

la VOCE di DEMETRA



Anno 16 - Numero 60

LUGLIO 2021

UNA STORIA CHE NON CONOSCE FINE

Da 15 anni orgogliosi di raccontarvi la qualità



Il 60 è menzionato nella Smorfia come il numero del lamento e rappresenta in generale tutte quelle situazioni che portano un soggetto a non vivere bene la situazione che sta attraversando; tale sentimento viene quindi associato a una condizione di possibile dolore o sofferenza.

L'edizione numero 60 di questa nostra VOCE cade proprio in un momento in cui tutti siamo più che legittimati ad avere un atteggiamento lamentoso, a causa delle infinite peripezie che abbiamo dovuto affrontare per effetto della pandemia; tuttavia è curioso notare che un significato secondario del numero 60, sempre secondo la Smorfia, è rappresentato dai casi in cui si sogna di essere seduti su di un trono o, più in generale, di essere incoronati o premiati.

In sintesi, possiamo dire che il numero 60 si addice a chi ha ragione di lamentarsi, ma ora riceve un riconoscimento importante: simbolicamente è proprio ciò che tutti gli operatori del settore HoReCa provano in questo momento, determinati a sfrutta-

re al meglio il forte alleggerimento delle misure di prevenzione, un processo che ha preso avvio a inizio giugno, mettendo da parte recriminazioni e lamentele accumulate nel lungo periodo di limitazioni.

Per gli amanti della simbologia, possiamo aggiungere che il numero 60 in generale simboleggia l'amore, la cura, la casa e la famiglia, un numero che si sposa con concetti quali armonia ed equilibrio, mentre coloro che credono nei poteri del numero Angelico, affermano che vedere in modo ricorrente il numero 60 significa che i nostri angeli custodi stanno cercando di attirare la nostra attenzione e in generale



associano questo numero con valori quali abbondanza e prosperità.

Molto più umilmente, noi auspichiamo che festeggiare il traguardo dei 60 numeri della VOCE, possa rappresentare un momento di buon auspicio, una tappa significativa di una storia che, senza alcuna interruzione di continuità, accompa-

gna i lettori da ottobre 2006 a oggi, con una cadenza trimestrale che mai è stata tradita in questi quindici anni.

Vi abbiamo parlato con il cuore e un costante entusiasmo e siamo felici di poter continuare a farlo.

IN QUESTO NUMERO

2

TURISMO
ENOGASTRONOMICO
**TRADIZIONI TERAMANE:
MITI E LEGGENDE**

4

SPECIALE INGREDIENTI
**ALLA RICERCA
DI GUSTI ESOTICI**

6

EVENTI E NOTIZIE
**AD OGNUNO
LA SUA... TENDENZA**

7

DEMETRA & FRIENDS
BREAKING NEWS!

8

APPUNTI DI GUSTO
RICETTE IN TOUR



La Demetra Food Academy consiglia...

**FIOCCHI
DI POMODORO**



scopriteli a pag. 4

**POMODORINI
PERLE ROSSE MID-DRY**



scopriteli a pag. 8

NEL PROSSIMO NUMERO

TURISMO
ENOGASTRONOMICO
Piacenza, terra di passo

APPUNTI DI GUSTO
Dolce autunno



TRADIZIONI TERAMANE: MITI E LEGGENDE



La provincia di Teramo, che occupa un'area inferiore ai 2.000 chilometri quadrati, ha una popolazione di poco superiore ai 300 mila abitanti, all'incirca come la sola città di Bari: un piccolo tesoro che lascia comunque quasi 40 province con valori più bassi in entrambi i parametri.

Provenendo da nord, la provincia ci accoglie all'ingresso della regione Abruzzo, costituita per i due terzi da un terreno montagnoso, ma che vede nel teramano una chiara predominanza del terreno collinare.

Oltre al capoluogo Teramo, i centri più popolati sono Roseto degli Abruzzi e Giulianova, ma godono di una discreta popolarità anche i centri balneari di Martinsicuro, Alba Adriatica, Tortoreto, Pineto e Silvi; è la natura, tuttavia, a caratterizzare fortemente la zona costiera, in particolare l'Area marina protetta Torre del Cerrano, istituita ufficialmente il 7 aprile 2010 nell'area in cui sorgeva l'antico porto del Cerrano, ossia il porto della



città collinare di Atri, un porto di origini romane molto importante per il commercio marittimo dell'Abruzzo.

Terra umile e di grandi tradizioni, protagonista di un percorso che alterna monumenti e luoghi sacri, ci accompagna con leggende e folklore popolari, lasciando alle

tradizioni gastronomiche il compito di ricaricarci dalla fatica del nostro cammino, per ripartire con energia alla scoperta di nuove destinazioni.

A PASSEGGIO NELLA STORIA

Città dalle antichissime origini, situata in una zona collinare sotto le pendici del Gran Sasso, Teramo è ricca di storia, di natura e di una vivace vita culturale. La vicinanza del massiccio della Laga e del Gran Sasso, la rendono una meta ideale per gli amanti della natura.

