

VéGé

PER VOI

IL BELLO E IL BUONO DEL NATALE

Sapori, ricette, tradizioni per celebrare
il ritorno della festa più amata.

IL PRANZO, LE VACANZE, I REGALI

*Usanze, luoghi e riti
che resistono al tempo che passa*

SUA MAESTÀ IL PANETTONE

*Classico, innovativo, sorprendente.
Cronaca di un capolavoro del gusto*

IL TEMPO DELL'OLIO

*Perché è buono,
perché fa bene*

VéGé Per Voi

Novembre/Dicembre 2021

www.gruppovege.it

"I cambiamenti climatici e il degrado ambientale sono una minaccia esistenziale per l'Europa e il mondo. Per superare queste sfide, l'Europa necessita di una nuova strategia di crescita che trasformi l'Unione in un'economia moderna, efficiente sotto il profilo delle risorse e competitiva. The European Green Deal è la nostra tabella di marcia per rendere sostenibile l'economia dell'UE. Ciò accadrà trasformando le sfide climatiche e ambientali in opportunità in tutti i settori politici e rendendo la transizione giusta e inclusiva per tutti." **(Commissione Europea)**

SCOPRI TUTTI
I NOSTRI GUSTI

IO SCELGO
Oh! Vita
PER BENE



SCOPRI DI PIÙ SU WWW.OHIVITA.IT



Editoriale

Caro Babbo Natale,

questa volta non ho richieste da farti. Il regalo più grande me l'hai già fatto. Quest'anno è tornato il Natale! La Messa tutti insieme, il pranzo con le persone che ami davvero, la gioia immensa dell'attesa, i pacchi da scartare sotto l'albero acceso, il pomeriggio al cinema, la voglia di passeggiare in città con tutti i negozi aperti, le luci appese alle finestre delle case che strappano sorrisi di festa, il camino acceso e la frutta secca nel centrotavola.



di **Giorgio Santambrogio**

Finalmente potremo andare anche in vacanza, visitare mercatini e presepi viventi, vedere le persone più care e fargli gli auguri senza doverlo fare in chat, su skype o zoom. E chiederemo a tutti, come stai? Ma la diremo senza fretta, ascoltando la risposta, sperando davvero di stare bene. Torneranno le domande più banali. Cos'hai mangiato? Voi lo fate il cenone? Panettone o pandoro? Tortellini in brodo o ravioli? Carne o pesce? Che regali hai ricevuto?

Torneremo a metterci a dieta dopo la Befana, a fare buoni propositi per l'anno che verrà, a prendere l'agenda bella dove segnare gli appuntamenti importanti, ad aspettare i saldi di gennaio.

E dietro questa meravigliosa banalità del vivere quotidiano riscopriremo intatta la gioia di aver riconquistato un pezzo di libertà.

Continueremo anche a preoccuparci, lo sappiamo. La pandemia e tutto ciò che ne è succeduto, la solitudine, le rinunce, il distanziamento, la zona rossa, hanno stravolto moltissime certezze e abitudini. Quello che prima era per noi un paradigma di sicurezza adesso è diventato un orizzonte di incertezza.

Il mondo sta cambiando e noi stiamo cambiando con lui.

Dobbiamo fare attenzione, essere responsabili, non abbassare la guardia.

Ma il Natale no, quello non può cambiare.

Il Natale è la Natività, la rinascita, la rigenerazione.

Abbiamo bisogno di lui.

Un Natale di tanti anni fa è stato l'ultimo Natale in cui ho creduto in te caro Babbo Natale, ma forse ho sbagliato. Tu esisti perché esiste la voglia di credere nella rinascita, nella rigenerazione, nella speranza.

Dobbiamo farci gli auguri. E mai come quest'anno sono auguri sentiti, sinceri che vengono dal cuore. Ce li meritiamo tutti.

Auguri a tutti i nostri collaboratori in tutti i punti di vendita. Sono tanti e se potessi li abbraccerei tutti per quello che hanno saputo fare in questi mesi, un miracolo di efficienza, voglia di fare, sorrisi sempre pronti all'accoglienza e all'ascolto. Auguri a tutti gli imprenditori delle nostre insegne che sono stati vicini ai bisogni di tutti. Auguri ai nostri fornitori che hanno moltiplicato gli sforzi per non farci mancare nulla. Auguri ai milioni di persone che ogni giorno ci vengono a trovare perché hanno fiducia in noi. Auguri anche a voi lettori che state sfogliando la nostra rivista.

Vi dico come sarà il mio di Natale. Diceva Albert Camus che la cultura è l'urlo degli uomini in faccia al loro destino. E allora urliamo, andiamo a teatro, a visitare una mostra, leggiamo dei libri, inondiamo la nostra testa e il nostro cuore di storie e idee perché ci serviranno a capire il futuro.

E sarà davvero un buon Natale!



Guido Berlucchi

BERLUCCHI

FRANCIACORTA



UNA STORIA CHE INIZIA OGNI GIORNO

#berlucchimoments #berlucchi60anniversary



berlucchi.it



VéGé Per Voi

Numero 05 Novembre / Dicembre 2021

Registrazione Tribunale di Firenze
n. 4964 del 15/05/2000

Periodico di proprietà di **VéGé Retail s.r.l.**
Edito da **Mediaformat Comunicazione s.r.l.**

Direttore Responsabile

Paolo Marcesini

COMITATO DI REDAZIONE

Giorgio Santambrogio, Francesca Repossi,
Eleonora Matteucci.

Coordinamento editoriale per VéGé Retail s.r.l.
Eleonora Matteucci

HANNO COLLABORATO A QUESTO NUMERO:

Andrea Begnini (redazione), Claudia Ceccarelli (redazione), Consorzio Grana padano DOP Giovanni Franchini (redazione), Sirio Fusani (graphic design), Medici Senza Frontiere, Luigi Odello Laura Salerno, Davide Vivaldi (redazione).

Tutti i crediti ove richiesti, sono segnalati accanto alle immagini

PER LA PUBBLICITÀ SU QUESTE PAGINE:

Gruppo VéGé Soc. Coop.
Via Lomellina 10, 20133 Milano
tel. 02/752961

STAMPA

Rotopress International - Loreto (AN)
tel. 071 7500739

CONTATTI

Al telefono: N° Verde VéGé 800137030
dal lunedì al venerdì 9:00-13:00 / 14:00-18:00

Sul web: www.gruppovege.it
Su Facebook e Instagram:

Gruppo VéGé Supermercati

SOMMARIO

QUESTO NATALE LO PASSEREMO

A VOLERCI PIÙ BENE5
di Giovanni Franchini

IL PRANZO DI NATALE 10
di Antonia Pietragrua

SUA MAESTÀ IL PANETTONE 14
di Andrea Begnini

IL REGALO DI NATALE17
di Claudia Ceccarelli

VACANZE DI NATALE 21
di Giovanni Franchini

GRANA PADANO DOP30
di Matteo Mochi

LA RIVINCITA DEL ROSSETTO32
di Luciana Fratta

ABBIAMO GRANDI

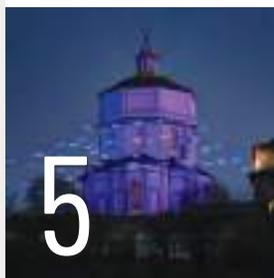
PROGETTI PER LORO 34
di Giancarlo Sammartino

BENTORNATI CARCIOFI37
di Antonia Pietragrua

IL TEMPO DELL'OLIO 40
di Antonia Pietragrua

OHI VITA 42

RUBRICHE 43



I COTTI A VAPORE

FATEVI UN SACCO DI BENE



MAX INFORMATION 7



La Natura di Prima Mano.

**I Cotti a Vapore.
Più gusto al tuo benessere.**

Assapora tutta la naturale e corposa bontà delle verdure, dei legumi e dei cereali Valfrutta, grazie alla delicata cottura a vapore. Pratici e versatili, sono subito pronti: basta aprirli per gustarli. **Borlotti - Cannellini - Piselli - Ceci - Lenticchie - Mais - Soia Mix Mediterraneo - Farro - Quinoa.**

www.valfrutta.it





Questo Natale lo passeremo a volerci più bene

**COME SARANNO LE FESTIVITÀ POST-PANDEMIA?
SICURAMENTE SAREMO PIÙ ATTENTI A COSA COMPRIAMO
E ALLA SUA SOSTENIBILITÀ.
MA GUARDEREMO SOPRATTUTTO AL NOSTRO BENESSERE
E A QUELLO DELLE PERSONE CHE AMIAMO.**

di Giovanni Franchini

L'anno scorso è stato il nostro primo, e si spera ultimo, Natale in videoconferenza. Un Natale in remoto. A causa della pandemia siamo stati costretti a restare nel chiuso delle nostre case a cucinare pranzi e "cenini" anche solo per fotografarli, riprenderli e inviarli via smartphone. Abbiamo anche brindato, via web. Quello del 2020 è

stato un Natale in lockdown, da cancellare, resettare, dimenticare.

Come sarà il Natale 2021? Ha tentato di descriverlo Anthony Fauci, uno degli scienziati più esperti al mondo di virus e numero uno della White House Coronavirus Task Force statunitense che, ospite in Italia all'ultimo



Festival della Salute, ha dichiarato: *“Non c'è dubbio che il desiderio di socialità, di vicinanza durante le feste diventa più forte. Ciascuno di noi sarà chiamato a non abbassare la guardia, a non cedere alla tentazione di allentare le misure di prudenza che abbiamo imparato direi responsabilmente”.*

Ecco la parola d'ordine: responsabilmente. Sarà ancora una volta un Buon Natale come siamo abituati a conoscerlo e a viverlo, ma lo faremo in modo più responsabile, con attenzione: a noi stessi, ai nostri cari, alla comunità e all'ambiente che ci circonda.

Tracce di questa tendenza se ne trovano parecchie, specialmente nei rapporti ufficiali che affollano il racconto di quello che sarà.

Secondo l'“Holiday Shopping Trends 2021”, che esplora le intenzioni di acquisto dei consumatori di tutto il mondo in vista delle vacanze natalizie, il 66% degli intervistati in Italia prevede di spendere di più quest'anno e di fare acquisti molto più consapevoli. Gli italiani stanno anche dando valore al proprio benessere mentale dopo un anno così difficile, e il 51% prevede il fare prima di tutto un bel regalo a se stesso. Una sorta di terapia basata sul consumo personale.

Se scendiamo nel dettaglio scopriamo che la pandemia ci ha resi molto più attenti alla soddisfazione del nostro benessere mentale e a quello della famiglia, degli amici più cari e dei colleghi di lavoro (87%). Comprare locale e fare attenzione al luogo di produzione è diventata una priorità per la maggior parte dei consumatori: il 71% è disposto a pagare di più per regalare qualcosa che sia stato prodotto “vicino a casa”; il 79% dichiara che la pandemia lo ha fatto riflettere più attentamente su come vengono spesi i soldi; il prendersi cura di sé ha un “effetto terapeutico” per il 51%, e tra questi c'è chi vorrebbe comprare nuovi vestiti (37%) o regalarsi un viaggio (35%).

Conclude il rapporto: “I consumatori cercano di far fronte e prepararsi a quello che verrà e sperano che le vacanze natalizie siano una nota positiva, se non un catalizzatore per il futuro. È anche incoraggiante vedere che tutti i tipi di consumatori vogliono sostenere la comunità locale, comprese le imprese appartenenti a minoranze”.

Nel vivere più responsabilmente non poteva mancare l'attenzione alla sostenibilità. La ricerca “Il Customer Journey di prodotti Fashion e Lifestyle”, pubblicata

da Netcomm in collaborazione con Veepee, individua nel 19,3% la percentuale degli italiani che desiderano sapere se i marchi utilizzino prodotti e materiali dal ridotto impatto ambientale, mentre un altro 18,2% ricerca la sostenibilità nel packaging e un ulteriore 16,7% nei processi di produzione. Spicca anche un 19,1% attento a consegne e spedizioni più attente all'ambiente. L'attenzione alla sostenibilità è certificata anche da EikonTech, concessionaria di prodotti per la grande distribuzione che nella sua ricerca sul Natale 2021 certifica come: "I principali driver di acquisto saranno l'empatia e la coscienza sociale, il sostegno alle realtà locali e l'impegno dei brand in termini di trasparenza e sostenibilità. Tutti fattori di cui le aziende devono necessariamente tenere conto per interfacciarsi con le persone e conquistarle nel periodo natalizio".

Sostenibilità, ambiente, comunità. Partendo soprattutto dalla famiglia e dallo stare di nuovo finalmente insieme. È pur sempre Natale. E questo Natale lo passeremo

“ *Gli italiani stanno anche dando valore al proprio benessere mentale dopo un anno così difficile, e il 51% prevede di fare prima di tutto un bel regalo a se stesso.*

Una sorta di terapia basata sul consumo personale. ”

soprattutto giocando. "Gli italiani hanno riscoperto il piacere di giocare a casa con i figli e il gioco, bene essenziale, sta assumendo un nuovo ruolo centrale, educativo e culturale - ha sottolineato Maurizio Cutrino, direttore Assogiocattoli al meeting 'Ansa Incontra' dell'ottobre scorso - e i giocattoli sono essenziali per affrontare un periodo così difficile". Per valorizzare il ruolo dei giochi è nata la campagna "Gioco per Sempre" (www.assogiocattoli.eu/gxs), progetto che mira a sensibilizzare le famiglie sull'importanza del gioco come strumento di crescita pedagogica, sociale e culturale e non solo come dono da scambiare ai compleanni e a Natale.

Insomma, passeremo un Natale a prenderci cura di noi stessi, dell'ambiente, e lo faremo soprattutto giocando. E forse sarà davvero un bel Natale. Il migliore.





TORINO ILLUMINATA DALLE LUCI D'ARTISTA



Volersi bene significa anche voler bene alla propria città che a sua volta regala ai suoi cittadini bellezza e cultura. Come di consueto Torino celebra il Natale con le sue Luci d'Artista, la mostra di arte contemporanea a cielo (natalizio) aperto. Come spesso accade nella storia degli eventi straordinari, Luci d'Artista nasce per caso. Nel 1997 i commercianti del centro chiedono al comune di farsi carico di parte del costo delle luminarie. L'allora assessore alla promozione della città, Fiorenzo Alfieri, pensa di utilizzare addobbi che potessero essere riusati l'anno dopo, e per questo commissiona allo scenografo e illustratore Emanuele Luzzati una sua versione del presepe. Luzzati crea delle sagome dipinte su legno con inserti di stoffe e un gioco di figure illuminate che si rincorrono dal grande impatto scenico. Straordinario successo che fa venire l'idea al comune che, oltre a confermare l'opera l'anno successivo, prende a coinvolgere altri artisti. Anno dopo anno le opere si moltiplicano e nel 2001 nasce il brand Luci d'Artista. Per questa 24esima edizione dal 29 ottobre fino al 9 gennaio 2022, in mostra 25 opere di cui 14 allestite nel centro città e 11 nelle altre circoscrizioni. Lungo l'elenco degli artisti: Mario Merz sulla Mole Antonelliana, Michelangelo Pistoletto in Piazza della Repubblica, Mario Airò in piazza Carignano, Daniel Buren in Piazza Palazzo di Città assieme a tanti altri.

