, anche senza macchina fotografica. Fotografare come scelta di vita e una passione per la dinamica dei colori, la raffigurazione essenziale, che nei lavori pittorici di Fermariello trovano armonie sinuose e suscitano altrettanti buoni pensieri. Con l'acqua a sancire mescolanze e precisi legami. Senza alcuna forzatura, solo la gioia di essere partecipi di un sentimento.





Vivi la magia
delle feste
con la realtà
aumentata



La magia del Natale
è custodita in ognuno di noi.
Condividila con le persone che ami.
Buone feste e felice anno nuovo.



**CASSE RURALI
TRENTINE**





CUCINA DEI CIMBRI, PER SCOPRIRE L'ESSENZA DI UNA COMUNITÀ ALPINA

*Luserna/Lusern
enclave etnico
linguistica orgogliosa
delle sue usanze
gastronomiche.*

Da un lungo restauro ultimato solo nel 2001 di tre antiche case cimbri, site in un meraviglioso punto panoramico a strapiombo sulla vallata sottostante, è stato ricavato un piccolo ma accogliente albergo: il LusernarHof.

Gestito dalla famiglia Zotti di Luserna, l'albergo è aperto tutto l'anno a gruppi, famiglie, singoli e giovani che desiderano trascorrere le ferie in un'oasi di pace e tranquillità in uno dei posti più belli ed ospitali del Trentino orientale.

Il ristorante fa parte del club di prodotto "Osteria Tipica Trentina" e della "Strada del vino e dei sapori della Vallagarina" che certificano il meglio della tradizione enogastronomica del Trentino. I prodotti trentini, il vino, il formaggio, il miele, la frutta e le carni sono

Le Stelle del Gusto

buoni per l'ambiente in cui nascono e per la cura che gli allevatori e gli agricoltori riservano ad essi. Per questo nei nostri menù vogliamo provare a raccontare con passione il nostro territorio.

Ascoltare la fonetica della parlata in voga sull'Altopiano delle Vezzene è partecipare ad una sorta di 'danza ritmica', dove il rito e il mito si fondono nell'identità di questa sparuta popolazione: i Cimbri.

Sono un antico popolo di origine tedesca, arrivato probabilmente nel XII secolo e stanziatosi sulle montagne del Nord-est. Tra la Lessinia veronese, in Trentino su quella che oggi chiamiamo Alpe Cimbra e sull'altopiano di Asiago.

Sembra che i cimbri fossero originariamente dei coloni bavaresi chiamati dai feudatari imperiali per lavorare nei boschi e che, nella loro lingua, boscaiolo si dicesse *tzimbar*. Altre le leggende, secondo le quali potrebbero essere i diretti discendenti dell'omonimo popolo vissuto in Danimarca che, sconfitti dal console romano Gaio Mario mentre scendevano lungo la penisola, si sarebbero rifugiati nei boschi del nord est.

I legami con i loro antenati bavaresi si riscontrano proprio nella lingua di questa comunità, tutelata dallo Statuto di Autonomia della Provincia di Trento.

La capitale trentina dei Cimbri è Luserna - nella toponomastica italiana - con il distintivo 'Lusern', per rispettare la lingua, il prezioso vocabolario cimbro.

Il Cimbro è oggetto di studi di valenza internazionale da parte di linguisti e storici che possono così praticare una sorta di "archeologia linguistica".

Con soli 1.000 parlanti circa è tra le lingue meno diffuse al mondo. Per questo motivo, la lingua cimbra di Luserna è stata oggetto di diversi interventi legislativi provinciali e regionali, nonché dello sforzo di tutti i suoi membri per evitare che la comunità linguistica si dissolva.

Un popolo di boscaioli e contadini decisamente 'di montagna' che hanno consolidato le loro usanze, anche a livello gastronomico.

Ricavato dalla recente ristrutturazione di tre antiche case cimbre, il Lusernarhof conserva tutt'oggi quel fascino di un tempo passato senza però rinunciare a tutti i comfort a cui l'era moderna ci ha abituato.

In tavola giungono saperi di una cultura cimbra che non ammette sprechi, ma che non disdegna l'innovazione. Rispettando usanze trentine e soprattutto montanare.

Diverse sono le ricette del territorio che impieghiamo nella preparazione dei piatti, alcune di origine cimbra e che talvolta rielaboriamo in chiave più leggera e moderna.

Il ristorante ha ottenuto il marchio di Osteria Tipica Trentina, - inserita pure nel sussidiario di Slow Food e in altre prestigiose guide enogastronomiche - applicando con rigore il modo di lavorare il disciplinare che questa certificazione impone. Ristoratori convinti che i prodotti di origine locale siano i veri ambasciatori del territorio, potendo così offrire agli ospiti un'esperienza davvero autentica.