In questa città c'è sempre stata abbondanza di acqua per coltivare i fertili campi adiacenti le mura della città, questo ha permesso a Teramo di essere chiamata, sin dal 500, "la città degli orti".

Il clima della città è condizionato dalla sua posizione in una conca, tendenzialmente di tipo temperato semicontinentale, caratterizzato da un caldo intenso e afa durante il periodo estivo.

Le temperature più basse si manifestano in gennaio, intorno ai 5 gradi centigradi medi, mentre le punte più alte sono in prevalenza a luglio, quando la media si aggira intorno ai 25 gradi. Il periodo in cui si concentrano le precipitazioni è soprattutto la primavera, con punte anche tra settem-



Il Duomo

bre e ottobre, mentre nel periodo invernale le nevicate sono spesso abbondanti. Molti sono i luoghi da visitare a Teramo anche solo concedendosi una piacevole passeggiata all'aria aperta, perché la città ha origini molto antiche, riconducibili ai Piceni e ai Pretuzi, che dominarono fino al III secolo a.C. l'area di Aprutium, da cui il termine "Abruzzo", prima del dominio romano.

Per approfondire la storia di questa città e delle sue antichissime origini consigliamo una visita al sito archeologico di un anfiteatro e teatro romano risalenti al periodo imperiale,



Porta Reale

entrambi collocati nel centro della città, tra via Teatro Antico e via Luigi Paris; sebbene nel periodo medioevale furono utilizzati come cava di materiale lapideo per la costruzione di edifici vicini, in particolare la cattedrale, il sito risulta ancora oggi ben conservato e vale decisamente una visita.

A pochi passi da lì, sorge la già citata cattedrale: il **Duomo di Teramo**, nato come con il rango di basilica minore, ha avuto la sua consacrazione con un decreto di papa Pio XII del 30 maggio 1955 ed è stato intitolato a santa Maria Assunta. Se volete addentrarvi ancor di più nella storia della città, vi consigliamo il **Museo Archeologico**, con la sua ricca collezione di epoca romana e se non siete ancora sazi di storia e cultura, potete fare un salto alla **Pinacoteca civica**, situata nella Villa Comunale, da cui potete partire per una piacevole passeggiata lungo il **Parco Fluviale**.



Museo archeologico

IL CASTELLO DELLA MONICA

All'interno del territorio italiano, sono numerose le località che possono vantare castelli storici, viva testimonianza di passate dinastie e baluardo di imprese eroiche che hanno segnato il corso della storia.

Curiosa è però la vicenda del castello che sorge a stretto contatto con la città e che non gode di un passato glorioso, ma costituisce comunque un'unicità architettonica nell'intero panorama nazionale per la sua specificità progettuale: la costruzione, infatti, è stata progettata e realizzata come dimora personale di Gennaro della Monica, un artista teramano polivalente, che è stato architetto, scultore e pittore ed è vissuto a cavallo tra Ottocento e Novecento.

Il **Castello della Monica** è collocato sul piccolo colle di San Venanzio, poco distante da Piazza Garibaldi, in posizione dominante sulla cittadina che si estende ai

suoi piedi, alla confluenza di importanti snodi stradali e di accesso alla città.

La costruzione del Castello è iniziata nel 1889 e si ispira al gusto medioevale, nel pieno spirito dell'architettura neogotica, che si riprometteva di riportare in vita l'originale stile architettonico gotico. Per rendere il tutto più veritiero, Della Monica fece costruire anche il borgo del castello e cercò di rendere tutto un po' decadente, come corroso dal passare degli anni.

Il luogo in cui sorge il castello era inizialmente occupato dalla chiesa di San Venanzio, trasformata dai francesi come semplice polveriera e della quale sono stati riutilizzati materiali di costruzione ed elementi decorativi; al suo interno, l'artista Gennaro della Monica ha scatenato la sua arte decorativa, dipingendo affreschi che ritraggono paesaggi e curando personalmente ogni tipo di particolare.



Castello della Monica

TRA LEGGENDE E FOLKLORE

La provincia di Teramo presenta un suggestivo bagaglio di tradizioni, riti, leggende e folklore che caratterizzano e alimentano le opportunità per pianificare una vacanza nei suoi territori.

Dal sito abbiamo estratto 5 proposte accattivanti. Un mito legato al Gran Sasso è quello del **Gigante che dorme**, legato alla leggenda che racconta come

alla morte di Ermes, la madre Maia - che non riuscì a trovare sulla montagna un'erba miracolosa per la presenza copiosa della neve che tutto ricopriva - lo seppellì sul Gran Sasso, dove ancora oggi, chiunque osservi la montagna da est, può riconoscerne il profilo.