Info e mappa delle opere: contemporarytorinopiemonte.it

NATALE È TEMPO DI CINEMA



Miracolo sulla 34^a strada, fonte Wikipedia

Cinema in sala, cinema in casa, cinema ovunque le famiglie si riuniscono davanti a uno schermo per condividere il tempo di un film. Per la sua natura di festa magica, in cui l'impossibile diventa possibile e i desideri prendono forma sotto l'albero, il Natale è stato raccontato spesso sullo schermo, diventando lo scenario di storie memorabili. Abbiamo raccolto cinque frasi da altrettanti film ambientati durante la Festività che ne definiscono in qualche modo l'essenza.

"La fede è credere nelle cose quando il buon senso ti dice di non farlo." (Miracolo nella 34^a strada, 1947)

"Forse il Natale non si compra ai grandi magazzini. Vuoi vedere - pensò - che il Natale è qualcosa di più?" (Il Grinch e la favola di Natale, 1966)

"Il Natale stava arrivando. Adorabile, glorioso, bellissimo Natale, intorno al quale ruotava l'intero anno dei bambini." (A

Christmas Story - Una storia di Natale, 1983)

"È la vigilia di Natale! È la notte dell'anno in cui tutti ci comportiamo un po' meglio, sorridiamo un po' più facilmente, esultiamo un po' di più. Per un paio d'ore all'anno, siamo le persone che abbiamo sempre sperato di essere." (S.O.S. fantasmi, 1988)

"Pronto sorveglianza? Buon Natale a tutti!" (Una poltrona per due, 1983)

IL GRANDE CIOCCOLATO ITALIANO

NOVI

VINCI
I BUONI SPESA
CON NOVI

WWW.ELAB-DOLCURI.IT



1. ACQUISTA
dal 01/10/21 al 31/12/21
almeno 2 tavolette
di cioccolato Novi



**2. CONSERVA
LO SCONTRINO**
e collegati al sito
www.elab-dolcuri.it



**3. SCOPRI SUBITO
SE HAI VINTO**
uno dei buoni
spesa in palio

IN PALIO OGNI GIORNO

**FINO A 100€
IN BUONI
SPESA**



Comunicazione in base al Decreto legge approvato dal Governo su A. n. 115 del 30/09/2021 e art. 102 del
Decreto legislativo 2009/209 N. Aggiornamento completo su www.elab-dolcuri.it



Il Pranzo di Natale

SPECIALE, RICCO, PRELIBATO, CON LA SUA ABBONDANZA CELEBRA LA TRADIZIONE DI UNA FESTA UNIVERSALE E AMATA DA TUTTI.

di **Antonia Pietragrua**

Natale 2021, ritorno al passato. E quando si parla di tradizioni, questo vuol dire continuità, certezza, fiducia e speranza nel futuro. Valori che intessono la nostra vita come pilastri, alle volte invisibili, ma solidamente incardinati nella nostra memoria e nella nostra stessa idea di felicità. Che passa anche attraverso profumi, sapori, abitudini, voci, musiche e parole da dire e da ascoltare.

Finalmente possiamo nuovamente trascorrere il Natale con familiari e amici. Tutti insieme per rinnovare il rito e ritrovarci, festeggiare, gustare golosità, chiacchierare, fare e ricevere regali da aprire insieme. E quest'anno sarà anche più bello, più disponibili come ci ritroveremo tutti magari a ridere alle solite barzellette dello zio, a fingere sorpresa

davanti all'ennesimo paio di calze o di presine regalati dalla suocera, a bere il temibile liquorino fatto in casa dalla nonna, o a lodare i biscotti simil-mattone dell'amico sperimentatore di ricette.

Ogni Natale, e quest'anno ancora di più, quel tanto di retorica diventa gradevole, quella delle filastrocche, delle canzoni e delle frasi bene auguranti, che fin da piccoli ci sono state insegnate e che amiamo a nostra volta ripetere, soprattutto ai bambini, per vedere nei loro occhi la sincera luce di gioia che viene dal partecipare ad un gioco dalle regole liete, in cui tutti vincono e tutti stanno bene.

E agli adulti restano la nostalgia e il rimpianto del miracolo, del bambino che nasce sano e forte in una povera grotta,



la madre che sta bene, nonostante il parto in mezzo agli stenti, e il padre che, con l'aiuto delle persone più semplici e generose, provvede a loro con amore. Così dovrebbe andare, così ciascuna vita dovrebbe essere accolta, festeggiata e rispettata, e il miracolo dovrebbe farsi quotidiano. Ognuno di noi lo desidererebbe, e, se anche sappiamo che così non è, ogni anno festeggiare la nascita di Gesù di Nazareth ha il compito di ricordarci l'importanza del pensarlo e del crederlo.

Anche l'abbondanza è da sempre un tratto rituale della festa natalizia. A patto che non voglia dire spreco, ma piuttosto prelibatezza, tradizione, specialità, cura e dono che possono esprimersi in una bella apparecchiatura, una pietanza ben preparata, un sugo cotto per ore, un dolce tipico che così lo sappiamo fare solo noi (o il pasticciere da cui lo compriamo).

La regola è sbizzarrirsi. Anche negli addobbi: tiriamo fuori tutto quello che abbiamo e distribuiamolo per la casa, aggiungendo magari quel qualcosa di nuovo che arricchirà il nostro repertorio. Con l'aiuto dei bambini, il risultato sarà ancora più allegro, giocoso e imprevedibile. Palline, luci, festoni e fiocchi colorati o scintillanti, candele, pigne e spighe verniciate, tutto potrà trovare posto senza temere quell'effetto *kitsch*, che mai come quest'anno è il caso di assolvere con l'allegria disinvoltura di chi vuol dimenticare la festa solitaria e distanziata dello scorso anno. E poi via con il menu di Natale. Che sia cenone della Vigilia, o il pranzo del 25 dicembre, i piatti della tradizione certo non mancano. In ogni regione ci sono le specialità della festa, radicate di generazione in generazione, e ogni famiglia ha quelle che preferisce o di cui detiene la ricetta con esclusivo segreto di bottega. La tradizione vuole che il cenone sia di magro

“ *La regola è sbizzarrirsi. Anche negli addobbi: tiriamo fuori tutto quello che abbiamo e distribuiamolo per la casa, aggiungendo magari quel qualcosa di nuovo che arricchirà il nostro repertorio.* ”

con piatti a base di pesce e verdure miste, a partire dagli antipasti. Dunque salmone, capitone, alici, gamberi, calamari, orate o baccalà diventano protagonisti di gustosissime ricette come il canapè di salmone affumicato, il capitone in umido, gli spaghetti allo scoglio e il pesce al forno, solo per fare qualche esempio.

Per il 25, invece, il pranzo dovrà essere più ricco e sostanzioso. Dai salumi ai formaggi, dai brodi alle zuppe, dai tortellini alle lasagne, dai fritti alle verdure, dal bollito agli stracotti e agli arrostiti, i piatti della cucina italiana a Natale sono davvero moltissimi. C'è solo l'imbarazzo della scelta. Per finire i dolci, con in primo piano gli immancabili panettone e pandoro e le più golose varietà regionali. E con quello che avanza? Una buona idea può essere dividersi quel che resta tra tutti gli ospiti, oppure, cimentarsi in quelle ricette che servono per recuperare i ricchissimi avanzi di Natale, e che sono tipiche del giorno di Santo Stefano. Un modo conviviale per non sprecare e per continuare a dare pieno valore alla festa e al nostro banchetto natalizio.



LASAGNE ALLA BOLOGNESE (PER 6 PERSONE)

Ingredienti: Per le lasagne: 400 gr di farina bianca; 3 uova; 250 gr di spinaci lessati, strizzati e tritati.

Per il ragù: 300 gr di polpa di manzo macinata grossa; 150 gr di pancetta di maiale; 50 gr di carota, 50 di costa di sedano, 50 di cipolla puliti e tagliati a dadini; 250 gr di pelati; mezzo bicchiere di vino bianco secco e mezzo bicchiere di latte intero; brodo; olio d'oliva o burro, sale e pepe.

Per la besciamella: 100 gr di farina bianca; 100 gr di burro; 1 litro di latte fresco intero; sale fino q.b. e un pizzico di noce moscata.

Per preparare il ragù alla bolognese, tagliare a dadini e tritare la pancetta facendola soffriggere in un tegame e unendo 50 grammi di burro (o due cucchiaini di olio d'oliva), e il trito di sedano, carota e cipolla. Lasciare dolcemente appassire, poi unire la carne macinata a rosolare sfumando con il vino fino all'evaporazione. Inserire la passata, coprire e lasciare cuocere lentamente per circa due ore aggiungendo, nel caso, del brodo. Verso fine cottura, unire il latte e aggiustare di sale e di pepe. Intanto, impastare la farina, le uova e gli spinaci tritati. Stendere la sfoglia sottile e ritagliare larghi quadrati di impasto che vanno lessati in acqua bollente salata e messi ad asciugare sopra un canovaccio. Per la besciamella, sciogliere il burro in una casseruola a fiamma bassa, incorporare la farina setacciata e mescolare il tutto con la frusta fino a doratura. Aggiungere il latte, il sale e la noce moscata. Imburrare una teglia e disporre uno strato di quadrati d'impasto, condire con uno strato di sugo, uno di besciamella e appena un velo di formaggio grattugiato. Poi, ancora, pasta, sugo, besciamella proseguendo a strati fino all'esaurimento degli ingredienti. Coprire l'ultimo strato con besciamella e fiocchetti di burro e cuocere in forno a 160 per circa 30 minuti fino a doratura della superficie.

CAPPONE RIPIENO ARROSTO (PER 8 PERSONE)

Ingredienti: 1 cappone da circa 2 Kg; 100 gr di prosciutto, le rigaglie e il fegato del cappone; 2 uova, 1 porro, 50 gr di pinoli, 50 gr. di zibibbo, 100 g di mollica di pane, 2 bicchieri di latte o 1 litro di brodo, vino bianco, 50 gr di burro, sale e pepe a piacimento, maggiorana, rosmarino, timo, salvia e alloro.

Disossare il petto del cappone; mettere in una terrina un trito composto da prosciutto, le rigaglie e il fegato del cappone ben nettati e cotti con qualche cucchiata di brodo, le uova, il porro cotto con un poco di burro, una presina di sale, i pinoli, lo zibibbo, la mollica di pane, bagnata nel latte o nel brodo, e ben strizzata, maggiorana e sale e pepe a piacimento. Amalgamare il tutto e riempire il cappone con la farcia bene mescolata, cucirlo e legarlo ben stretto con uno spaghino. Porlo in una pirofila con burro ed erbe aromatiche (1 rametto di rosmarino e di timo, qualche foglia di salvia e una di alloro) e infornare per circa due ore a 180°, avendo cura di bagnarlo con brodo, per un effetto più delicato, o vino bianco, per un risultato più aromatico e leggermente acre, tutte le volte che il fondo di cottura si asciuga allo scopo di mantenere tenera la carne. Servirlo ben caldo, disposto su un letto di insalata e magari con qualche mela Annurca, la mela natalizia per eccellenza.





Le Selezioni

l'eccellenze del territorio Italiano



DATTERINI *di* SICILIA

I Datterini di Sicilia delle Selezioni Cirio sono coltivati su TERRE ANTICHE e lavorati con le più moderne tecniche. Un prodotto eccezionale, caratterizzato da una **STRAORDINARIA DOLCEZZA NATURALE** grazie alla provenienza territoriale e da una polposità e cremosità uniche: **100% SOLE DI SICILIA, 100% GUSTO E NATURA.**



Coltivati nelle zone più vocate



Elevata polposità e profumo di natura



Qualità certificata

100% Pomodoro Siciliano



Sua maestà il panettone

DOLCE DI NATALE PER ECCELLENZA DELLA TRADIZIONE MILANESE È RIUSCITO NEL TEMPO A TROVARE UNA DIMENSIONE NAZIONALE GRAZIE ALLE SUE VARIANTI CHE INCORPORANO I MIGLIORI INGREDIENTI DELLE NOSTRE REGIONI FINO A SUPERARE I CONFINI NAZIONALI E COINVOLGERE I MIGLIORI PASTICCIERI DEL MONDO.

di **Andrea Beghini**

Secondo l'ultima indagine *Nielsen-CsmBakery Solutions Il mercato del panettone in Italia* il settore pesa 26 mila tonnellate e vale 209 milioni di euro. Questo significa che sei famiglie italiane su dieci acquistano per le ricorrenze natalizie almeno un panettone o un pandoro. Tra le tante narrazioni che provano a ricostruirne le origini, una delle più diffuse e curiose vede come protagonista uno sguattero che lavorava nelle cucine alla corte di

Ludovico il Moro nella Milano del Quindicesimo secolo. Era la Vigilia di Natale e il cuoco ufficiale della famiglia Sforza inavvertitamente bruciò il dolce da servire al banchetto ducale. Fu Toni, un giovane aiutante che lavorava a corte, a risolvere la situazione cucinando un dolce con quello che riuscì a trovare in cucina, ovvero farina, uova, uvetta, canditi, zucchero e lievito. Quando fu servito a tavola, il dolce venne così apprezzato che la

“*Era la Vigilia di Natale e il cuoco ufficiale della famiglia Sforza inavvertitamente bruciò il dolce da servire al banchetto ducale.*”



famiglia Sforza decise di chiamarlo il “pan di Toni” e fu così che nacque il panettone.

Per trovare un'origine magari meno narrativa ma più storica, bisogna ricordare come fino al 1395 tutti i forni milanesi avessero il permesso di cuocere pane di frumento solo a Natale per omaggiare i loro clienti e per celebrare le feste con un prodotto più ricco di quello quotidiano a base di miglio e di altre farine.

Nel 1606 il termine “panettone” compare nel dizionario milanese-italiano mentre per la sua forma tipica occorre attendere gli anni Venti del Novecento quando Angelo Motta, prendendo ispirazione da un dolce pasquale della tradizione ortodossa, decise di aggiungere anche il burro e di avvolgerlo nella carta paglia. Nel corso degli ultimi anni, il panettone ha trovato, anche grazie a premi, concorsi come il Campionato Mondiale Miglior Panettone del mondo e al coinvolgimento dei migliori pasticceri italiani, una diffusione capillare su tutto il territorio del Paese andando a valorizzare la cultura gastronomia regionale.

