



Gorizia al Vomero lancia il tema tradizione, innovazione e salute
 Su una cosa gli esperti concordano: gli effetti benefici sono infiniti

Pasta, pane, biscotti e pizza La grande rivincita della canapa

TENDENZE

Francesca Marino*

Pasta, pizza, biscotti... alla canapa! Una vera e propria mania, una moda che affonda in radici antiche, antichissime. Infatti la canapa è una delle piante più coltivate al mondo e oggi, dopo un lungo periodo di blocco della produzione, sta suscitando nuovamente interesse. È una semplice moda passeggera o una realtà da potenziare e sulla quale investire? L'impiego della Canapa Sativa non è una novità, ha tradizioni antichissime in Oriente ed Occidente. Anche la Campania è stata delle principali produttrici di materie prime ottenute dalla sua lavorazione. Agli inizi del Novecento, Caserta era la seconda provincia in Italia per la produzione di canapa tessile, una coltura di primaria importanza nell'economia delle famiglie coinvolte nella sua produzione, commercializzazione ed esportazione. La crisi della canapicoltura ha inizio negli anni '60 e ne determina la scomparsa in favore della produzione di cotone e fibre sintetiche che, oltre ad essere resistenti, risultavano meno costose e «più facili» da lavorare. Il calo di interesse per questa pianta dalle mille virtù è stato determinato anche dall'utilizzo della Cannabis come sostanza stupefacente. La coltura della canapa è a bassissimo impatto ambientale, non richiede pesticidi, ha bisogno di poca acqua per crescere e soprattutto migliora la qualità del terreno che occupa. Oltre a queste caratteristiche ciò che desta maggiore interesse è la sua versatilità, può essere lavorata in modo da ottenere materie prime pregiate da utilizzare nei più svariati ambiti: tessile, edilizio,

alimentare, farmaceutico, cosmetico, industriale ed energetico con i biocarburanti. Gli impieghi della canapa in ambito alimentare prevedono l'utilizzo prevalente dei semi, che sono privi del principio attivo farmacologico, ma molto ricchi di sostanze nutritive. Vediamo quali sono queste proprietà «stupefacenti» per cui si assiste ad uno sviluppo rapido della produzione di «alimenti alla canapa». Farine, cioccolato, olio, snack, pasta e tisane: cosa nascondono questi prodotti da un punto di vista nutrizionale? I semi di canapa, e tutti i suoi derivati, sono oggi considerati come degli integratori alimentari di origine naturale, contengono tutti gli aminoacidi essenziali al buon funzionamento del corpo umano risultando un alimento completo

Lo Spicchio

Pizza marinara del Vesuvio



Eduardo Ore, detto Dudù, diffonde nel mondo la vera tradizione della Pizza Napoletana. Ci mette l'ingegno, la passione e la virtù. Questa è la Marinara del Vesuvio impastata all'antica col criscito e con le mani. Solo per gioco? Macché, per gustare i sapori del tempo che fu.

t.espo.

da un punto di vista proteico. La presenza di Omega 3, Omega 6 e fitonutrienti, oltre ad esercitare un potere antinfiammatorio, garantisce una riduzione significativa dei livelli di colesterolo cattivo nel sangue agendo contro la trigliceridemia alta, ipertensione ed aterosclerosi. Non trascurabile il contenuto di fibre, che stimola il corretto funzionamento dell'intestino, e di sali minerali e vitamine, in particolare del gruppo E, ad azione antiossidante. Non meno importante l'azione esercitata dagli alimenti alla canapa nel combattere malattie respiratorie e della pelle e nel rinforzare il sistema nervoso. La qualità e la salubrità degli alimenti ottenuti dalla canapa è indiscussa ma un'attenzione seria meriterebbe il controllo della filiera di produzione prediligendo l'acquisto di prodotti di alta qualità e di provenienza certa. È da un po' che si assiste alla volontà di chef e produttori di fare veri e propri esperimenti in ambito gastronomico nel tentativo di dar vita a prodotti sempre più originali a base di canapa. Tra questi la pizza, presentata ieri sera da Gorizia al Vomero, che, sebbene non possa sostituire quella classica, risulta uno sfizio simpatico, accessibile anche a chi si trova in regime ipocalorico. Per questo è indicativo che a proporla sia una pizzeria che ha quasi cento anni di storia. La farina viene prodotta dalla macinazione e dalla setacciatura della rimanenza della spremitura dei semi per l'estrazione dell'olio e l'impasto che ne deriva, ricco di acidi grassi essenziali, fornisce un considerevole apporto proteico oltre a risultare più digeribile per il suo buon contenuto di fibre. Che aspettiamo a provarla?