Nel comune di Penna Sant'Andrea e nei principali eventi di folklore, viene ancora oggi praticata la **danza del laccio d'amore**, che affonda le sue origini nella preistoria, parte di una più vasta liturgia di venerazione delle divinità arboree e di propiziazione della fecondità. In un luogo nascosto dalle mura, quasi segreto, ma ricco di fede e spiritualità del Santuario della Madonna

dello Splendore di Giulianova, è custodita la **Fonte Miracolosa**, un pozzo la cui acqua, secondo tradizione, proverrebbe da una sorgente che passa proprio sotto l'Altare maggiore e le cui acque sono raccolte all'interno di una piccola piscina, decorata con uno splendido mosaico sui toni del blu.

Ai piedi del Gran Sasso, nel comune di Isola, si trova invece il Santuario di San Gabriele dell'Addolorata, dove ogni anno, gli studenti delle scuole medie superiori dell'Abruzzo e delle Marche celebrano la **tradizione dei 100 giorni**, arrivando al santuario per una giornata di spiritualità proprio 100 giorni prima della data fissata per gli esami di maturità.

Concludiamo con il Santuario della Madonna della Tibia, che sorge su uno sperone roccioso posto a 1187 metri d'altitudine a Crognaleto, dove viene accordata un'**indulgenza plenaria di cento giorni** all'anno per ogni visita alla chiesa nel giorno del 9 agosto, durante la quale i fedeli si addentrano nel sentiero accompagnati da una fiaccolata.



Il Gran Sasso

LE VIRTÙ E ALTRE STORIE TERAMANE

Il primo maggio è noto per essere la giornata legata alla **Festa dei Lavoratori**, ma quando ci si trova all'interno della provincia di Teramo, questo giorno diventa anche e soprattutto, una giornata di festa gastronomica, legata alla tradizione delle Virtù.

Le **Virtù teramane** sono la preparazione più rappresentativa di Teramo, un piatto povero nella sua origine, in quanto ottenuto dagli avanzi recuperati dalla dispensa dell'inverno, ma estremamente ricco per copiosità di ingredienti, che possono arrivare fino a cinquanta: la tradizione vuole che ci siano 7 ingredienti per ogni tipologia, quindi avremo 7 tipi di verdure, di carne e odori, proprio perché è legato alle 7 virtù della tradizione cristiana.

Tra gli ingredienti sempre presenti, un ruolo fondamentale è rappresentato dai legumi che si possono utilizzare, secchi e conservati da tempo in casa, come lenticchie e ceci e di stagione, ma anche

appena raccolti, come fave e piselli. A questi si aggiunge un'ampia gamma di verdure, come carote, spinaci, cavolfiori e di carni, come le cotiche del maiale e naturalmente la pasta, che può essere di varie lunghezze e tipologie, corta, lunga, fatta in casa e non, ma che va aggiunta alla fine, quando il piatto con carni e verdure

è già pronto. La preparazione di questo piatto è molto lunga, proprio perché ogni gruppo di ingredienti deve essere cotto a parte e l'attenzione con cui si preparano le Virtù è una parte fondamentale di un rito che, dalla notte dei tempi, si rinnova ogni anno.

Non è nota infatti l'origine della ricetta, alcune fonti ritengono che il nome deriverebbe da Virtutes, che in epoca romana erano le verdure raccolte dai contadini, mentre altri affermano che il piatto deriverebbe dalla virtù e quindi dalla capacità e dalla parsimonia messa in scena dalle massaie teramane per realizzare una portata che impiega esclusivamente gli ingredienti avanzati durante la stagione invernale. Ma Teramo e la sua provincia a tavola non è solo Virtù, ma una carrellata di piatti a tutto tondo che completano menu semplici, ma di grande gusto e tradizione.



Affresco sulle scale

Il complesso si compone anche di due edifici secondari che, insieme al corpo principale, formano un vero e proprio borgo di sapore medioevale che, oltre al Castello e ai due edifici a valle, comprende una dipendenza di servizio e dei giardini a terrazzo.

Dopo la morte di Gennaro della Monica, avvenuta nel 1917, Vincenzo Bindi, storico dell'arte nativo di Giulianova, propose per primo l'acquisizione del Castello da parte del Comune per destinarlo a sede del Museo Civico, ma la proposta finì per essere accantonata, per cui oggi l'interno del castello non è visitabile perché pericolante, ma esistono progetti che si propongono di recuperare l'opera per aprire il castello alle visite, donandogli un nuovo splendore.