Cosa succede, per esempio, se il dolce simbolo del Natale arriva in Piemonte? Che si arricchisce di un goloso cioccolato gianduia e delle celebri nocciole Igp regionali. In Valle d'Aosta prende, invece, i sapori di montagna con noci, farina di segale e miele di castagno mentre in Tirolo viene coperto anche con i semi di papavero che ricordano il tipico pane altoatesino. Fino a scendere lungo lo stivale incontrando, nel Lazio, anche una versione sapida composta da un impasto farcito con formaggio pecorino e pepe. In Abruzzo assume le fragranze della liquirizia e dello zafferano, in Campania viene inzuppato nel rum come il tradizionale babà, in Sicilia assume tutta l'opulenza di ingredienti come i pistacchi, il miele di acacia, le scorze di arance e limoni. Insomma, un dolce di origine milanese la cui tradizione ha ormai conquistato tutta l'Italia ma che a Milano conserva ancora una particolare usanza: a Natale bisogna ricordarsi di mettere da parte una fetta di panettone e conservarla fino al 3 febbraio, giorno di San Biagio, protettore della gola. Un rimedio tradizionale e un gesto propiziatorio per prevenire i malanni della stagione invernale.

Il panettone sotto l'ombrello

Un dolce tradizionalmente associato alla ricorrenza del Natale che solo di recente ha cominciato a essere proposto anche oltre la primavera per essere consumato tutto l'anno.

L'export di panettoni italiani e la vendita ai visitatori di passaggio nelle nostre città non conosce una vera e propria stagionalità. Già durante l'Expo di Milano, i turisti compravano panettone e lo sperimentavano nelle sue varianti estive, compresa quella con il gelato. Certo i panettoni estivi vengono preparati con canditi di pesca, albicocca, ananas, fragola, limone e altra frutta di stagione, magari da abbinare a un succo di frutta o a una bevanda fresca. Il panettone, insomma, da dolce di Natale si sta trasformando in un vero e proprio dessert da consumare a colazione come a merenda, oltre a sperimentare anche l'azzardo delle ricette salate per trasformarsi in un vero e proprio panettone gastronomico.



Il Campionato Mondiale per il Miglior Panettone 2021

Classico, Innovativo, Decorato e Gluten Free. La competizione, organizzata dalla Federazione internazionale pasticceria gelateria e cioccolateria (Fipgc) e giunta alla terza edizione.

L'edizione 2021 ha visto vincere nella categoria Classico il pasticciere romano Fabio Albanesi e in quella Decorato la trentenne perugina Flavia Garreffa. Luca Porretto ha ideato il panettone innovativo con un cuore rosso ispirato alla zuppa inglese vincendo il premio nella sezione Innovativo e Paolo Molinari per Sacromonte Srl ha conquistato il premio nella sezione Gluten Free. “Siamo felici dei risultati - commenta Roberto Lestani, presidente della Federazione internazionale pasticceria gelateria e cioccolateria - perché siamo sicuri che questa competizione possa essere per molti il punto di partenza o la conferma di un percorso, ma soprattutto sicuri di trasmettere nel mondo attraverso queste competizioni l'arte della pasticceria”.

Migliore Panettone del Mondo, categoria Innovativo





Da sessant'anni
ogni assaggio
è una storia
da raccontare.

www.sassellese.it



Storie di
Dolcezza



Il regalo di Natale

AFFETTO, AMICIZIA, AMORE: L'AUTENTICO VALORE DEL DONO STA NEL SUO SIGNIFICATO. BISOGNA ESSERE BRAVI A SCEGLIERE QUELLO GIUSTO.

di **Claudia Ceccarelli**

Possiamo anche riprometterci di non lasciarci catturare dalla girandola degli acquisti di Natale, ma alla fine il piacere di trovare qualcosa per le persone più care e vicine è quasi irrinunciabile. Del resto, fare un regalo è un modo per prendersi cura, per manifestare affetto, per sottolineare la relazione che unisce chi dona e chi riceve. Dopo il Natale dello scorso anno, che ha registrato un notevole calo di doni sotto l'albero - ma solo per gli adulti, perché giochi e libri ai bambini fortunatamente non sono mancati -, le feste del 2021 rappresentano l'occasione per recuperare, con il piacere di stare insieme, anche

la tradizione degli scambi di regali a tutte le età. La tendenza a rinunciare a fare doni, però, non sembra legata soltanto all'emergenza sanitaria.

Dati alla mano, uno studio di Confcommercio ha evidenziato come la riduzione dei regali natalizi sia un fenomeno progressivo che inizia nel 2009 per raggiungere il 30% in meno nel 2020. Un fenomeno da ricondurre alla minore disponibilità economica delle famiglie, ma anche un segno di contrazione della socialità, di ripiegamento individuale e di perdita di fiducia nel futuro.

Ora che abbiamo dovuto sperimentare davvero la solitudine forzata e, di converso, l'importanza vitale dei legami sociali, affettivi, d'amore e d'amicizia, anche il regalo può recuperare il suo valore simbolico originario di alleanza e di accompagnamento che rafforza reciprocamente. All'insegna però di una sobrietà ritrovata, che è quanto l'esperienza pandemica ci consegna sul piano della consapevolezza e della sensibilità.

Non è necessario infatti che un dono sia costoso, perché sia di valore, l'importante è che sia azzeccato. Ma come sceglierlo? In primo luogo, giocando d'anticipo e prendendosi tutto il tempo per pensarci, cercarlo e alla fine... trovarlo. Un buon metodo, oltre a tutto divertente, potrebbe essere quello di immaginare l'azione da associare al dono. Un regalo, un verbo. E se il verbo è quello giusto, lo sarà anche il regalo.

Il regalo da giocare. I bambini apprezzano soprattutto quello che chiedono. È sempre bene attenersi a ciò che scrivono nelle letterine a Babbo Natale, o hanno mostrato di desiderare, naturalmente in base al budget a disposizione. La novità può accompagnare il gioco richiesto, ma mai sostituirlo. Gli adulti, invece, amano di più l'effetto sorpresa.

Il regalo da leggere. I lettori più forti nel nostro Paese sono i bambini. I dati dell'AIE (Associazione Italiana Editori) rivelano che il 91% dei bambini italiani fino ai 9 anni legge libri, e l'88% di quelli tra i 10 e i 14 anni. Proporre un libro sotto l'albero di Natale favorisce dunque una passione quasi naturale. Per gli adulti, farsi guidare dagli autori preferiti, oppure dai generi, storico, giallo, documentario, fotografico...

Il regalo da indossare. La tradizione natalizia parla di maglioni. Che però possono essere una scelta impegnativa, per taglia e colore. Si può optare per sciarpe, guanti e cappelli (attenzione ai cappelli!). Va

bene anche il fai da te, ma solo se il knitting rappresenta davvero uno dei vostri passatempi preferiti. L'effetto sorpresa può in questo caso essere rischioso.

Il regalo da gustare. L'enogastronomia italiana offre una scelta ricchissima e di ottima qualità sia che si opti per prodotti salati oppure dolci, vini, spumanti, amari o liquori. Prodotti regionali e locali, soprattutto se legati alla memoria familiare o individuale, costituiscono un'attenzione molto ben accolta.

Il regalo da ascoltare. Dischi o cd, ma anche abbonamenti in streaming: ora per regalare musica ci sono moltissime possibilità e a Natale vengono attivate offerte vantaggiose. In costante crescita gli audiolibri, disponibili sempre nella forma di CD, ma anche di gift card.

Il regalo da guardare. Sono molti i film e gli spettacoli teatrali che ci siamo persi nell'anno e mezzo che abbiamo alle spalle. Un biglietto, o addirittura, un abbonamento per andare al cinema o a teatro possono essere i regali giusti per segnare il ritorno degli spettacoli a cui assistere insieme.

Il regalo da donare. Una donazione a vantaggio di una associazione no profit, attiva a livello locale o internazionale, a nome della persona cara, rappresenta un gesto di solidarietà che può essere molto gradito, soprattutto da parte di chi ama partecipare alla vita della comunità.

Il regalo da utilizzare. Il campo è vasto e dipende dalle attività che si vogliono favorire, che siano hobby o sport o gesti quotidiani. Attenzione a tutto quello che necessita di un montaggio fai da te, assolutamente problematico durante le feste natalizie.

Unica regola sempre valida: evitare il regalo da riciclare. In questo caso, infatti, non si tratterebbe di virtuosa sensibilità ecologica, o di buone pratiche di economia circolare, ma, più prosaicamente, di un regalo sbagliato in modo irrimediabile.



FACCIAMO TUTTO ALLA LUCE DEL SOLE



COLLABORAZIONE

Relazioni solide con i nostri agricoltori



IMPEGNO

Miglioramento continuo della qualità



CURA

*Selezione dei migliori pomodori
100% Italiani*



RISPETTO

*Raccolta 100% meccanica,
no lavoro manuale*



Molto più che pomodoro

Carapelli.
Dedicato agli artisti della buona tavola.



Oro Verde, Il Nobile, Bio e Rustico Non Filtrato: una gamma che celebra l'arte olearia di Carapelli e la grande qualità della produzione italiana, confermandosi leader nel segmento degli oli extra vergini 100% italiani.

Fonte: Nielsen, vendite valore Tot. Food, mercato olio extravergine 100% italiano - YTD 08/2021



carapelli.it Olio Carapelli oliocarapelli



Manarola (Sp), accensione del presepe. ©Christian Leone

Vacanze di Natale

DOPO MESI DI SILENZIO E SOLITUDINE FORZATA, CITTÀ, PAESI E PICCOLI BORGHI RIACCENDONO LE LUCI DELLE EMOZIONI, DEGLI EVENTI E DELLE TRADIZIONI.

STA TORNANDO FINALMENTE LA NORMALITÀ, E CON LEI LA VOGLIA DI VIAGGIARE ALLA SCOPERTA DELLE INCANTEVOLI ATMOSFERE CHE RENDONO L'ITALIA IL PAESE IL PIÙ BELLO DEL MONDO. ECCO I NOSTRI DIECI CONSIGLI

di **Giovanni Franchini**

Bressanone, mercatini storici e light show

Da sempre a Bressanone, la città più antica dell'Alto Adige, si respira un'atmosfera antica. Strade strettissime, i portici, lo shopping in stile asburgico, la piazza centrale dominata dal Duomo barocco con all'interno candelabri di vetro di Murano e il grande affresco del "Cavallelenfante" di Paul Troger. Negli ultimi anni Bressanone si è caratterizzata come un felice connubio tra tradizione e innovazione nel turismo d'élite a cui regalare eventi sempre più emozionanti e coinvolgenti. E così tra i tradizionali mercatini di Natale (che quest'anno festeggiano il trentennale) considerati i migliori in tutta Italia, da qualche anno la città ha sposato l'innovazione dei light show e delle proiezioni in video mapping nel cortile interno e sulle facciate del palazzo vescovile Hofburg, avvalendosi degli artisti francesi Spectaculaire, autentici maestri della luce.

Info www.brixen.org

“ *Il Forte di Bard, in valle d'Aosta è una roccaforte costruita dai Savoia nella prima metà del XIX secolo che grazie ad un complesso intervento di recupero e restauro ha smesso di respingere invasori ed è diventata un attrattore turistico e polo culturale* ”



Forte di Bard, anche gli Avengers spesso vengono qui

Un'imponente struttura militare, la classica fortezza inespugnabile, che solo a guardarla incute timore e spegne ogni velleità di conquista di ogni invasore, di qualsiasi epoca o tempo. Una location ideale per una serie medievale stile Trono di Spade, ma anche per una delle avventure ultra moderne degli Avengers, che qui hanno girato varie scene di Age of Ultron, film Marvel del 2014. Il Forte di Bard, in valle d'Aosta è una roccaforte costruita dai Savoia nella prima metà del XIX secolo che grazie ad un complesso intervento di recupero e restauro ha smesso di respingere invasori ed è diventata un attrattore turistico e polo culturale, sede di musei, esposizioni, eventi. Visitarla a Natale significa immergersi nella cultura della montagna: una visita al Museo delle Alpi per scoprire il rapporto tra montagna e esseri umani, aggirarsi nelle sue anguste prigioni per percepire la durezza della detenzione, salire e scendere con i tre ascensori panoramici per visitare una delle tante mostre temporanee che il Forte organizza (questo Natale c'è Antonio Ligabue e il suo mondo, fino al 9 gennaio) o gli eventi (per il ponte dell'Immacolata c'è Formaggi d'Italia). E quando abbiamo finito di vedere tutto, scendiamo verso il sottostante borgo medievale, per non perdere nemmeno una goccia di antico splendore e odierna bellezza.

Info: fortedibard.it



Sopra Forte di Bard
A sinistra Bressanone, Light Musical Show (c) Santifaller Photography

Grazzano Visconti, un borgo moderno in stile antico

Tra tutti i borghi medievali di cui l'Italia è ricca, ce n'è uno che sembra di epoca medievale ma non lo è. L'incantevole borgo di Grazzano Visconti, nell'alto piacentino che guarda verso la Pianura Padana, è stato costruito ai primi del Novecento grazie al talento visionario del Duca Giuseppe Visconti di Modrone, imprenditore e gentiluomo di corte della Regina Elena di Savoia, alla quale pare insegnasse a tenere conversazioni erudite in italiano colto. La famiglia aveva già il Castello di Grazzano, ma il Duca decise di realizzare un borgo tutto intorno, seguendo i dettami dell'architettura revivalistica, in auge in quel periodo. Vengono così realizzate abitazioni (destinate ai lavoratori del castello e agli studenti della scuola d'arte di Grazzano), un albergo, il corso e la piazza principale, un museo, il tutto circondato e adornato di affreschi, sculture, torri, merlate, fontane e balconcini. Il risultato è un luogo senza tempo che attira visitatori in ogni stagione dell'anno (700 mila persone nel 2019) e naturalmente a Natale, quando le vie del borgo sono vestite a festa e animate da eventi e bancarelle con luminarie e musica natalizia in filodiffusione e la tradizionale Casa di Babbo Natale. Imperdibile la visita guidata al castello di Grazzano per conoscere anche l'immane storia del fantasma che vi si aggira, Aloisa, la cui statua troneggia proprio nel centro del Borgo.