*biologa nutrizionista
 © RIPRODUZIONE RISERVATA

Il ristorante

In un locale by night un poco "loco" vongole alla griglia e granchio al lime

**L'ALTRO COCO LOCO
 NAPOLI
 Cappella Vecchia, 4/5
 Tel. 081-7641722**

Aperto solo sera, fine settimana anche a pranzo
 Prezzo medio: 70 euro



CUCINA
 ★★★★★★☆☆
AMBIENTE
 ★★★★★★☆☆
SERVIZIO
 ★★★★★★☆☆
CANTINA
 ★★★★★★☆☆

Santa Di Salvo

Coco Loco, L'Altro Loco o L'Altro Coco Loco? Il nome esatto resta un mistero, diversamente declinato tra insegna e vari menu, ma comunque non ci si sbaglia nella sostanza: questo è e resta il regno di Diego Nuzzo. Piccolo, accogliente e molto ben

frequentato. Assistito in cucina da due Salvatori, Lotito e Manzo, e in sala da Mario Torriere e Gianluca Carbone, Diego si è costruito davvero un ristorante by night su misura, luminoso, accogliente e soft. La cucina attraversa gli anni con stile impeccabile, da quando Nuzzo cominciò in piazzetta Rodinò a metà degli anni Novanta (quello, di sicuro, era Coco Loco e basta). A distanza, bisogna dire che il vicolo di Cappella Vecchia più si addice ai piatti essenziali del ristorante, uno dei pochi a saper affrontare i crudi di pesce con grande eleganza e le cotture con altrettanta sobrietà (provate le

vongole e i cannolicchi alla griglia). Tutto il resto è preciso, pulito, quasi sempre impeccabile. Sia nel disegno del locale, di sobria eleganza contemporanea. Sia nella composizione dei piatti, cotture leggere e presentazione accattivante: gamberi in tempura con maionese all'arancio, insalata di King Crab con lime e lamelle di peperoncino, polpo arrosto con patate olive e capperi, astice e gamberi con finocchio al timo, baccalà in tempura fritto di provola e friarielli, tagliolini con frutti di mare e bottarga di muggine, ottimi mezzanelli alla genovese. Di grande qualità la selezione dei crostacei. Piccola ma eccellente anche la scelta delle carni: c'è il carpaccio di fassona, la costata di manzo Angus Black texano, il Ribeye di Angus australiano, il filetto di manzo danese. Ben centrate le scelte della cantina, qui si possono assaggiare etichette importanti con leggerezza, senza troppi rituali. Anche i dolci vengono presentati con la stessa semplicità. La qualità si paga, naturalmente. Su alcuni piatti, però, un piccolo ritocco al ribasso non guasterebbe.

Il vino

Botte piccola? Meglio i grandi formati Così Ferrari esalta lo Chardonnay

**FERRARI SPUMANTE
 BALTHAZAR 2007
 CANTINE FERRARI
 TRENTO**

www.cantineferrari.it
 Via del Ponte di Ravina
 Tel. 0461.972311



NASO
 ★★★★★★☆☆
PALATO
 ★★★★★★☆☆
PREZZO
 ★★★★★★☆☆
AZIENDA
 ★★★★★★☆☆

Luciano Pignataro

Una delle cose più difficili da trovare nelle aziende di vino è il culto dei grandi formati. Un peccato perché tantissimi vini avrebbero potuto avere una storia diversa se qualcuno ci avesse pensato.

L'esempio viene proprio dalla Ferrari di Trento, l'azienda nata nel 1902 diventata un vero cult tra gli appassionati grazie alla Riserva Giulio Ferrari. Dalla banale magnum sino al formato dodici litri (pari a 16 bottiglie) chiamato Balthazar, la proposta di questa cantina divenuta sinonimo di spumante italiano, è centrata esclusivamente su una grande qualità. Non ci accontenta, insomma, della spettacolarizzazione tout court, ma si punta ad offrire un prodotto davvero indimenticabile. Abbiamo avuto di recente l'opportunità di aprire questo formato e dobbiamo dire che ha dato soddisfazione. In primo luogo per l'impresa di aprirlo che ha messo a dura prova i due