UNA Sosta DI Gusto

PIZZERIA **DON FRANCHINO**
VIA BOLOGNA 14
FRAZ. CASTELNUOVO VOMANO
64020 CASTELLALTO (TE)
TEL. 329 8887923

RIFUGIO **CIMA ALTA**
LOCALITÀ COMA ALTA 64047
PRATI DI TIVO (TE) - TEL. 379 1438416

RISTORANTE **#IL PRANZETTOINBOTTEGA**
XXIV MAGGIO, 8 64047 PIETRACAMELA (TE)
TEL. 348 3836465

RISTORANTE PIZZERIA **ANCHISE**
VIA XX SETTEMBRE, 52
64018 TORTORETO (TE) - TEL. 081 786587

PIZZERIA GOURMET **ANIMA**
VIA NAZIONALE NORD, 2
64026 ROSETO DEGLI ABRUZZI (TE)
TEL. 348 7992279

PIZZERIA CAFFÈ **GRUE**
PIAZZA ROMA 9- 64041 CASTELLI (TE)
TEL. 0861 970682

PIZZERIA **TROPICAL 2**
VIA G. MARCONI, 21
IMPASTATORI POMPETTI (TE)
64026 CAMPO A MARE DI ROSETO
TEL. 085 8941479

SEGNALAZIONI GENTILMENTE FORNITE DAL NOSTRO PARTNER DI ZONA

Partiamo dall'antipasto, con i fegatini, le **fuje strascinete** e le **patate 'mporchettate**, per passare ai primi piatti, dove segnaliamo il **cardone in brodo**, le **ceppe al sugo** e il **minestrone alla Torricellese**; in termini di secondi piatti va certamente ricordato il **brodetto alla giuliese**, ma anche il **cacio e ovo**, la **capra alla neretese** e la **'ndocca 'ndocca**, senza dimenticare la **porchetta** che qui è un'arte antica, basti pensare che se ne trova menzione negli Statuti del Comune di Campi, sin dal 1575.

Chiudiamo con i dolci, citando il **Pan Ducale**, che la tradizione vuole nato ad Atri, i **Bocconotti**, uno squisito pasticcino a base di pastafrola, menzionato nel "Vocabolario abruzzese" di Domenico Bielli del 1930 e i **Pepatelli**, gustosi biscottini tipici in tutta la provincia di Teramo, che richiamano per certi aspetti il medioevale "pan pepato".



ALLA RICERCA DI GUSTI ESOTICI

Se c'è un settore in cui frontiere e tabù culturali, che contraddistinguono la pluralità delle culture nel mondo, sono crollati più fragorosamente del Muro di Berlino, questo è sicuramente la cucina professionale. Da anni ormai si assiste ad una contaminazione virtuosa, in cui le diverse tradizioni culinarie si fondono, dando vita a un panorama di offerta incredibilmente più ampio rispetto a quello che caratterizzava la ristorazione prima del dilagare di questa tendenza. Il fenomeno viene sospinto da un lato dalla maggiore facilità di circolazione nel mondo di ingredienti, fino a un decennio fa relegati principalmente al proprio continente di origine, ma anche

e soprattutto grazie ad una riscrittura della logica dei menu, in cui il confine tra piatti tradizionali ed etnici si è fortemente affievolito. Se è vero che, secondo diverse indagini, un terzo degli italiani dichiara di consumare cibo etnico, in ristoranti o attraverso delivery, qualche volta al mese e ben il 75% ammette di acquistare prodotti alimentari etnici in modo abituale, questo significa che la stessa distinzione ha sempre meno un valore di approccio culturale e resta solo come puro marcatore di provenienza geografica. D'altra parte, la sola popolazione straniera in Italia è aumentata, secondo i dati Istat, del 278% dal 2001 al 2019, passando da circa 1,3 milioni

ad oltre 5 milioni, alimentando nell'universo dei consumatori quella pluralità culturale che stimola l'offerta culinaria. Questa è la ragione per cui vi invitiamo qui a percorrere un ipotetico giro del mondo, incontrando tradizioni, ingredienti, ricette e consuetudini che spaziano nei diversi continenti, in un simbolico viaggio gustativo che mescola sapori ed esperienze con un unico denominatore comune: la soddisfazione di un cliente sempre più curioso ed attento alle novità e, in un certo senso, alle provocazioni culinarie, a condizione che venga sempre preservata la condizione qualitativa di un standard di alto livello.

● PRODOTTI DEMETRA
● PRODOTTI WIBERG



PULLED PORK ON THE WAY

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- n.4 panini per sandwich
- 400g Pulled Pork Demetra
- 120g squacquerone
- 160g Carciofi a fettine Demetra
- q.b. Salsa smoked-honey Wiberg
- q.b. Fiocco di pomodoro Wiberg
- q.b. Crema di aceto classica Wiberg
- q.b. insalata

PREPARAZIONE

Tostare il pane in piastra e farcire con una base di squacquerone, il pulled pork ben caldo, i carciofi e l'insalata. Salsare a piacere con la salsa affumicata e guarnire con la crema di aceto classica e il fiocco di pomodoro.

PULLED PORK	Cod. 02510	Busta 1500g
CARCIOFI A FETTINE	Cod. 01109	Sc. 3/1 (2400g)
DIP-SAUCE SMOKED HONEY	Cod. W218562	Bottiglia squeeze 850g
FIOCCHI DI POMODORO	Cod. W203734	Sigillaroma 470ml
CREMA DI ACETO CLASSICA CON "ACETO BALSAMICO DI MODENA IGP"	Cod. W155372	Bottiglia squeeze 500ml



GAZPACHO WITH VEGGIE CRUNCH

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 600g Gazpacho Demetra
- 100g peperone rosso
- 100g peperone giallo
- 100g cetriolo
- 40g Condimento al Basilico Wiberg

PREPARAZIONE

Pulire, tagliare e condire le verdure con il condimento al basilico. Servire il gazpacho ben freddo in un piatto fondo e guarnire con le verdure. A piacere abbinare dei crostini di grano duro.