L'albero (su terra) più grande del mondo

Ogni anno nei mesi di ottobre e novembre, sulle pendici del Monte Ingino che domina Gubbio, si nota un insolito movimento fatto di gente che scende e sale sugli aspri pendii trasportando strani oggetti. Qui li chiamano "gli alberaioli" e sono famosi non solo a Gubbio, ma anche nel Guinness dei primati come gli artefici dell'Albero di Natale più grande del mondo, realizzato sulla parete del monte, visibile a decine di chilometri di distanza. Realizzato con corpi illuminati di vario tipo e colore, vengono disposti

“
Imperdibile la visita guidata al castello di Grazzano per conoscere anche l'immane storia del fantasma che vi si aggira, Aloisa, la cui statua troneggia proprio nel centro del Borgo.
 ”



Grazzano Visconti, Photo credits © Leonardo Arrisi



Gubbio, Albero di Natale Guinness dei primati



sulle pendici del monte a forma di albero di Natale, alle spalle della splendida città medioevale, per un effetto cromatico unico e spettacolare. Con una base di 450 metri, per oltre 750 metri di altezza (quasi come trenta campi di calcio), l'albero arriva fino alla cima dove è visibile la grande stella alla basilica del Patrono, Sant'Ubaldo. Nelle passate edizioni nomi illustri hanno presenziato alla cerimonia di accensione: papa Francesco nel 2014, il presidente della Repubblica Giorgio Napolitano nel 2012 e papa Benedetto XVI nel 2011.

L'albero (su acqua) più grande del mondo

"L'incantevole città di Castiglione del Lago in Umbria con la sua manifestazione Luci sul Trasimeno e con l'Albero di Natale più grande del mondo proiettato su uno specchio d'acqua, è uno spettacolo che lascia senza fiato". Parole della rivista americana Forbes che due anni fa descrisse Luci sul Trasimeno, iniziativa che vede Castiglione e tutta l'area del lago Trasimeno in primo piano nelle destinazioni natalizie, grazie ad un afflusso di turisti e viaggiatori da record di presenze nel territorio con più di 70 mila biglietti venduti e oltre 200mila visitatori. Da quest'anno oltre a spettacoli di intrattenimento all'interno della Rocca Medievale, un mercatino natalizio in piazza Dante Alighieri, il Presepe Monumentale al Poggio, una nuova pista di pattinaggio su ghiaccio, la Casa di Babbo Natale, c'è anche un'attenzione particolare al clima e

all'economia circolare: l'energia usata per accendere l'albero proviene da fonti rinnovabili e anche quest'anno sarà lanciata la campagna "Adotta una Luce", iniziativa collegata a progetti di sostenibilità ambientale.

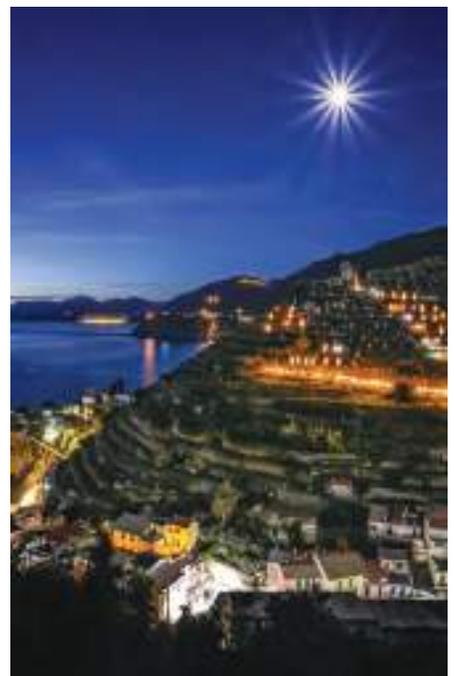
Le mille luci del presepe di Manarola

Nei mesi di novembre e dicembre, sui camminamenti di Manarola che danno sulla Collina delle Tre Croci, c'è sempre una folla che all'ora del tramonto, si ferma e guarda con un senso di attesa verso la collina. Appena il sole scompare all'orizzonte, ecco il motivo di tanta attesa. La collina si illumina di mille punti luce: si vendono strade, animali, i Re Magi, la Natività, la Stella Cometa, e tanti altri simboli natalizi a formare un quadro di grande effetto e suggestione.

È il presepe di Manarola, il più grande d'Italia e forse del mondo. Ogni anno in migliaia arrivano alle Cinque Terre per ammirarlo. Costruito da una sola persona, il ferroviere 94enne Mario Andrioli, (assistito e coadiuvato da un manipolo di fedelissimi volontari tra elettricisti, trasportatori, e carpentieri) il Presepe ha quasi cinquant'anni di storia (prima edizione nel 1976) ed è entrato nel Guinness dei Primati. Realizzato con almeno quindicimila tra piccole luci e faretto, il Presepe viene acceso ogni anno l'otto dicembre per terminare, quest'anno il 30 gennaio 2022 per la gioia di turisti, appassionati, pellegrini e bambini.



Luci sul Trasimeno, © Roberto Pagnotta



Manarola, © Enzo Romano

“

È il presepe di Manarola, il più grande d'Italia e forse del mondo. Ogni anno in migliaia arrivano alle Cinque Terre per ammirarlo. Costruito da una sola persona, il ferroviere 94enne Mario Andrioli ”

Quei marinai sfarzosi di Cesenatico

Gli abiti sono realizzati in tela e i voluminosi drappaggi (modellati su un'intricata rete di metallo) sono ottenuti grazie ad uno strato di cera pennellata a caldo. I colori sono quelli con cui venivano tinte le vele e la cera è quella che serviva per ammorbidire il sartame. Le figure sono pensate come elementi di una rappresentazione, da vedere dalle sponde del Porto Canale Leonardesco come dalla platea di un teatro. Le luci danno vita alle figure e scandiscono il racconto.

Ed è proprio in quel momento, al calare della sera che il Presepe della Marineria di Cesenatico si accende come se si aprisse un sipario.

Nel periodo di Natale le barche della Sezione Galleggiante del Museo della Marineria, nello splendido scenario del Porto Canale Leonardesco, diventano il palcoscenico ideale di un presepe unico nel suo genere. Il Museo della Marineria di Cesenatico, unico museo galleggiante esistente in Italia, ha sede nel tratto più antico e caratteristico del porto canale di Cesenatico ed è la sintesi di tanti secoli di storia marinara fatta di piccole e grandi vicende legate alle barche, alla pesca e ai traffici marittimi. Vederlo è un'esperienza



Presepe della Marineria, Cesenatico



Civita di Bagnoregio, © Anton.Mach



Civita di Bagnoregio, © Anton.Mach

unica. E passeggiare nelle vie del porto tra le tante vetrine illuminate e i bar e ristoranti che proiettano le loro luci sull'acqua, è un Natale memorabile.

Le Candele di Candelara

La leggenda racconta che per individuare il borgo su cui fondare il paese, furono necessarie tre candele accese in tre punti diversi della collina. Quella che non si sarebbe spenta per il vento, avrebbe indicato il punto giusto per fondare il borgo. Leggenda a parte, Candelara, frazione di Pesaro, dove montagne e colline degradano verso il

“ *L'idea di illuminare i trulli arriva nel 2015 in coincidenza con l'Anno internazionale della Luce e delle tecnologie basate sulla luce, proclamato dall'Onu.* ”



Sopra Candelara, © Silvano Spadoni



Natale ad Alberobello

Mar Adriatico, ha sempre avuto a che fare con le candele a cominciare dallo stemma del comune che le raffigura e per il suo classico evento annuale, Candele a Candelara, durante il quale nei mesi di novembre e dicembre, il borgo spegne tutte le sue luci artificiali e viene illuminato solo dalla luce di migliaia di candele, creando un'atmosfera magica e senza tempo.

Info: Candelara.it

Civita di Bagnoregio, la Betlemme italiana

Un piccolo suk di stoffe, una via di frutta e spezie, un insediamento beduino. E poco più avanti, lungo l'antica Via dei Mestieri, tre nobili, vestiti nei loro abiti lussuosi si avvicinano ad una grotta. Siamo a Civita di Bagnoregio ma sembra di stare a Betlemme. Costumi realizzati con cura e fedeltà storica, ambienti ricostruiti fedelmente, colori e profumi che si diffondono da ogni angolo, costituiscono la particolare e originale atmosfera che si crea per questo evento ormai famoso in tutto il mondo. Oltre cento persone, ogni anno lavorano all'organizzazione del presepe vivente di Civita, uno spettacolo di ricostruzione storica in quella "realtà aumentata" che è il bellissimo borgo indicato come "la città che muore" ma che in realtà, fortunatamente, si sta trasformando nella "città incantata".

I trulli sono un patrimonio da illuminare

I trulli di Alberobello sono già uno spettacolo. Illuminarli con fasci di luce e proiezioni di immagini in video mapping abbinate con suoni e musiche ha un che di geniale. E visitatori e turisti ringraziano. L'idea di illuminare i trulli arriva nel 2015 in coincidenza con l'Anno internazionale della Luce e delle tecnologie basate sulla luce, proclamato dall'Onu. All'iniziativa aderiscono le principali istituzioni internazionali, tra cui l'Unesco che annovera i trulli di Alberobello nella lista dei Patrimoni dell'Umanità già dal 1996. La prima edizione, nel 2015, parla di "Notte Stellata" e l'effetto dei trulli irrorati di luce natalizia dona al paese un'atmosfera di magia e stupore. Impossibile non ripeterlo e non solo a Natale. Così al Light Festival natalizio viene affiancata la versione estiva Summer light Festival, ogni anno con un tema diverso che attira migliaia di visitatori e porta nuova linfa anche finanziaria nelle casse del comune. L'edizione di quest'anno, che coincide con i venticinque anni dell'inserimento di Alberobello nella lista Unesco, durerà più di un mese.

Info: alberobellolightfestival.com/

**FATTO CON
TRADIZIONE
MIGLIO
E QUINOA**



**CLASSICO DEL MASTRO PANETTIERE
SCHÄR, CON IL MEGLIO DI NOI**



**RITORNA LA NOSTRA INIZIATIVA
A SOSTEGNO DELLE SCUOLE**



DAL 22 SETTEMBRE AL 12 DICEMBRE 2021

**RICEVI UN QR CODE
OGNI 15 EURO* DI SPESA E ALTRI IN AGGIUNTA
CON L'ACQUISTO DEI PRODOTTI SPONSOR**

**SCARICA L'APP "NOI AMIAMO LA SCUOLA" E INQUADRA IL QR CODE
HAI TEMPO FINO AL 28 FEBBRAIO 2022 PER ASSEGNARE I CODICI ALLA TUA SCUOLA
E DONARE ATTREZZATURE E MATERIALE DIDATTICO.**

WWW.NOIAMIAMOLASCUOLA.IT

GRUPPO
VeGé

in collaborazione con





Grana Padano DOP

GLI ABBINAMENTI MIGLIORI PER ESALTARNE IL GUSTO
CON VINI, BIRRE E MIELI IN BASE ALLE DIVERSE
STAGIONATURE DEL FORMAGGIO.

di Matteo Mochi

Il Grana Padano DOP è il formaggio a denominazione d'origine protetta più diffuso nel mondo. Ogni forma viene stagionata, secondo il disciplinare di produzione, da un minimo di nove fino a ben oltre i venti mesi e in ogni fase di questa evoluzione il formaggio acquisisce differenti aromi e gusti: i profumi di latte e panna delle forme di nove mesi si evolvono col passare del tempo in quelli di burro e fieno. Gusti e aromi che cambiano con il passare dei mesi è una caratteristica tra le più

apprezzate nel Grana Padano DOP e che lo hanno reso il formaggio a denominazione d'origine protetta più consumato nel mondo con 5.255.451 forme prodotte e 2.112.870 esportate nel 2020.

Questo patrimonio di aromi rende il Grana Padano DOP una vera e propria mappa del gusto da esaltare dall'aperitivo al pranzo o alla cena in tutta la sua versatilità con i migliori abbinamenti: vini, birre e un prodotto tra i più naturali come il miele.

Ma quali sono gli abbinamenti più adatti? Può la scelta essere casuale oppure saper distinguere tra i vari aromi fa nascere una piacevolezza spesso sorprendente?

Il Consorzio di Tutela ha voluto compiere uno studio approfondito sulla creazione degli abbinamenti, per rispondere ad una domanda sempre più diffusa tra i consumatori. Ha selezionato Grana Padano DOP di quattro stagionature - 12, 18, 20 ed oltre 20 mesi - ed ha organizzato degli incontri di studio con esperti delle associazioni più prestigiose dei vari settori: l'ONAF, l'Organizzazione Nazionale Assaggiatori Formaggi, l' AIS, l'Associazione Italiana Sommelier, per il vino, Unionbirrai per i piccoli birrifici indipendenti italiani e per le loro produzioni artigianali e l'AMI Ambasciatori dei Mieli.

Hanno creato e messo a confronto decine di combinazioni per scegliere gli abbinamenti migliori, partendo dalle caratteristiche delle varie stagionature di Grana Padano DOP. I profumi di latte e panna delle forme di nove mesi si evolvono col passare dei mesi in quelli di burro e fieno, si accentua la salinità sino al gusto più deciso nelle lunghe stagionature. *"Siamo pienamente soddisfatti del lavoro commissionato dal Consorzio - commenta Beppe Casolo, vicepresidente di ONAF - Si è trattato sicuramente di un progetto complesso, ma estremamente stimolante perché ha consentito ai partecipanti - provenienti da diversi settori ed esperienze professionali - di confrontarsi e scambiarsi opinioni in modo sinergico al fine di individuare gli abbinamenti più adatti e innovativi".*

Il ventaglio più esteso di proposte riguarda i vini, abbinamento da anni al centro di confronti e studi, perché mette insieme due settori essenziali del Made in Italy enogastronomico. Le valutazioni dei sommelier dell'associazione hanno indicato una sessantina di vini diversi, dal Lambrusco Grasparossa al Brunello di Montalcino, provenienti da tutte le aree tipiche d'Italia e delle isole. *"L'arte di unire cibo e vino è un pilastro dell' AIS fin dalla sua fondazione, tanto da averne fatto un punto di distinzione all'interno della propria attività formativa - spiega il presidente dell'associazione, Antonello Maietta -. Naturale, dunque, accogliere con entusiasmo la proposta del Consorzio. Poter intrecciare due grandi simboli dell'agroalimentare italiano, per valorizzarne le peculiarità, è stata l'occasione propizia per invitare i consumatori a scoprire le meravigliose sorprese dell'abbinamento".*

Partner di grande piacevolezza è anche la birra, secondo una tradizione consolidata in Germania e Regno Unito,



tra i principali importatori del Grana Padano DOP. E una trentina di birre italiane sono state le protagoniste dello studio, per una scelta precisa di qualità controllata e di promozione del territorio. *"Grazie al progetto di Grana Padano le eccellenze d'Italia si incontrano e si abbinano - ribadisce infatti Vittorio Ferraris, direttore generale di Unionbirrai -. Un'iniziativa importante che ha messo insieme professionalità diverse, dando al pubblico dei consumatori un'ottima risorsa per sperimentare gli abbinamenti".*

Lo studio ha poi approfondito e qualificato il "connubio perfetto" tra miele e Grana Padano DOP, uniti da una storia antica, una tradizione e un territorio che li caratterizza. Ad un formaggio fresco si unisce un miele morbido che non copra, né addolcisca troppo il gusto, mentre ad un prodotto più stagionato si abbinava un miele più robusto, che ne contrasti il gusto forte e aromatizzi il risultato. Per AMI l'iniziativa del Consorzio Grana Padano è stata un'occasione importante per far conoscere alcuni degli oltre 50 mieli italiani che, nella loro grande varietà di aromi, potranno sicuramente stimolare e soddisfare i palati di tutti gli estimatori.