Il Lusernarhof è prima di tutto una famiglia. Simpatica, estrosa, eclettica, legata alle tradizioni di Luserna, ai suoi valori e rispettosa dei ritmi della montagna.

Rilanciando il significato di un proverbio della parlata cimbra:

"Bèar khüt de baarot, màchatzich hörtan lieben."

Ovvero: "Chi dice il vero si fa sempre amare."

Le Stelle del Gusto

Mandaci anche tu le foto dei tuoi piatti o del tuo ristorante e noi le pubblicheremo sui prossimi numeri della rivista.

Trota tiepida, patate mantecate al lardo di speck, cipolle rosse in agrodolce di lampone



Crediti: Eleonora Svaldi - Lusernarhof

Speck di salmerino alle erbe, cracker alla farina di corteccia di larice, acetosella



Crediti: Alex Möling - Archivio Trentino Marketing

Crediti: Alex Möling - Archivio Trentino Marketing



Luca Zotti

è un giovane cuoco, rigorosamente legato alla cultura cimbra. Per capirlo basterebbe solo fermarsi per qualche ora nel suo 'regno', una struttura tipica, edificio irto sul promontorio della vallata, vista spettacolare. Come pienamente appagante la cucina di questo ristorante/albergo.

Non disdegna la creatività gastronomica, senza alcun eccesso. Applica diverse tecniche di cottura, abbinando monti, laghi e specialmente i prodotti della miglior acquacoltura.

Piatti a base di trota, salmerino, pure coregone, affiancati da ogni ingrediente d'alta quota, elaborando dessert in piena 'consecutio' con il timbro culinario del locale. Timbro cimbrico, per gustare valori, per capire l'identità di questa piccola quanto fascinosa popolazione.

GUIZZI DI GUSTO

Broccolflan di trota

Ingredienti:

2 filetti di trota salmonata ASTRO
1 broccolo romano
2 uova
Trentingrana
riso rosso integrale
sale
pepe
olio evo

Esecuzione:

montare i tuorli col Trentingrana, aggiungere il broccolo lessato e salato. In una padella cuocere la trota con poco olio e burro, sfumare con vino bianco, salare.

Una volta cotta inserire nel mixer con le uova sbattute il broccolo e le chiare montate a neve.

Infarinare dei pirottini precedentemente imburrati, riempirli con il composto, infornare a bagnomaria per 30 minuti a 180 gradi.

Presentarli con riso rosso integrale semplicemente cotto al vapore.



Silvia Agagliati Fozzer

Piemontese di nascita, trentina “da sempre” senza comunque dimenticare le sue radici.

Non a caso è l'animatrice del Circolo Austrosabaudino Trentino, un convivo che da anni coniuga

valori gastronomici con temi legati all'identità del cibo, i suoi legami con la storia, con i piaceri della gola da condividere per capire realtà diverse, per accomunare stili e progetti eno-culturali.

Grande appassionata di cucina, elabora tutta una serie di ricette con garbo e assoluta spontaneità, mettendoci il cuore più che la tecnica, anche se ogni sua proposta culinaria – rigidamente ‘alla portata di tutti’ – è studiata, elaborata e davvero da assaggiare.



WINTER EDITION

Upgraded formula - inspired by nature!



La Winter Edition è stata ulteriormente arricchita di aromi naturali, derivati da ingredienti che si trovano in natura, che stimolano l'appetito a basse temperature migliorando l'indice di conversione alimentare.

LET'S GROW TOGETHER



Passa a trovarci ad AquaFarm
12 -13 Febbraio 2025, Stand n. 51



**GUARDA AL FUTURO
CRESCI CON NOI**




VERONESI



**MATERIE PRIME
SELEZIONATE
E CONTROLLATE**
utilizzate entro poche
ore dall'arrivo,
garantiscono freschezza
e qualità costante nel tempo.



**PERSONALIZZAZIONE
DEI PRODOTTI**
e delle proposte nutrizionali,
per calarle in modo discreto
ma efficace nelle singole
realità produttive.



**UN SERVIZIO TECNICO
SPECIALIZZATO**
in nutrizione, gestione economica
e consulenza agronomica.
Un'assistenza tecnica e veterinaria
sempre a disposizione.



**LOGISTICA, IL DOVE
NON È UN PROBLEMA:**
con 220 automezzi effettuiamo
650 consegne al giorno
e serviamo 7.000 clienti
ogni anno, sempre on time.





nuterraTM

Il nostro programma di Sostenibilità

Non è ciò che desideriamo fare,
è ciò che facciamo.