GAZPACHO	Cod. 00989	Sc. 4/4 (800g)
CONDIMENTO OLIO AL BASILICO	Cod. W152399	Bottiglia 500ml



SPICY BEEF SKEWER

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 400g polpa di manzo
- 200g pancetta a fette
- 1kg patate a cubetti
- 100g Salsa harissa Demetra
- Olio Extravergine d'Oliva Demetra
- Sale Rosa Fino Wiberg
- rosmarino e pepe q.b.

PREPARAZIONE

Tagliare la carne a pezzetti, la pancetta a tocchetti e confezionare gli spiedini. A parte su una teglia disporre le patate con olio, rosmarino, sale e pepe e cuocere in forno a 180°C. per 30 min. Ultimata la cottura delle patate procedere a alla cottura degli spiedini su una piastra e confezionare il piatto. Servire a parte la salsa harissa per insaporire la carne e il contorno.

SALSA HARISSA	Cod. 01800	Vaso 580ml (550g)
OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA	Cod. 02260	Bottiglia 500ml
SALE ROSA FINO	Cod. W152658	Sigillaroma 1200 - 1350g



THE SALMON AT THE SUNRISE

INGREDIENTI PER 10 PERSONE

- Salmone marinato "alla giapponese"
- 500g filetto di salmone senza lisce
- 8g zucchero semolato
- 14g sale fine
- Shichimi Togarashi Wiberg
- Olio di mandorle Plus Arancia Wiberg

PREPARAZIONE

Salmone marinato "alla giapponese"
Condire il filetto di salmone con sale, zucchero, Shichimi Togarashi e qualche goccia di olio di mandorle Plus Arancia, passare sottovuoto e lasciare in frigorifero per circa 48 ore.

Purea di semi di soia

- 25g baccelli soia surgelati
- 30g burro
- brodo vegetale con sale
- sale fino
- Vanille Gourmet macinato

Purea di semi di soia

Cuocere i semi di soia in acqua con brodo veggio fino a farli ammorbidire. Scolare l'acqua e lavorare finemente a purea insieme al burro. Condire con sale e vaniglia.

Tapioca di funghi

- 400ml acqua
- 45 g di tapioca
- Brodo vegetale Demetra
- 30g Funghi porcini essiccati Demetra
- sale fino

Tapioca di funghi

Aggiungere all'acqua del brodo vegetale, riscaldarla e versarla sui porcini. Coprire con pellicola trasparente, togliere dal fuoco e lasciare riposare per qualche ora. Sciacquare la tapioca sotto l'acqua fredda. Togliere i porcini dal brodo. Portare il brodo insieme alla tapioca a ebollizione, quindi lasciarlo bollire a fuoco lento fino a quando le perle di tapioca non diventano trasparenti e il brodo è legato. Condire il tutto con il sale.

Gelato al Cren

- 30g zucchero semolato
- 50g tuorlo d'uovo
- 230g panna
- succo di un lime
- pasta wasabi
- 2g aspic
- sale fine

Gelato al Cren

Sbattere lo zucchero e i tuorli d'uovo fino a renderli cremosi. Incorporare la panna montata. Sciogliere completamente l'aspic in succo di lime caldo, quindi mescolare con due cucchiaini di crema. Poi mescolare il composto di aspic nel resto della crema. Condire a piacere con wasabi e sale e introdurre nello stampo desiderato. Congelare fino al momento dell'utilizzo.

SHICHIMI TOGARASHI GROSSA	Cod. W265321	Sigillaroma 470 - 200g
OLIO DI MANDORLE PLUS ARANCIA	Cod. W261948	Bottiglia 500ml
PREPARATO PER BRODO VEGETALE	Cod. 01707	Barattolo 700g
FUNGHI PORCINI SECCHI	Cod. 01569	Sacchetto 500g



AD OGNUNO LA SUA... TENDENZA

Alla fine del secolo scorso, quando internet faceva la sua comparsa nelle vite degli individui in ogni parte del mondo, si prospettava una sorta di libertà digitale che avrebbe permesso a chiunque di crearsi una propria identità ancora più forte, attingendo liberamente da ogni tendenza e cultura del mondo. Lasciamo a sociologi e psicologi valutare quanto questa predizione fosse corretta, di certo

possiamo dire che, nel campo di cibi e bevande, questa rivoluzione è di fatto avvenuta, sostenuta anche dai media specializzati e dalle fiere di settore, la cui missione divulgativa ha trovato nuovi succosi spunti. Oggi il consumatore attento può trovare facilmente risposte ai propri desideri, individuando gli ingredienti e gli stili di consumo più vicini alla propria identità e la ristorazione professionale è

chiamata quindi a una continua attività di ricerca di informazioni, per essere pronta a rispondere alle nuove esigenze. Vediamo insieme alcune delle nuove tendenze che si stanno diffondendo con maggiore velocità, raccogliendo consensi che dovranno trovare risposta non solo negli scaffali dei supermercati, ma anche e soprattutto nei menu dei ristoranti.