Per saperne di più basta collegarsi al sito <https://www.granapadano.it>

La rivincita del rossetto

DEMOCRATICO, IRRINUNCIABILE,
QUOTIDIANO E SPECIALE,
SIMBOLO DI FEMMINILITÀ
E DI EMANCIPAZIONE,
RITORNA A COLORARE
I NOSTRI SORRISI.

di **Luciana Fratta**



Rosso assoluto, burgundy, aranciato, rosa o neutro, opaco o lucido, il rossetto è l'amico ritrovato di queste feste. Il cosmetico più democratico, perché sta bene a tutte, ma anche perché, ad un certo punto, la sua storia si è intrecciata con quella della battaglia per il voto femminile in America.

Dopo aver attraversato i secoli, tra alti e bassi per la sua valenza seduttiva, il rossetto, nella forma del pratico lipstick inventato nel 1910 dalla casa cosmetica americana Roger & Gallet, divenne infatti il dono che Elizabeth Arden offriva alle suffragette che sfilavano nella Quinta Avenue. Simbolo di femminilità, ma anche di consapevolezza e di emancipazione: il rossetto si indossa quando si esce di casa per prendere parte alla vita sociale.

E da allora il rossetto è diventato un accessorio indispensabile e irrinunciabile per tutti i giorni, così come per le occasioni speciali.

Dopo un 2020 da dimenticare, con il 35% in meno delle vendite complessive di rossetti e gloss, ecco che le feste del 2021 possono segnare l'allegro ritorno del colore sulle labbra. Caratteristiche richieste: *texture* ricca e nutriente, facile da applicare e una tenuta ultra resistente, a prova di mascherina. Una nuova sfida per le case cosmetiche che stanno rispondendo con moltissime novità.

Se la scelta del rossetto è molto soggettiva, perché a volte corrisponde soprattutto ad uno stato d'animo, valgono sempre delle semplici regole. In linea generale, è bene tenere conto del colore dei capelli, degli occhi e della carnagione, sapendo anche che le tonalità scure tendono a rimpicciolire le labbra, mentre i colori più chiari e luminosi donano volume. In un ideale equilibrio del *make up*, a labbra dal colore deciso corrispondono occhi dal trucco più leggero, mentre se si opta per un trucco *smokey eyes* allora il rossetto si farà più chiaro nei toni del *nude*, magari con un effetto *glossy*.

E per delle labbra morbide e a prova di bacio niente di meglio di uno scrub 100% naturale fatto con 1 cucchiaino di zucchero di canna da mescolare con 1 cucchiaino di miele per un risultato esfoliante e nutriente; oppure con 1 cucchiaino di olio di mandorle per un effetto lenitivo e idratante; o ancora con 1 cucchiaino di yogurt, se in presenza di qualche screpolatura. Applicare sulle labbra con leggeri movimenti rotatori, lasciare agire per 5 minuti, quindi sciacquare con acqua tiepida. E il gioco è fatto! Ora basta seguire il consiglio di Marilyn Monroe: scegliere sempre un uomo che rovini il rossetto, ma non il mascara.



RISPETTA IL TUO BENESSERE E LA TUA BELLEZZA

Gli ingredienti naturali per il tuo equilibrio

Ingredienti naturali e ricchi di proprietà diventano preziosi alleati in grado di donarci un benessere autentico e profondo. Scopri tutti i prodotti Equilibra dedicati all'armonia del tuo organismo ed entra in una nuova dimensione di benessere.

equilibra[®]

RISPETTA LA TUA NATURA



Abbiamo grandi progetti per loro

L'OSPEDALE DI MEDICI SENZA FRONTIERE, NEL DISTRETTO DI KENEMA IN SIERRA LEONE, È UN PRESIDIO DI CURA E SICUREZZA PER BAMBINI GRAVEMENTE MALNUTRITI. AIUTARE L'OSPEDALE SIGNIFICA AIUTARE LORO.

di **Giancarlo Sammartino**

Ogni anno **13,6 milioni di bambini** rischiano di morire perché gravemente malnutriti (dati Nazioni Unite, 2020). Uno dei paesi con il maggior tasso di mortalità materno-infantile è la **Sierra Leone**. Ed è proprio qui, nel distretto di **Kenema**, che **Medici Senza Frontiere** ha deciso di costruire un ospedale per garantire l'accesso a cure gratuite e di qualità alla popolazione locale. *"A primo impatto non ci si accorge di quanto sia grande l'ospedale che MSF ha costruito - dice **Jerwin Capuras**,*

infermiere - Basti pensare che una volta ultimato, occuperà lo spazio di 10 campi da calcio. La struttura è complessa: si parte dalla zona del triage, il punto di arrivo dei pazienti, dove vengono smistati in base all'urgenza. In un solo anno abbiamo ammesso oltre 1.000 bambini nel nostro Centro nutrizionale terapeutico e abbiamo stabilizzato l'80% dei bambini ricoverati affetti da malnutrizione acuta, abbassando il tasso di mortalità".

La costruzione dell'ospedale è cominciata nel 2018. A

marzo 2019 l'ospedale ha aperto le porte ai primi pazienti e il primo reparto a essere operativo è stata la pediatria, dando priorità alla cura dei bambini da 0 a 5 anni. *Nel 2022 l'ospedale raggiungerà una superficie di 4.470 metri quadrati, disporrà di 160 posti letto e sarà dotato di tutte le attrezzature necessarie a far fronte sia alle patologie pediatriche e materno-infantili, sia all'eventuale diffondersi di epidemie di malattie infettive come l'Ebola o la febbre di Lassa.* Nonostante le difficoltà di questo periodo storico l'ospedale sta continuando a lavorare sulle proprie attività di base senza trascurare le nuove disposizioni di sicurezza e protezione, in collaborazione con la task force governativa della Sierra Leone per fronteggiare il *Covid-19* nel paese. Le conseguenze indirette della pandemia e i suoi effetti potenzialmente devastanti sulla salute dei bambini hanno aggravato situazioni sanitarie drammatiche, in contesti nei quali i bambini già morivano per mancanza di cure salvavita contro la malnutrizione e altre patologie, come morbillo e tubercolosi. Per questo, la struttura svolge anche le attività di promozione della salute e per la diffusione di buone prassi per contenere il virus, così da creare un cordone sanitario virtuoso.

La *lotta alla malnutrizione* è dal 1971 una delle attività principali di Medici Senza Frontiere, che nasce dall'esperienza di un gruppo di medici inviati dalla Croce Rossa in Nigeria, durante la guerra del Biafra. Sconvolti dalle condizioni terribili in cui si trovavano migliaia di bambini affetti da malnutrizione patologica e senza mezzi per affrontare una simile emergenza,

al loro rientro decisero di fondare un'organizzazione dedicata alle emergenze: Medici Senza Frontiere. *MSF ogni anno ricovera oltre 64.000 bambini severamente malnutriti (dato Nazioni Unite 2020) nei centri nutrizionali terapeutici, ma grazie all'aiuto di tutti potrebbe fare ancora di più.*

Oggi MSF fornisce soccorso medico-umanitario in oltre 80 paesi a popolazioni la cui sopravvivenza è minacciata da violenze o catastrofi dovute principalmente a guerre, epidemie, malnutrizione, esclusione dall'assistenza sanitaria o catastrofi naturali.



AIUTA MEDICI SENZA FRONTIERE

Da 50 anni Medici Senza Frontiere porta cure e assistenza ovunque ce ne sia bisogno in oltre 80 Paesi nel mondo solo grazie al dono più prezioso: quello dei nostri sostenitori. Dona ora per diventare anche tu parte della nostra squadra. Solo insieme siamo Medici Senza Frontiere!

Con 50 euro garantisci un trattamento completo ad un bambino gravemente malnutrito. Con 20 euro acquisti 69 bustine di cibo terapeutico pronto all'uso.

Per donare:

Medici Senza Frontiere Onlus

Bonifico Bancario: Banca Popolare Etica

IBAN IT 60 F 05018 03200 000010102325

Bonifico Postale: IBAN IT36X0760103200000087486007

Bollettino Postale: CC n° 87486007 intestato a Medici Senza Frontiere Onlus
Via Magenta 5, 00185 Roma

Carta di credito:

www.msf.it/dona-online

Numero Verde 800996655



OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA

Il nostro segreto è nelle olive.



Una famiglia che lavora fianco a fianco e che da sempre tramanda gli aromi e i sapori della nostra tradizione creando, da decenni, un prodotto di altissima qualità che rispecchia la serietà e la professionalità dell'azienda.

www.oliodesantis.it



Bentornati Carciofi

NUTRIENTI, GUSTOSI, DEPURATIVI E DIGESTIVI, SONO PROTAGONISTI DI TANTISSIME RICETTE SANE E SAPORITE DELLA NOSTRA TRADIZIONE MEDITERRANEA.

di **Antonia Pietragrua**

Ortaggio tipico della stagione fredda – con l'arrivo del caldo infatti si fa più cotonoso all'interno e meno saporito –, il carciofo è stato introdotto in Europa dagli Arabi e ha avuto larga fortuna soprattutto nel nostro Paese. Tanto che Alexandre Dumas nel suo *Dizionario di cucina* osservava che "un tempo questa pianta cresceva solo in Italia", ma per fortuna i "nostri giardinieri l'hanno fatta acclimatare anche in Francia". Ed è proprio un famoso gastronomo francese, Grimod de La Reyniere, ad impegnarsi nel più entusiastico elogio del carciofo: "rende grandi servizi alla cucina: non si può quasi mai farne a meno, quando manca è una vera disgrazia. Dobbiamo aggiungere che è un cibo molto sano, nutriente, stomatico e leggermente afrodisiaco".

Esistono diverse varietà di carciofi, differenti per il colore e la presenza o meno di spine: i verdi della Liguria e di Palermo, così come i violetti di Chioggia, Veneto, Sardegna e Toscana si trovano in autunno e in inverno e sono spinosi; il carciofo romanesco, chiamato Mammola, e quello di Catania sono primaverili e senza spine. Il carciofo romanesco del Lazio, quello brindisino e quello di Paestum hanno ottenuto la certificazione IGP, mentre a quello spinoso di Sardegna è stata assegnata la Denominazione di Origine Protetta (DOP).

Le virtù del carciofo sono moltissime, sia per il sapore inconfondibile sia per le sue proprietà nutrizionali. Questo ortaggio contiene infatti buone quantità di vitamine

C, K e B, e di oligominerali, come potassio, magnesio, rame e ferro. Cosa che gli consente di svolgere un'azione antiossidante di contrasto ai radicali liberi e di promuovere il buon funzionamento del metabolismo, del sistema cardiovascolare, del cervello e dei tessuti ossei. Ricco di fibre e acqua, è poco calorico e salutare per il nostro intestino. Ma è soprattutto la presenza della cynarina, un polifenolo che si trova nelle sue foglie, a conferire al carciofo quelle proprietà digestive e depurative che già conoscevano gli antichi Egizi e i Greci. La cynarina infatti protegge e disintossica il fegato, e aiuta a controllare e prevenire il colesterolo cattivo. Tutte proprietà benefiche che lo rendono un vero e proprio toccasana anche per la bellezza e la salute della pelle. E se si decide di lessare i carciofi, è bene non buttare la loro acqua di cottura, che è ottima da bere per depurare l'organismo.

Due le raccomandazioni che valgono sempre: la prima è di scegliere carciofi freschi e integri, con le foglie esterne ben chiuse e il gambo compatto e senza macchie. La seconda è di pulirli tenendo a disposizione una bacinella con acqua e limone, in cui immergerli per evitare di farli scurire, e per proteggere anche le mani, che si possono preventivamente strofinare con una fetta di limone.

A proposito di mani, il gesto che facciamo quando uniamo la punta delle dita verso l'alto, per chiedere un po' spazientiti "che cosa vuoi" o "che cosa dici", si chiama proprio "gesto del carciofo". Dal 2020 è anche un nuovo emoticon, grazie all'iniziativa di un giovane *startupper* campano.



CARCIOFI FRITTI IN PASTELLA



Una ricetta facile e saporita, gradita per grandi e piccini e adatta sia per il cenone del 24 dicembre che per il pranzo di Natale. Con un consiglio per la non facile scelta del vino. Se pure i manuali di degustazione indicano come impossibile l'abbinamento vino-carciofi, consigliando di bere soltanto acqua, occorre sapere che i tannini presenti nella cynarina entrano in conflitto soprattutto con i tannini dei vini rossi. Con i carciofi crudi non c'è vino che tenga, ma con i carciofi cotti un buon vino bianco secco, leggermente aromatico e fruttato, dotato di un'elevata acidità risulterà la scelta più adeguata.

Ingredienti: 6 carciofi, 1 limone, 40 gr di farina, 40 gr parmigiano reggiano, 2 uova, olio per friggere (va bene di semi, ma anche extravergine di oliva), sale e pepe q.b

Pulire i carciofi e immergerli in acqua e limone, dividerli in due e quindi le metà in 4 parti. Preparare la pastella unendo in una ciotola le due uova sguosciate, la farina, il parmigiano, un pizzico di sale e di pepe. In alternativa, è possibile tenere a parte la farina su un piatto piano nel quale passare gli spicchi di carciofi prima di immergerli completamente nelle uova sbattute soltanto con parmigiano, sale e pepe. Scaldare l'olio nella padella, e friggere i carciofi per circa 2 minuti. Una volta dorati da entrambe le parti, poneteli su un piatto da portata, aggiustate di sale e servite.



NOVITÀ

SPICE UP
your Drink

IL GIN TONIC
COME NON L'HAI MAI
Speziato



Dall'esperienza de La Drogheria 1880 nascono i Mix per Gin Tonic: Speziato e Aromatico. Due miscele di spezie da mettere in infusione nel gin, già selezionate e mixate nelle giuste dosi.