sommelier di Nonna Rosa in trasferta allo Yacht Club di Castellammare di Stabia, Gigi Casciello e Antonio Indovino. Ma quando finalmente in tappo è saltato lo Chardonnay ha espresso il meglio. Si tratta, questa l'ultima edizione in vendita a circa 450 euro, dunque prezzo più che accessibile per una grande occasione, di un millesimato 2007, annata calda particolarmente fortunata per i territori più freddi. Ed è stato qui che il vitigno ha espresso davvero il meglio di se in tutta la sua purezza, con i sentori agrumati e di albicocca, al palato una freschezza inesauribile, assoluta, precisa, buonissima. Impossibile smettere di bere. Ecco, il grande formato è una festa, invita alla convivialità, ma quando ci si trova a questo capolavoro la gioia diventa davvero assoluta ed è stato un piacere berlo sui grandi primi piatti di Peppe Guida, primo fra tutti il mezzanella alla Nerano. Dunque l'invito a tutti è di avere a cuore la produzione dei grandi formati, perché è l'occasione di entrare nelle case nei momenti più importanti, quelli che non si dimenticano facilmente, quelli in cui le foto ricordo spesso possono valere la spesa della partecipazione a dieci fiere in un solo anno.

In rassegna le nuove etichette e la vendemmia 2014: vola, 'export grazie alla qualità Sicilia en Primeur, è l'anno del Cerasuolo di Vittoria

IL BILANCIO

Maurizio Valeriani

La regione più grande d'Italia si presenta dal punto di vista agricolo e climatico, molto variegata ed eterogenea. Ed infatti non esiste una sola Sicilia, ma tante espressioni di un vero e proprio continente vitivinicolo, che va dal caldo vento africano di Pantelleria fino al clima continentale delle cime montuose e vulcaniche dell'Etna, per arrivare a Sud-Est nella temperata zona di Noto o Vittoria e per finire con le ventilate colline di Erice. Non a caso i periodi di vendemmia tra le diverse zone



possono essere molto differenti se si va da fine luglio fino a fine ottobre. Presentare dunque il panorama enologico regionale non è affatto un compito semplice, se non si passa attraverso organizzazioni efficienti e rappresentative come

Assovini Sicilia, che conta 72 aziende associate, che producono più dell'80% dei vini imbottigliati dell'Isola, e che organizza dal 2004 Sicilia en Primeur, una rassegna dedicata prevalentemente alla stampa italiana ed estera. Così la XII edizione della manifestazione ha visto la presenza sul territorio isolano di circa 70 giornalisti provenienti da tutto il mondo, che hanno potuto visitare nei primi due giorni i territori vinicoli attraverso tour organizzati, per concentrarsi negli ultimi due giorni a Taormina sugli assaggi degli oltre 300 vini disponibili nelle sale di degustazione. Al centro dell'attenzione

l'anteprima dell'annata 2014, che ha riscosso successi tra la stampa e gli addetti ai lavori, e che i produttori indicano come una delle migliori del secolo. La degustazione ha evidenziato una crescita generale della qualità della produzione siciliana, con denominazioni che confermano gli ottimi risultati raggiunti, come L'Etna e Pantelleria ed una sorprendente crescita di altre quali il Cerasuolo di Vittoria, l'unica DOCG isolana, con meno di 30 produttori e circa 250 ettari vitati, che vede nella tipicità e radicamento alle zone di provenienza, un vero e proprio punto di forza. E tutto questo sta avvenendo, almeno per le aziende aderenti



FRANCESCO FERRERI DIRIGE ASSOVINI CON L'ADESIONE DI 72 AZIENDE

Nella foto in alto Lydia Capasso

ad Assovini, sempre più nel rispetto dell'ambiente e della natura, al punto che il 61% delle aziende socie possiede certificazioni ambientali ed il 39% produce vini da uve biologiche. La recente nascita della DOC Sicilia, pur nella stranezza di vedere una denominazione d'origine che comprende l'intero territorio della Regione più grande d'Italia, ha fatto il resto, mettendo sotto osservazione una buona parte della restante produzione siciliana, che si è adeguata a meccanismi di controllo più pressanti ed efficienti. Insomma il solco della qualità ormai sembra tracciato, bisogna quindi continuare su questa strada, valorizzando sempre più i terroir ed i vitigni autoctoni siciliani, che raccontano la Sicilia, in tutte le sue fantastiche e sorprendenti espressioni.

© RIPRODUZIONE RISERVATA