I CLIMATARIANI

Il termine è uno dei più recenti atterrati sul pianeta alimentare, ma in realtà la definizione "climatariani" sostituisce una parola che era già in uso nella stretta cerchia dei ricercatori, che definivano le persone con questa tendenza "ecotariani".

In termini più ampi, si definisce climatariano colui che intende cambiare radicalmente le sorti del nostro pianeta attraverso scelte quotidiane estremamente ponderate che mirano all'abbattimento delle emissioni di CO2.

In questi termini, l'alimentazione gioca un ruolo fondamentale e vede i climatariani ricercare formule più sostenibili e sane, anche grazie alle autoproduzioni e alle coltivazioni nell'orto o sul balcone di casa.

In termini pratici, i climatariani si collocano tra i vegetariani e i pescetariani, perché non mangiano carne rossa, si concedono il pollo solo in

particolari occasioni e mangiano pesce solo quando proviene da allevamento e pesca sostenibile. In merito al consumo di formaggi e uova, vengono tollerati solo qualora non arrechi sofferenza agli animali e, naturalmente, i climatariani sono molto attenti alla limitazione degli sprechi alimentari e alla corretta gestione dei rifiuti.

I CIBI PLANT-BASED

Uno dei fenomeni più in crescita negli ultimi anni è senza dubbio quello relativo ai consumi legati ai cibi plant-based, vale a dire quelli a base vegetale, di cui si stima una crescita del 20% entro il 2024.

L'origine di questa tendenza va ricercata nella biochimica e, in particolare, agli studi di Patrick Brown, professore a Oxford e vegetariano convinto, il quale circa un decennio fa, si è chiesto quale elemento desse alla carne il suo tipico sapore.

La risposta è l'eme: un complesso chimico contenuto nel sangue legato a proteine come l'emoglobina e responsabile del sentore di ferro e poiché tale sostanza si trova anche nelle radici di molte piante, come ad esempio la soia, lo studioso provò a farne uso.

Utilizzando lieviti geneticamente modificati, è possibile infatti aumentarne la produzione e utilizzare l'ingrediente per la preparazione di una carne artificiale, in cui sapore e consistenza riproducono perfettamente la carne animale.

Quando la famosa catena Burger King ha deciso di introdurre nei propri assortimenti l'Impossibile Whopper, utilizzando il brand principe del proprio assortimento per presentare la "carne non carne", è stato evidente per tutti che le due tendenze sono destinate a convivere pacificamente in un mondo sempre più pluralista.



ANTIOSSIDANTI • CAROTENOIDI • FENOLI • TANNINI



I FITONUTRIENTI

I fitonutrienti, definiti anche con il termine fitochimici, sono sostanze chimiche naturali contenute negli alimenti di origine vegetale, il cui nome deriva proprio dalla parola fito che, in greco antico, significa pianta: tali sostanze svolgono, sul nostro organismo, un'azione antiossidante ed antinfiammatoria.

Gli antiossidanti sono sostanze in grado di neutralizzare i radicali liberi e proteggere l'organismo dalla loro azione negativa, questo dona a molti alimenti proprietà anticancerogene legate proprio alla quantità di antiossidanti posseduta.

Nella sua essenza di base, la classificazione dei fitonutrienti è molto semplice e si basa sul colore conferito ai vegetali e sulla struttura chimica, ma l'elenco comprende oltre 4.000 singoli elementi, rendendo quindi la loro conoscenza non così semplice.

Vi sarà già capitato di sentire parlare di carotenoidi, fenoli, tannini o della clorofilla, ma anche senza conoscere nel dettaglio la materia, si comincerà a trarne beneficio attraverso una dieta ricca di vegetali, nella quale consumare ortaggi e frutta sempre diversi, per diversificare gli antiossidanti introdotti nell'organismo.

IL FORAGING

Con il termine foraging si definisce la pratica di raccogliere piante e ingredienti che crescono spontanei in boschi e prati o lungo i fiumi, una tendenza che ha riscoperto negli ultimi anni una notevole attenzione, pur non essendo una cosa nuova, dal momento che affonda le sue radici in abitudini del tutto naturali in un passato in cui la vita era meno moderna, tecnologica e... cittadina.

Praticare il foraging è semplice e alla portata di tutti, si tratta semplicemente di raccogliere il cibo che cresce spontaneo nei boschi di montagna, nelle foreste, tra prati e campi, nelle acque dei laghi, lungo gli argini dei fiumi e nelle lagune, facendo però particolare attenzione a non danneggiare la natura e consentire la rinascita spontanea dello stesso cibo raccolto.

A differenza di altre pratiche sostenibili, raccogliere cibo selvatico nel suo ambiente naturale, per impiegarlo in cucina, non può divenire l'unica fonte di approvvigionamento, ma può essere facilmente abbinata ad altre tendenze similari, per completare un ciclo virtuoso all'insegna dell'amore per il nostro pianeta.



BREAKING NEWS!