PER UN GIN TONIC IN 4 MOSSE:

1.
IN UN BICCHIERE VERSA IL CONTENUTO
DI UNA BUSTINA E IL GIN NECESSARIO PER
4-6 COCKTAILS

2.
LASCIA IN INFUSIONE LE SPEZIE
NEL GIN PER ALMENO 5 MINUTI,
POI FILTRALO

3.
VERSA IL GIN AROMATIZZATO NEI
BICCHIERI E AGGIUNGI GHIACCIO,
ACQUA TONICA E UNA FETTA DI LIMONE

4.
MESCOLA E GUSTA
IL TUO GIN TONIC!

Seguici su: @ladrogheria1880



www.drogheria.com



Il tempo dell'olio

DIGERIBILE E FRUTTATO, L'OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA È IL CONDIMENTO PER ECCELLENZA DELLA NOSTRA DIETA MEDITERRANEA. CONSUMARLO FA BENE ALLA SALUTE, MA ANCHE ALL'AMBIENTE.

di **Antonia Pietragrua**

L'Italia può vantare il più ricco patrimonio di varietà di olive al mondo, con ben 538 cultivar coltivate, che costituiscono circa il 40% di tutte quelle conosciute a livello globale. E l'olivo è l'albero che più di ogni altro descrive la nostra identità culturale e il nostro paesaggio mediterraneo: "Pure colline chiudevano d'intorno marina e case; ulivi le vestivano qua e là disseminati come greggi..." scrive Eugenio Montale, raccontando la Liguria. Si stima che in Italia siano presenti più di 170 milioni di ulivi, e che la nostra produzione oggi arrivi a coprire all'incirca il 15% del fabbisogno mondiale di olio di oliva, di cui siamo anche i primi consumatori al mondo.

Ma tra i tutti i pregi attribuiti all'olivo, forse la sua qualità meno conosciuta è probabilmente una delle

più importanti in questi tempi di grave crisi climatica. Recenti studi scientifici stanno infatti dimostrando che l'ulivo è un albero che effettivamente migliora il suolo e funge da scudo contro la desertificazione e l'erosione del terreno. Il COI (*Consiglio Oleico Internazionale*) è stato in grado di presentare all'ONU un rapporto in cui si afferma che la produzione di olio d'oliva nel suo insieme restituisce all'ecosistema più di quanto non prenda. "L'effetto di deposito di carbonio (o sequestro di carbonio) dagli alberi di ulivo nella biomassa e nel suolo è molto più alto delle emissioni di gas serra derivanti dalla produzione di un'unità (un litro di olio di oliva)", segnala il rapporto. Consumare olio d'oliva fa bene alla salute, soprattutto se è extravergine. Ma anche produrlo fa bene, soprattutto all'ambiente.

Inoltre, se fino a qualche tempo fa, molti tipi di cultivar non erano più stati impiantati perché caratterizzati da una resa produttiva inferiore o da drupe più difficili da raccogliere, negli ultimi anni stiamo assistendo alla riscoperta delle cosiddette varietà minori e nel recupero di quelle antiche e dimenticate. Molte di queste cultivar, infatti, sembrano fornire soluzioni sostenibili per la loro maggiore capacità di resistere agli stress ambientali, come le temperature e le condizioni metereologiche estreme che si registrano sempre più frequentemente, insieme ad aggressioni sempre più violente di patogeni e parassiti. La biodiversità naturale può così diventare una delle armi migliori della nostra olivicoltura contro la crisi climatica, a tutto vantaggio anche della qualità del prodotto finale.

Protagonista indiscusso della Dieta Mediterranea, l'olio extravergine di oliva è considerato il condimento più digeribile, sano e ricco sul piano nutrizionale, tanto da essere indicato per tutte le età, perché utile per promuovere il processo di accrescimento così come per contrastare quello di invecchiamento. Grazie alla presenza di acidi grassi insaturi, contribuisce a regolare i livelli del "colesterolo cattivo", favorendo così il buon funzionamento dell'apparato cardio circolatorio. Protegge l'apparato gastro-intestinale, l'integrità dei tessuti e delle membrane cellulari e può aiutare a prevenire fenomeni di alterazione delle funzioni cognitive legati all'età. L'olio extravergine di oliva, inoltre, come fonte naturale di vitamina A e di vitamina E, dalla significativa azione antiossidante, è un prezioso alleato per la salute e la bellezza della pelle.

Consumarlo quotidianamente, soprattutto a crudo e prestando attenzione alla quantità, che non deve superare i due cucchiai al giorno (più o meno 10 grammi) per l'elevato contenuto calorico, rappresenta non solo un'ottima abitudine alimentare, ma anche una gratificante esperienza del gusto, che richiama la nostra tradizione agroalimentare più radicata.



OLIO EVO: 100% BIOLOGICO

L'olio extravergine di oliva della linea Ohi Vita è ottenuto da olive 100% italiane provenienti da agricoltura biologica, ed è certificato con il logo Euro-leaf, che garantisce i prodotti biologici dell'Unione Europea circa l'origine, le modalità di produzione e la qualità del prodotto finale. Coltivare olive secondo il rigoroso disciplinare del biologico vuol dire utilizzare metodi di produzione agro-alimentare che rispettano le fasi e cicli naturali, promuovono la biodiversità, preservano la fertilità del terreno e tutelano l'ambiente, riducendo il complessivo impatto della produzione.

L'olio biologico Ohi Vita, dall'aroma gentile e rotondo e dal gusto fruttato, è dunque totalmente privo di pesticidi, concimi chimici e diserbanti, e dispiega tutte le sue qualità nutrizionali. Il consiglio è di apprezzarne la qualità, utilizzandolo a crudo sulle pietanze più diverse, sapendo però che è adatto anche alla cottura, perché può raggiungere temperature elevate senza dar luogo alla formazione di sostanze nocive.

Per saperne di più www.ohivita.it





OHI VITA | Semi di Chia

**BUONA, SOSTENIBILE, EQUILIBRATA.
I PRODOTTI DELLA LINEA OHI VITA SONO
PENSATI PER CHI PREFERISCE ALIMENTI
NEL SEGNO DEL BENESSERE E DEL RISPETTO
DELL'AMBIENTE, SENZA RINUNCIARE
ALLA QUALITÀ E AL GIUSTO PREZZO.**



Ecco perché i nostri semi di chia bio fanno bene

Aggiungere gusto e sperimentare nuovi accostamenti: usare i semi oleosi nelle nostre ricette stimola la creatività e rende i nostri piatti più ricchi e appetitosi. Molto versatili in cucina, i semi possono essere infatti impiegati per arricchire muesli, insalate, l'impasto di torte salate e dolci, pane e grissini, ma anche macedonie, frullati e zuppe. Piccole riserve di nutrienti e di energia, sono dei veri e propri superfood, alimenti dall'elevata densità nutrizionale, per le proteine vegetali, sali minerali, vitamine e carboidrati che contengono, tanto da essere considerati degli integratori naturali, preziosi in tutte le situazioni di affaticamento e nella stagione fredda. I semi di chia, in particolare, sono ricchi di acidi grassi essenziali Omega3 e Omega6, utili per loro azione protettiva del cuore e del cervello, per avere effetti benefici sull'umore e per tenere sotto controllo il colesterolo cattivo. Sono anche un'ottima fonte di calcio e di magnesio, che rende il calcio più facilmente assimilabile. Perciò costituiscono un alimento indicato per chi è a rischio di osteoporosi, per chi non assume il latte e per la salute di ossa e denti in generale. Ricchi di fibre, promuovono anche il buon funzionamento dell'intestino.

I semi di chia della linea Ohi Vita provengono da coltivazioni biologiche certificate, che non prevedono trattamenti con fitofarmaci e non contengono OGM.



COMPOSTA DI FRAGOLE BIO OHI VITA

Cremosa, profumata e aromatica, la fragola biologica in composta è un vero e proprio concentrato di benessere e con il suo gusto dolce e intenso mette d'accordo tutti, adulti e bambini. La fragola è infatti un frutto ricco di proprietà benefiche per la significativa presenza di vitamina C e di antiossidanti, utili a rafforzare le difese naturali dell'organismo e a contrastare l'invecchiamento. La composta di fragole Ohi Vita è una bontà tutta biologica, certificata con il logo Euro-leaf.

LE PATATE BIO OHI VITA

Definite un alimento amico dello stomaco, le patate vantano una elevata digeribilità e virtù depurative e disinfiammanti dell'apparato digerente. Ricche di carboidrati complessi, fibre e proteine vegetali, vitamine e oligoelementi come fosforo,



magnesio, calcio e zinco, sono un ingrediente fondamentale della nostra Dieta Mediterranea e di moltissime ricette della tradizione natalizia. Le patate Ohi Vita uniscono gusto, qualità e tracciabilità perché provengono da coltivazioni biologiche certificate e sono 100% italiane.

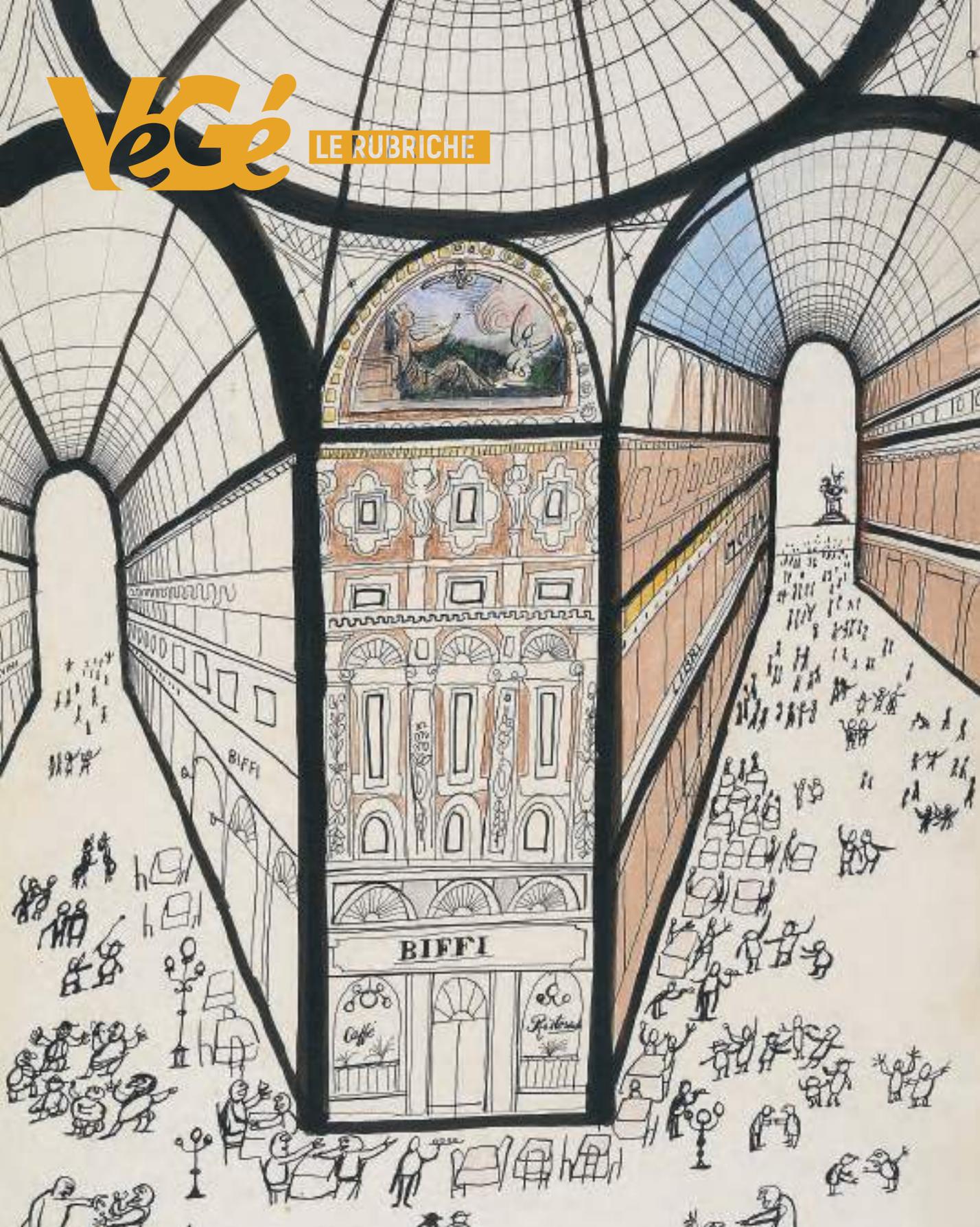
LE LENTICCHIE VERDI OHI VITA

Ricche di ferro, fosforo, potassio, vitamine del gruppo B, carboidrati e proteine vegetali, le lenticchie verdi sono un alimento dall'elevato potere nutritivo, indicato per dare energia. Ottimo ingrediente per ricette facili e gustose, si consiglia di consumarle in abbinamento con i cereali, per aumentare il complessivo valore proteico della pietanza. Ohi Vita propone lenticchie verdi, sia secche che già lessate e pronte all'uso, tutte rigorosamente biologiche.



VéGé

LE RUBRICHE



Eco Chef **MASSIMO BOTTURA** | La cucina e i suoi oggetti **LA TEGLIA** | L'Italia in un piatto **LA LASAGNA**
Per non sprecare **COLLETTA ALIMENTARE** | Il tempo di un caffè **COLIANDRO** | Il tempo dei bambini
GUARDARE È UN GIOCO | Il tempo dell'arte **SAUL STEINBERG** | #IoSonoVéGé **LUIGI ODELLO**

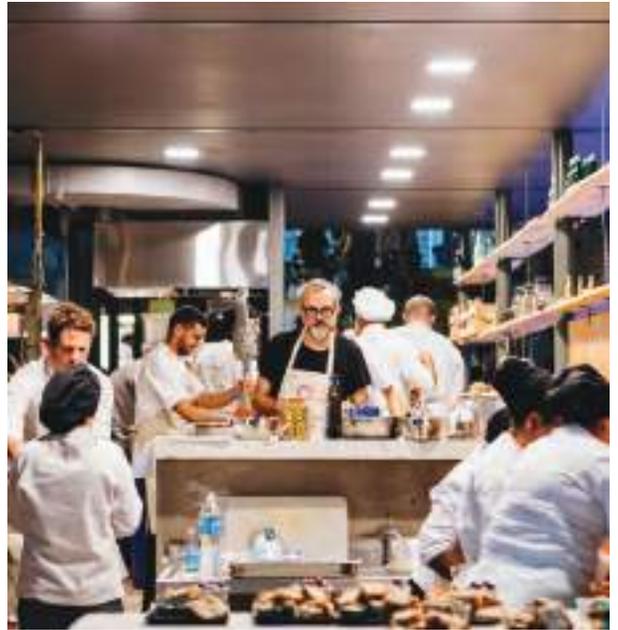
ECO CHEF | Massimo Bottura *di Andrea Beghini*

Food for Soul: il cibo come cambiamento sociale

IL PROGETTO DELLO CHEF MASSIMO BOTTURA E DELLA MOGLIE LARA GILMORE INIZIA NEL 2015 CON IL REFETTORIO AMBROSIANO DI MILANO PER DIFFONDERE OVUNQUE NEL MONDO IL VALORE DELL'INCLUSIONE ATTRAVERSO IL RISPARMIO DELLE ECCEDENZE ALIMENTARI.

