



# Una cucina salutistica tra "ricette" vere e false

In Piazzetta primo CaffExpò, ciclo di appuntamenti coordinati da Piace Cibo Sano e dall'università Cattolica, ospite lo chef Mancini

Si è inaugurato ieri a Piazzetta Piacenza il ciclo di appuntamenti di *CaffExpò*, organizzati dall'Università Cattolica del Sacro Cuore di Piacenza in sinergia con l'Associazione Piace Cibo Sano. Il primo CaffExpò, dal titolo *Una cucina per le intolleranze alimentari. Mode vere e false in cucina e nuove responsabilità per i cuochi*, prevedeva la conferenza dello chef Raffaele Mancini, docente per ICIF e Food Genius Academy e fondatore di Cucina Nova, Accademia di cucina vegetariana e vegana e per la ricerca, sperimentazione e specializzazione sulle intolleranze alimentari.

Hanno partecipato all'incontro, che ha richiamato numerosi partecipanti tra il pubblico di Expo, incuriositi dal tema trattato, la dott. ssa Maura Calliera del Centro di Ricerca Opera della Università Cattolica del Sacro Cuore con la funzione di provocare il dialogo, la dr. ssa Paola Romanò - brand manager di Cucina Nova come moderatore. Ha aperto l'incontro spiegando il format di CaffExpò la dr. ssa Miriam Bisan-

gni di Piace Cibo Sano - Rete di filiera agroalimentare del territorio di Piacenza, coordinatrice degli incontri insieme al prof. Ettore Capri, docente dell'Università Cattolica del Sacro Cuore.

L'incontro ha proposto un confronto vivace sulle conoscenze, vere e false, delle nuove filosofie di cucina salutistiche di avanguardia. Quale salotto migliore dello spazio di Expo per poter dibattere liberamente e in modo provocatorio il tema di una cucina che sa tornare indietro nel tempo per fare un balzo in avanti. Le soluzioni più semplici sono sempre quelle che regalano i risultati più spettacolari. La parola imperativa di Raffaele Mancini è semplificare la ricetta fino a quando non si possa più eliminare alcun ingrediente. Questo è il segreto di una cucina raffinata, bilanciata, dedicata a tutti, anche a chi ha intolleranze alimentari. La filosofia della cucina di Raffaele Mancini è proporre una tavola conviviale, che non esclude nessuno:

un modo per unire tutti e per evitare lo spreco. Rigore, ordine e pulizia proprio come il sapere saggio dei contadini.

«Così deve essere - è intervenuto lo chef - anche per noi, in un piatto composto dal duro lavoro di un bravo contadino aggiungiamo la nostra creatività, lo studio delle reazioni chimiche degli ingredienti, le combinazioni dei sapori, il bilanciamento equilibrato delle calorie e delle economie di una cucina, i tempi di preparazione per servire il piatto alla temperatura giusta, un valore equilibrato e bilanciato delle calorie, l'attenzione alle culture di altri paesi o quelle spirituali, alle esigenze sempre più diffuse legate alle intolleranze alimentari e, non per ultimo, il non spreco alimentare soprattutto se si gestisce una cucina di alto livello».

Il lavoro dello chef non lascia tempo a frivolezze anche se deve saper seguire la moda. Anzi la cucina, se fatta bene, diventa moda ma sempre con una forte radice

di umiltà, quella umiltà che permette di mantenere il punto focale sulle nuove responsabilità dei futuri cuochi.

Il prossimo appuntamento di *CaffExpò* a Piazzetta Piacenza è in programma il 1° luglio alle 20; il tema sarà *Gli effetti dell'alimentazione sulla salute dell'uomo*.



Peso: 40%



Momenti del primo appuntamento di CaffExpò in Piazzetta Piacenza



Peso: 40%