LE INIZIATIVE DI AMAMANGIASORRIDI

La Community AmaMangiaSorridi, nata a fine 2020 per creare condivisione e attenzione su un settore fortemente penalizzato dagli eventi legati alla pandemia globale, continua a sfornare iniziative coinvolgenti che portano ad un costante aumento dei pizzaioli che vi aderiscono.

In occasione della Giornata Mondiale della Famiglia, sabato 15 maggio, la community ha invitato tutto il mondo delle pizzerie ad inserire nel proprio menù una pizza dessert, proponendo come stimolo la ricetta esclusiva Tiramipizza, creata dal 4 volte Campione del Mondo Gianni Calaan e premiata

nell'ambito della sesta edizione del Trofeo Pizza Star del 30 settembre 2019 a Firenze.

L'iniziativa è stata accolta con notevole interesse ed ha stimolato i gestori della community a lanciare subito dopo una nuova proposta di pizza, attraverso annunci sulle proprie pagine social Facebook e Instagram, che hanno alimentato un vero e proprio tam-tam all'interno del mondo digitale.

In questa seconda occasione, la protagonista dell'iniziativa è stata una pizza gourmet che ha visto pesce spada, carciofi trifolati e pomodorini essiccati come protagonisti di una ricetta che coniuga la golosità della Pizza con l'inconfondibile



sapore di mare e "vacanze", all'insegna di un'estate indimenticabile e della "normalità": per questo motivo la nuova iniziativa, che si è manifestata durante il mese di giugno, è stata battezzata "Bentornata Estate".

Per chi fosse interessate a queste iniziative, ma si fosse perso gli eventi specifici, le ricette e entrambe le iniziative possono essere scaricate anche oggi, accedendo all'apposita sezione dedicata alle iniziative del sito amamangiasorridi.it.

ADERISCI ANCHE TU ALLA COMMUNITY AMA MANGIA SORRIDI E PROMUOVI IL TUO LOCALE COMPILANDO IL FORM A QUESTO LINK >>>



f @ amamangiasorridi.it

TROFEO GOLF DEMETRA



Sono 2 gli eventi importanti di questo anno, ad ulteriore conferma del sodalizio tra l'azienda Demetra e il mondo del Golf: l'edizione numero 13 del Trofeo Demetra e la quarta edizione del Circuito Saporì Sinceri.

Nel primo caso, domenica 6 giugno sono stati 70 i concorrenti in gara, che hanno animato un'intensa sfida sulle 18 buche del Valtellina Golf Club di Caiolo, vicino a Sondrio, attraverso una gara singola stableford, una speciale formula di gioco ideata dal Dottor Frank Barney Gorton Stableford alla fine del XIX secolo.



Oltre ai premi di rito per i concorrenti più performanti, tutti i partecipanti e i loro ospiti hanno potuto approfittare di una degustazione di ricette esclusive, terminate con un fresco sorbetto agli agrumi, preparate dagli Chef della Demetra Food Academy.

Dal 18 maggio al 7 luglio, tutti i mercoledì si svolge il Circuito Saporì Sinceri, composto da 8 tappe di gare singole su 9 buche, per completare una classifica che premia il vincitore assoluto con un super premio.

I vincitori ricevono in premio le gustose specialità Saporì Sinceri, per deliziare il palato a casa, dopo le fatiche delle competizioni.



Le migliori creme pronte all'uso per chef e pizzaioli.

Un'esclusiva Demetra in una busta innovativa dal design inconfondibile.



cremapoeche.it

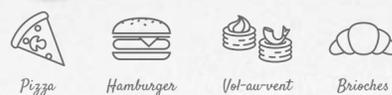
Più pratica e più rapida:

- ✓ Taglia il beccuccio.
- ✓ Farcisci direttamente su un'infinità di preparazioni senza dover utilizzare cucchiaini o spatole.
- ✓ Chiudi e non richiudi con il pratico chiudi-busta e riutilizzi quando vuoi.



Più freschezza e più green:

- ✓ L'accoppiata "tecnologica" tra la busta di design esclusivo Demetra e il processo DIVA System garantisce tutti i vantaggi della cottura sottovuoto a bassa temperatura e minori stress termici.
- ✓ L'utilizzo diretto del prodotto sulla preparazione evita contaminazioni esterne e garantisce una shelf-life maggiore dopo l'apertura.
- ✓ Tutti i vantaggi della busta: ottimizzazione logistica e minore impatto sullo smaltimento dei rifiuti.