Secondo i dati delle Nazioni Unite, ogni anno oltre 1,3 miliardi di tonnellate di cibo finiscono nell'immondizia mentre 800 milioni di persone soffrono la fame. Tra i rifiuti finiscono il 20% della carne e il 35% del pesce acquistati, il 50% delle verdure e 280 milioni di tonnellate all'anno di cereali tra pasta, riso e pane. Per invertire questa tendenza, bisogna cambiare le proprie abitudini perché è nelle nostre case che viene sprecato oltre il 60% del cibo totale non consumato.

Food for Soul è un progetto culturale fondato dallo chef del rinomato ristorante tre stelle Michelin Osteria Francescana Massimo Bottura e da Lara Gilmore "per dare luce e voce al potenziale inespresso di persone, luoghi e cibo". Come spiega Bottura. "Sfruttare al meglio gli ingredienti in ogni fase della loro vita. Ecco cos'è la vera bellezza: creare valore a partire da ciò che sembra non averne affatto". Il progetto mira a costruire un sistema alimentare più sostenibile e inclusivo aumentando l'accesso al cibo, riducendo l'insicurezza alimentare e aumentando la consapevolezza sull'impatto sociale e ambientale degli sprechi. Il tutto attraverso la "creazione di spazi comunitari dove gli ospiti possono riscoprire il



potenziale del cibo e sentirsi parte di una comunità; Food for Soul punta a stimolare il progresso sociale, garantire solidarietà alimentare e rafforzare la resilienza. Finora, grazie alle collaborazioni con i nostri partner operativi, abbiamo avviato con successo Refettori e Social Tables in tutto il mondo".

E pensare che tutto inizia nel 2015, dall'esperienza del Refettorio Ambrosiano di Milano. Gli ultimi aperti sono il refettorio di Mérida, in Messico e quello di Lima, in Perù. A fine 2020 sono arrivati anche quelli di Harlem, a New York City e San Francisco. Il sogno? "Che ci sia un refettorio in ogni luogo in cui le comunità ne abbiano bisogno".

Cooking is an act of love è un progetto che insegna a utilizzare gli avanzi delle feste di Natale in modo intelligente e goloso, a partire dalla pappa al pomodoro con pane raffermo e croste di Parmigiano fino al soufflé di panettone ricavato proprio a partire dai dolci avanzati.

I NUMERI DI FOOD FOR SOUL

"Cerchiamo di dare valore agli ingredienti imperfetti considerati in eccesso dal nostro sistema alimentare locale e regionale, sottolineando il valore della dieta mediterranea e incentivando pratiche in grado di ridurre l'impatto ambientale e migliorare la sostenibilità a lungo termine".

+500 tonnellate di Cibo recuperato
 +785 mila pasti preparati
 +850 mila ospiti
 +1 milione di forniture alimentari
 +100 mila Chef, apprendisti e volontari



Scotti
Venere

* HA SCELTO
**RISO SCOTTI
IN ESCLUSIVA
PER CONQUISTARE
GLI ITALIANI**



RISO VENERE l'unico e originale riso nero italiano, dal sapore intenso e aromatico, ideale per arricchire e rendere speciale tutte le tue creazioni. Una vera icona della nostra tradizione, coltivata con passione solo in Sardegna e in Pianura Padana.

COTTI AL VAPORE tutta la fragranza e il buon gusto del riso e pronti in soli 2 minuti. Crea e gusta facilmente tante ricette o poké diversi.

COUS COUS colorato, gustoso e arricchito con barbabietola e ceci. Perfetto per preparare tante ricette esotiche e mediterranee diverse.

CROCK E GUSTA uno snack unico per fragranza, croccantezza e leggerezza, che renderà unici pause e aperitivi.

RISETTE la nuova frontiera dei sostituti del pane. Assapora l'unicità del riso Venere unita al gusto del mais.



VENERE L'ORIGINALE ITALIANO



INQUADRAMI

* Venere Riso Scotti: in commercio dal 1° Agosto 2021 e in esclusiva dal 1° Gennaio 2022.

LA CUCINA E I SUOI OGGETTI | di Giancarlo Sammartino

Che cucina sarebbe senza una teglia?



CHI L'HA INVENTATA NON SI SA, FORSE I GRECI, FORSE I TROIANI. QUEL CHE È CERTO È CHE I ROMANI LA PERFEZIONARONO E LA PORTARONO IN ROMAGNA, DOVE LA "TEGGHIA" DIVENTÒ QUELL'UTENSILE CHE NOI TUTTI UTILIZZIAMO PER CUCINARE PIETANZE ELABORATE E DENSE DI SAPORI.

Non esiste cucina senza una teglia. Dal latino tegula (da tegere, ovvero coprire) è l'utensile che tutti noi usiamo per cuocere in forno e in alcuni casi anche direttamente sul fuoco. Ne esistono di vari materiali: in metallo: acciaio inox, ferro, alluminio possono essere antiaderenti con rivestimento in teflon o stagnate in rame.

La storia della teglia, antichissima, si intreccia fatalmente con quella di un alimento altrettanto antico: la piada, che proviene dalla Romagna. Nel borgo di Montetiffi, nella provincia di Forlì-Cesena, un laboratorio-museo custodisce l'arte antica dei tegliai romagnoli e le loro teglie in terracotta con i caratteristici "testi" dal bordo rialzato nel pieno rispetto del tradizionale mestiere del tegliaio. Ma le sue origini sono ancora più antiche: in Romagna la portarono i legionari romani che avevano imparato - racconta Virgilio - dagli esuli troiani approdati con Enea sulle rive del Tevere, a impastare la farina, ridurla in sottili sfoglie e cuocerle su tegole posizionate su tre mattoni arroventati da un fuoco prodotto da stoppie e rami secchi. Ed è proprio da quelle tegole che deriva il nome "teggia" o "teglia" detta anche "testo" dal latino "testum", coccio o frammento di terracotta.

Uno dei primi documenti che descrivono l'attività dei tegliai di Montetiffi risale al 1527. Un decreto emanato da Sigismondo Malatesta signore di Rimini e Fano, uno dei più audaci condottieri militari in Italia, proibiva l'importazione di vasi di terracotta fabbricati in altri luoghi, fatta eccezione dei "vaxi de terra d'ogni sorte vel qualità che fossino facti ed conducti da Montetiffi..."

Fino a oltre la metà del XX secolo parecchie erano ancora le famiglie di tegliai in attività, ma agli inizi degli anni '90 gli ultimi due fabbricatori di teglie chiusero l'attività. Ma fortunatamente l'arte e la tecnica sono sopravvissute e oggi grazie alle teglie possiamo cucinare dalle focacce alle crostate, dalle lasagne alle torte. Che cucina sarebbe senza una teglia?

E POI BISOGNA PULIRLE

Le teglie hanno origine antiche, vivono nelle nostre moderne cucine, quando escono dal forno ci regalano autentiche meraviglie del gusto. Hanno un solo difetto, bisogna pulirle. VéGé offre la soluzione giusta per sgrassarle facilmente con la forza profumata dell'aceto e del limone.



ESPRESSO

PELLINI

Scopri l'eccellenza dell'espresso Pellini nelle nuove Capsule Compostabili Autoprotette



Capsule compatibili con macchine Nespresso®*.



Compostabili: realizzate in materiale vegetale. Si smaltiscono nel umido. Certificate da OK Compost.



Autoprotette: barrierate e capaci di conservare tutta la fragranza e il gusto del caffè.



www.pellinicaffe.com

*Il marchio non è di proprietà di Pellini Caffè SpA né di aziende ad essa collegate.

L'ITALIA IN UN PIATTO | di **Andrea Beghini****In principio fu la Bolognese**

Non si sa molto dell'origine di questo piatto nella tradizione emiliano-romagnola, ma le lasagne alla bolognese sono un'istituzione: il piatto prelibato della domenica e del Natale.

I Romani chiamavano "laganum" le sfoglie quadrate di farina di grano, cotte al forno o sul fuoco e condite con le carni. Il formaggio entra nella ricetta codificata in un ricettario della Corte Angioina di Napoli del Quattordicesimo secolo mentre il pomodoro deve attendere, sempre a Napoli, la fine dell'Ottocento per essere chiamato in causa. La lasagna a strati, così come ancora oggi la mangiamo alternando i quadrati di pasta con il formaggio e la carne, si deve, invece, sempre nell'Ottocento, all'emiliano-romagnolo Francesco Zambrini.

Di lasagna in lasagna

È LA REGINA DELLA TAVOLA. BOLOGNESE PER TRADIZIONE MA IN GRADO DI INTERCETTARE I GUSTI DI TUTTI GLI ITALIANI. ECCO ALCUNE SUE VARIANTI "GEOGRAFICHE". TUTTE DA GUSTARE.

Lasagne di gran magro alla piemontese: preparate principalmente per la vigilia di Natale o in Quaresima, non prevedono l'aggiunta di carne ma sono a base di burro, olio e acciughe, una vera particolarità della cucina regionale.

Lasagna mantovana: con zucca, amaretti e mostarda di mele, è uno di quei piatti che identificano al primo morso la convinzione di essere a una festa importante.

Lasagne o pasticcio veneto: un classico che non manca mai sulle tavole a Natale e che, oltre alla versione col ragù di carne, prevede anche la variante con il radicchio rosso di Treviso tardivo.

Lasagne alla ligure: strati di sfoglia conditi con il pesto, le patate, i fagiolini, i pinoli e la morbida besciamella per un piatto che fa subito festa.

Lasagne bastarde della Lunigiana: il nome deriva dal fatto che l'impasto unisce farina di grano a farina di castagne. La preparazione può anche essere consumata con semplice olio e del Parmigiano.

Lasagne marchigiane o vincisgrassi: ricetta regionale tipica che prevede l'uso di un ragù con carne tagliata

grossolanamente e una besciamella compatta che conferiscono al piatto una particolare consistenza.

Lasagne all'abruzzese: una tra le versioni più diffuse in Abruzzo è quella conosciuta come timballo e prevede la pasta sfoglia all'uovo alternata con strati di ragù di manzo, piselli, spinaci, prosciutto cotto e mozzarella. Niente besciamella ma sì al Parmigiano.

Lasagne napoletane: piatto particolarmente ricco con l'aggiunta di uova sode, carne di maiale, salsicce, polpettine fritte e i tozzabancone, ovvero i fondi di salame e prosciutto, oltre al fior di latte o alla provola e a tanta passata di pomodoro.

Sagne n'cannulate pugliesi: pasta fresca con solo acqua e farina la cui forma, ottenuta con un bastoncino di ferro elicoidale, ricorda i trucioli di legno. Ottima con ogni tipo di condimento, una delle più apprezzati varianti regionali prevede l'uso delle cozze.

Lasagne sarde: una versione molto originale comprende l'uso del pane carasau al posto degli strati di pasta, da alternare al ragù e al pecorino sardo.

Loacker



**NUOVA
RICETTA
PIÙ CHE BUONA**



loacker.com

La bontà è una scelta.

100%
nocciole
italiane

CON
cacao dal nostro
programma di
sostenibilità

100%
pregiate bacche di
vaniglia Bourbon

CON
latte
alpino

Che bontà!

PER NON SPRECARE | di **Matteo Mochi**

Tutto pronto per la Giornata Nazionale della Colletta Alimentare

OGNI ANNO, IL 15% DELLA NOSTRA PRODUZIONE ALIMENTARE VIENE SPRECATO. DAL 1989 IL BANCO ALIMENTARE RECUPERA LE ECCEDENZE PER RIDURRE LO SPRECO, SOSTENERE LE PERSONE IN DIFFICOLTÀ E AIUTARE L'AMBIENTE.

Secondo il Rapporto Italia 2021 Eurispes, il 71% dei lavoratori autonomi afferma di non riuscire ad arrivare a fine mese, il 58,7% dei commercianti e il 57,6% degli operai. Una situazione sicuramente resa complessa dal difficile periodo economico che stiamo vivendo accompagnato dalla pandemia, una situazione che ogni giorno viene affrontata, assieme a tante altre forme di povertà e disagio, dalle iniziative messe in campo dal Banco Alimentare.

Si tratta di un programma che arriva in Italia nel 1989 sull'esempio della Fundación Banco de Alimentos di Barcellona e che negli anni si è sviluppato capillarmente sul territorio nazionale fino alla crescita di una rete che ad oggi è costituita da 21 organizzazioni Banco Alimentare e dalla Fondazione Banco Alimentare Onlus che ne guida e coordina l'attività. Nel corso del 2020 Banco Alimentare ha registrato una crescita di richieste di aiuto superiore del 40% rispetto all'anno precedente e gli assistiti sono passati da 1,5 milioni a circa 2,1. Sempre nel 2020 ha distribuito oltre 100mila tonnellate di alimenti attraverso oltre 7.500 strutture caritative convenzionate e oltre 1800 volontari stabili. Per il 2021 siamo già a oltre 80mila tonnellate. Ma come funziona? Una parte degli alimenti arriva dal recupero delle eccedenze dell'industria alimentare: DGO, ristorazione, ortofrutta. Poi, ci sono il 5X1000, la donazione di derrate alimentari destinate agli indigenti dal Fondo di aiuti europei FEAD e, infine, la Giornata Nazionale della Colletta Alimentare, durante la quale ogni anno nei supermercati italiani vengono raccolti i pacchi donati direttamente sul punto vendita. Per il 2021 la giornata è fissata al 27 novembre.



LA SOSTENIBILITÀ DEL BANCO ALIMENTARE



Sociale: alimenti ancora buoni vengono salvati e non diventano rifiuti, ritrovando una seconda vita presso gli enti caritativi che li ricevono gratuitamente per i loro assistiti.

Economico: Donando le eccedenze, le aziende restituiscono loro un valore economico contenendo i costi di stoccaggio e di smaltimento e offrendo un contributo in alimenti a chi è in difficoltà.

Ambientale: Il recupero degli alimenti porta a un abbattimento delle emissioni di CO2 nell'atmosfera e al riciclo delle confezioni.

Educativo: Banco Alimentare pone al centro del suo agire la persona -concreta, unica, irripetibile - per "Condividere i bisogni per condividere il senso della vita".