RICETTE IN TOUR

Estratto delle ricette presentate negli eventi **APCI CHEF ITALIA TOUR 2021**



● PRODOTTI **DEMETRA**
● PRODOTTI **WIBERG**

Verdure in pappa

INGREDIENTI

Per la focaccia senza glutine

- 500g farina gluten free
- 1 dl olio extravergine d'oliva
- 12g lievito secco attivo
- 4dl acqua tiepida
- 10g sale

Per le tagliatelle di verdure

- 50g zucchine
- 50g carote
- 25g sedano rapa
- 25g peperone rosso
- 25g peperone giallo
- 1/2 costa sedano

Per l'emulsione

- 0.5dl Shiso Purple Vinaigre
- 0.5dl Aceto di Sherry DOP Wiberg
- 0.5dl olio extravergine d'oliva
- 150g Passata di pomodoro Demetra
- 1 spicchio d'aglio
- 2g algae flakes
- 6g germogli misti

Per decorare

- Salsa di pistacchio Demetra
- pecorino
- ceci soffiati

PROCEDIMENTO

Per la focaccia: amalgamare tutti gli ingredienti fino ad ottenere un impasto liscio ed omogeneo: stenderlo in una teglia d'alluminio con carta da forno, coprire con pellicola trasparente, far lievitare per circa 2 ore. Cuocere in forno a 180°C per circa 20 minuti, far raffreddare poi tagliare a cubetti di 1 cm per lato.

Per la salsa di pomodoro: far rosolare olio e aglio, aggiungere la salsa di pomodoro e far cuocere per circa 5 minuti: nappare i cubetti di focaccia in modo che assorbano bene tutto il liquido del pomodoro. Con l'aiuto della mandolina, tagliare a tagliatella le verdure precedentemente lavate ed asciugate. Emulsionare in un blender l'olio, lo Shiso Purple e l'Aceto di Sherry DOP e condire le tagliatelle di verdure. Collocare un ring tondo del diametro di 8 cm al centro del piatto, disporvi la pappa al pomodoro, le tagliatelle di verdure arrotolate in un forchettoni e completare con briciole di alga flakes, i germogli e un filo d'olio alle verdure.

Finitura e impiattamento: Disporre tre cubi di focaccia immersa nella salsa di pomodoro a lato di un piatto tondo piano, disporre le verdure croccanti accanto ai cubi alternando con i ceci soffiati e il dressing di salsa di pistacchio. Guarnire con alga flakes e germogli misti e aggiungere il crumble di pecorino.



POMODORINI PERLEROSSE MID-DRY
Cod. 00990
Sc. 4/4 (800g)



VELLUTATA DI DATTERINI GIALLI
Cod. 02289
Sc. 4/4 (800g)



FIORE DI PEPE SANSHO INTERO
Cod. W212601
Sigillaroma 470 - 130g



FIOCCHI DI POMODORO
Cod. W203734
Sigillaroma 470 - 170g



PASSATA DI POMODORO
Cod. 01222
Sc. 3/1 (2500g)



SALSA DI PISTACCHIO
Cod. 01733
Vaso 580ml



ACETO DI SHERRY DOP
Cod. W177801
Bottiglia 500ml

Triangolo di gusto

INGREDIENTI

Per la pasta

- 360g spaghetti triangolari
- 500ml bisque di gamberi
- 400g gamberi interi
- 2g scorza di limone
- n.16 Pomodorini perle rosse Demetra
- 100g Vellutata di Datterini gialli Demetra
- 2g Fiore di Pepe Sansho intero Wiberg
- 3g Focchi pomodoro Wiberg
- q.b. olio extravergine d'oliva
- q.b. sale

Per la bisque

- scarti di gambero
- sedano, carote, cipolla
- 1dl olio extravergine d'oliva
- concentrato di pomodoro

PROCEDIMENTO

Per la focaccia: in un tegame rosolare con un filo di olio EVO pesce sedano, carota, cipolla, aggiungere i carapaci di gambero, il concentrato di pomodoro, coprire con ghiaccio e far cuocere per circa 30 minuti. Frullare il tutto e passare al colino cinese e ridurre fino alla densità desiderata. Aggiustare di sale e pepe e tenere da parte. Cuocere la pasta in abbondante acqua salata, a metà della cottura scolare e trasferire in una padella insieme alla bisque di gambero. Aggiungere metà delle perle di pomodoro e portare a cottura mantenendo il fuoco a fiamma alta. A fine cottura aggiungere olio, metà della polpa di gambero finemente tritata, una parte della scorza di limone.

Finitura e impiattamento: impiattare a "nido disteso" e guarnire con la restante parte della polpa di gambero (condita solo con sale e olio), il pepe Sansho e la scorza di limone. Decorare con alcune foglie di erba e gocce di vellutata di datterini gialli e focchi di pomodoro.



REDAZIONE: Responsabile Progetto (Demetra): **Dr.ssa Teresa Pecora** • Responsabile Tecnico (Demetra): **Chef Mattia Mottarella** • Supervisione Editoriale: **Davide Pini** (Gastromarketing.it) • Progetto grafico: **M. Zamparini** (Novara) • Fotografie non originali Demetra: **Shutterstock®** e risorse rilasciate sotto Licenza Creative Commons (gli articoli che usano immagini Creative Commons sono pubblicati sotto licenza CC BY-SA 3.0)

DEMETRA S.r.l. - VIA ROMA, 751 - 23018 TALAMONA (SONDRIO) - ITALY
TEL. 0342 674011 - FAX 0342 674030 - demetrafood.it - info@demetrafood.it