L'eccellenza di sempre
IN UNA NUOVA FORMA



BEVI RESPONSABILMENTE

NARDINI.IT

17 (B) 79
NARDINI
DISTILLERIA A VAPORE

BASSANO DEL GRAPPA - ITALIA

IL TEMPO DI UN CAFFÈ | Coliandro

di Claudia Ceccarelli



SI È APPENA CONCLUSA L'OTTAVA SERIE DELL'ISPETTORE COLIANDRO, IL PERSONAGGIO NATO DALLA PENNA DI CARLO LUCARELLI E INTERPRETATO DA GIAMPAOLO MORELLI, PER LA REGIA DEI MANETTI BROS. IL CAFFÈ LO PRENDE SEMPRE NEI PRESSI DELLA MOBILE, ALLA RICERCA DEGLI INDIZI CHE I COLLEGHI NON GLI VOGLIONO DIRE.

L'anti-eroe che risolve tutti i casi. Un po' per caso

Ispettore Coliandro, lei ha girato quasi tutti i reparti della polizia di Bologna, soprattutto gli uffici.

Alla Mobile ci sono stato una settimana sola, l'anno scorso, poi ho fatto un casino.... C'erano due che spacciavano di fronte alla scuola, così io sono saltato addosso a quello che mi sembrava il più brutto e siccome cercava di reagire l'ho anche crocchiato un po'. Poi salta fuori che era un carabiniere infiltrato e che ho mandato al diavolo un'indagine di sei mesi e così il questore che mi odia, perché lo so che mi odia, mi ha buttato fuori dalla Mobile e mi ha messo ai Passaporti.

In questo momento è responsabile dello spaccio di polizia.

Sono un poliziotto, minchia, ho anni di servizio sulle spalle e con tutto quello che succede in giro, sparatorie per le strade, rapinatori che ammazzano... dovrei stare alla Mobile, sulle volanti del Controllo del territorio, alla Narcotici, cristo, e invece passo tutto il giorno tra inventari e bolle di accompagnamento.

Appena può va in giro con la sua macchina, anche di notte, quando soffre di insonnia.

Se c'è una cosa che mi fa impazzire è quando qualcuno mi tocca la macchina. Piuttosto presterei la moglie, se l'avessi, o quella santa donna di mia madre, ma la macchina, mai!

È molto coraggioso, ma tutte le volte che vede il sangue sembra in difficoltà.

Non è che vedere il sangue mi faccia impressione, no... sono un poliziotto con anni di servizio, ci mancherebbe... ma è che probabilmente, in mensa, ho mangiato qualcosa che mi ha fatto male e ho bisogno di un po' d'aria.

Alla fine però risolve anche i casi più complicati.

Non mi piacciono le cose intricate, da tavolino... non sono quel tipo di poliziotto. A me piacciono le cose chiare, le piste da seguire, la gente da cercare.... Io sono per l'azione, bum, eccoli lì, addosso, e via in galera.... Però la soddisfazione di capirci qualcosa, quando mi sparano...

E adesso che fa?

Vado a prendere un caffè, al bar che sta davanti alla Questura, ma prima giro l'angolo e faccio un salto nei locali della Mobile, giusto per dare un'occhiata.

Sempre a indagare su qualche caso.

Io sono qui che faccio il mio lavoro e sono un poliziotto, se non l'hai ancora capito. E c'è di più, bambina: sono cattivo, incazzato e stanco. L'ultima frase è di Clint Eastwood, quando fa il sergente istruttore in Gunny, bestiale. È tutta la vita che sogno di dirla anch'io.

IL TEMPO DEI BAMBINI | di Luciana Fratta



Tana Hoban - Fonds Les Trois Ourses - Centre national des arts plastiques - © Cnap

Dimmi cosa vedi. Quando guardare è un gioco

A 15 ANNI DALLA SUA SCOMPARSA, MUTTY RENDE OMAGGIO ALL'ARTISTA STATUNITENSE TANA HOBAN E ALLE SUE FOTOGRAFIE PER I BAMBINI

“Vedere” non è la stessa cosa di “guardare”, specialmente quando si parla della realtà che abitualmente ci circonda. Ma anche il quotidiano può essere fonte di meraviglia e di bellezza se solo impariamo a guardarlo, magari pensando di usare il nostro occhio come se fosse una macchina fotografica con cui individuare ciò che è più interessante.

“Attraverso la mia fotografia ed attraverso uno sguardo aperto provo a dire: Guarda! Ci sono delle forme qui e dappertutto, ci sono cose da contare, colori da vedere e sempre delle sorprese”, raccontava l'artista statunitense Tana Hoban. Dopo essersi affermata come fotografa di bambini e pubblicitaria, a partire dagli anni Settanta decise di produrre libri fotografici destinati ai bambini. Ne pubblicherà più di cinquanta, prima negli Stati Uniti e poi in Francia, diventando una vera e propria pioniera di un genere del tutto innovativo, quello

dei *picture book*, libri che raccontano storie a partire dalle illustrazioni fatte di grafiche e fotografie insieme. Oggi, nella civiltà delle immagini onnipresenti, si tratta di un genere che sta riscuotendo un interesse sempre crescente, soprattutto sotto il profilo dell'educazione dello sguardo e della capacità di osservazione dei bambini.

A Castiglione delle Stiviere, negli scenografici spazi di Mutty, “Guardare è un gioco” è la ricca mostra monografica dedicata alla attività di Tana Hoban, a 15 anni dalla sua scomparsa. Il progetto espositivo, a cura di Giulia Giazzoli e Élisabeth Lortic, in collaborazione con CNAP / *Centre national des arts plastiques* di Parigi, comprende una selezione di opere fotografiche e l'intera sua produzione di libri, provenienti dall'archivio della casa editrice *Les Trois Ourses* e ora conservati presso CNAP.

Così, più di trenta fotografie, qui allestite ad altezza bambino e

accostate per affinità di forme e colori, danno vita ad un percorso dinamico e di grande impatto, che si sviluppa accanto all'esposizione dei *picture book dell'artista*, insieme ai giochi e agli oggetti ritratti nel libro *Of colours and things* (1989), e ai cortometraggi realizzati tra il 1980 e il 1987.

Parte integrante dell'evento espositivo, visitabile fino al 22 gennaio 2022, è un vasto programma di attività laboratoriali dedicate a bambini e a insegnanti, educatori, genitori e professionisti del campo delle arti e dell'educazione. Ogni giovedì, inoltre, dalle 16.00 alle 17.00, si terranno visite guidate-gioco per bambini e adulti condotte dallo staff di Mutty ad ingresso libero con prenotazione (tranne giovedì 30 dicembre e giovedì 6 gennaio 2022).

Mutty, Castiglione delle Stiviere, “Guardare è un gioco”, fino al 22 gennaio 2022.

Per info: www.mutty.it

IL TEMPO DELL' ARTE | di **Luciana Fratta**

Saul Steinberg. Il disegnatore che si legge

UNA MOSTRA MONOGRAFICA ALLA TRIENNALE RACCONTA IL LEGAME CON LA CITTÀ DI MILANO DI UNO DEI PIÙ GRANDI ARTISTI GRAFICI DEL NOVECENTO



SOUVENIRS / CARTOLINE DA ALTRI LUOGHI Saul Steinberg, Riverhead, Long Island, 1985. The Saul Steinberg Foundation, New York © The Saul Steinberg Foundation/Artists Rights Society (ARS) New York



DIVAGANDO / GIOCHI DI PAROLE Saul Steinberg, Now!, 1960-1965. The Saul Steinberg Foundation, New York. © The Saul Steinberg Foundation/Artists. Rights Society (ARS) New York



CAMOUFLAGES / IL NASO Saul Steinberg, Manifesto per Festival di Spoleto, 1969. Collezione privata, Ph. Michele Sereni, Pesaro. © The Saul Steinberg Foundation/Artists Rights Society (ARS) New York

È un legame profondo quello del celebre disegnatore e vignettista rumeno di origine ebraica **Saul Steinberg** con Milano, città dove si trasferì nel 1933, giovane studente di architettura al Politecnico, e da cui dovette fuggire nel '42, dopo la drammatica esperienza del carcere e del campo di concentramento, per stabilirsi definitivamente a New York. Un legame che la Triennale ha deciso di celebrare con la grande mostra monografica dal titolo *Saul Steinberg, Milano New York*, curata da Italo Lupi, Marco Belpoliti e Francesca Pellicciari con la collaborazione di Electa, che sarà visitabile fino al 13 marzo, accompagnata anche da un libro-catalogo e da una "guida sentimentale" alla Milano di Steinberg.

Circa 350 prestiti da istituzioni come il Jewish Museum e la Hedda Sterne Foundation di New York, il Museum of Fine Arts di Boston, ma anche da raccolte private, vanno a comporre la vicenda artistica di Steinberg, di cui la Biblioteca Nazionale Braidense possiede ora un significativo corpus di opere, recentemente ricevute dalla Saul Steinberg Foundation ed esposte in questa occasione in anteprima. Una particolare attenzione è dedicata all'importanza decisiva che la città meneghina e l'Italia in generale hanno avuto nella sua formazione

artistica, a partire dall'esordio sulle riviste satiriche milanesi il *Bertoldo* di Guareschi e *Il Settebello* di Zavattini.

"Io sono uno scrittore", diceva di sé Steinberg. "Disegno perché l'essenza di un buono scritto è la precisione, e il disegno è un modo preciso di esprimersi." E, in effetti, non c'era argomento che non riuscisse a raccontare semplicemente con l'utilizzo della china e della linea e il suo stile umoristico e definito al tempo stesso.

Grazie all'allestimento disegnato da Italo Lupi, Mara Servetto e Ico Migliore, si possono dunque ammirare i lavori a matita, a penna, a pastello, le teche con libri e foto, le copertine per il *New Yorker*, le maschere fatte sulle buste del pane, le stoffe, i collage e i dischi su cui amava dipingere, ma anche le due cartoline natalizie disegnate per Gio Ponti. E per la prima volta vengono esposti in Europa i quattro 'leporcelli', fogli lunghi una ventina di metri ideati da Steinberg per il *Labirinto dei ragazzi*, realizzato dallo studio di Architettura BBPR nel 1954 all'interno del Parco Sempione a Milano, in concomitanza con la decima Triennale.

<https://triennale.org/eventi/saul-steinberg>

I feel good

IL PIACERE DEL BENESSERE

ENERGIA A RILASCIO
PROLUNGATO E 0% DI GRASSI

CON PIÙ DI 100 MILIARDI DI
FERMENTI LATTICI VIVI PER BOTTIGLIA

FORTE DI FIBRE
E VITAMINE

RICCO IN PROTEINE
E SENZA ZUCCHERI AGGIUNTI

NASCE MÜLLER I FEEL GOOD,
LA NUOVA LINEA MÜLLER
CHE COMBINA GUSTO E BENESSERE!

Scopri tutti i prodotti della gamma:

Yogurt Magro con isomaltulosio ad Energia a Rilascio Prolungato,
Kefir con 100 miliardi di Fermenti Lattici vivi per bottiglia,
Yogurt Intero fonte di Fibre e Vitamine, Yogurt 0% grassi
in doppia vaschetta ricco in Proteine e Senza Zuccheri aggiunti.
Ciascun prodotto è disponibile in tre varianti di gusto.


I feel
good

MÜLLER I FEEL GOOD.
FATE L'AMORE CON IL SAPORE,
PERCHÉ FA BENE

#IoSonoVéGé | Luigi Odello testo di Luigi Odello

“Sentire” il cibo per migliorare la qualità della vita

L'analisi sensoriale probabilmente è nata con l'Homo sapiens, vale a dire con la capacità stessa dell'uomo di esprimere il suo livello di soddisfazione nei confronti di qualsiasi elemento che interagisca con lui e di descriverne la produzione di senso. Questo in senso lato, ma l'analisi sensoriale come viene oggi correttamente intesa ha contenuti sperimentali e statistici tali da rendere i test affidabili (capaci di descrivere una realtà in termini oggettivi per un gruppo di persone) e attendibili (capaci di condurre a risultati analoghi quando ripetuti).

Per questo abbiamo creato un Centro Studi Assaggiatori, per la volontà di undici persone di approfondire i temi della valutazione sensoriale. È stato un parto della passione, che dopo 31 anni è diventata la più grande unità italiana del settore: sviluppa metodi, esegue test con il proprio panel e con panel di consumatori, forma sistemi di analisi sensoriale nelle aziende, promuove la formazione di nuove organizzazioni di assaggiatori e le assiste, edita la rivista L'Assaggio e numerose monografie sull'argomento.

L'analisi sensoriale è una scienza del futuro. Oggi i nostri modelli di analisi sensoriale riscuotono interesse dal Brasile alla Francia, ma i passi che si possono ancora compiere sono giganteschi. Tutto questo è davvero molto motivante, anche perché siamo coscienti che stiamo veramente lavorando per migliorare la qualità della vita. Molti nostri problemi sono dovuti al fatto che la mappa che il nostro cervello costruisce per rappresentare la realtà è poco dettagliata e poco fedele. Questo succede anche quando dobbiamo scegliere un prodotto o un servizio: le nostre capacità di analisi sono ridotte e, quindi, è forte la nostra insicurezza. Ecco perché diciamo che l'analisi sensoriale ha come finalità ultima il miglioramento della qualità della vita.

I sensi funzionano indipendentemente dal fatto o meno che siano impiegati nell'analisi sensoriale, ma quando una qualsiasi persona viene formata all'assaggio attraverso la conoscenza di come uno stimolo si fa percezione, la sua vita cambia, perché cambia il suo modo di percepire la realtà. Per usare una metafora, tra il prima e il dopo passa la stessa differenza che ci può essere nella visione di un miope quando mette gli occhiali con le lenti giuste.

Ovviamente la risposta che ci fanno tutti è sempre la solita: come si fa a diventare assaggiatori?

Come in ogni cosa c'è un irrinunciabile percorso formativo che parte dalla psicologia della percezione e passando per la metodologia giunge al prodotto. Per iniziare sono sufficienti da otto a sedici ore. Per arrivare non basta una vita. Ma il piacere sta nel viaggio, non nella meta.



LUIGI ODELLO

Enologo, giornalista, professore a.c. in università italiane e straniere, fondatore di Odello M&L Studio Associato, presidente Centro Studi Assaggiatori e dell'Istituto Internazionale Assaggiatori Caffè, amministratore delegato Narratori del gusto, Istituto Eccellenze Italiane Certificate e Istituto Internazionale Chocolier. Ha al suo attivo 55 libri e collaborazioni con le più importanti riviste del settore, è relatore in numerosi convegni sia in Italia, sia all'estero.



CALDIROLA®

1897
L'ITALIA DEI VINI

Bollicine in grande stile



LA CACCIATORA®

www.caldirola.it



FACCIAMO
UN DOLCE?

DIVERTITI IN CUCINA E DAI SPAZIO ALLA
FANTASIA CON I PREPARATI PER DOLCI

Vegé