

# LA SETTIMANA DEL GUSTO



settimanadelgusto.ch

con il patrocinio



Slow Food®CH

## PADRINO

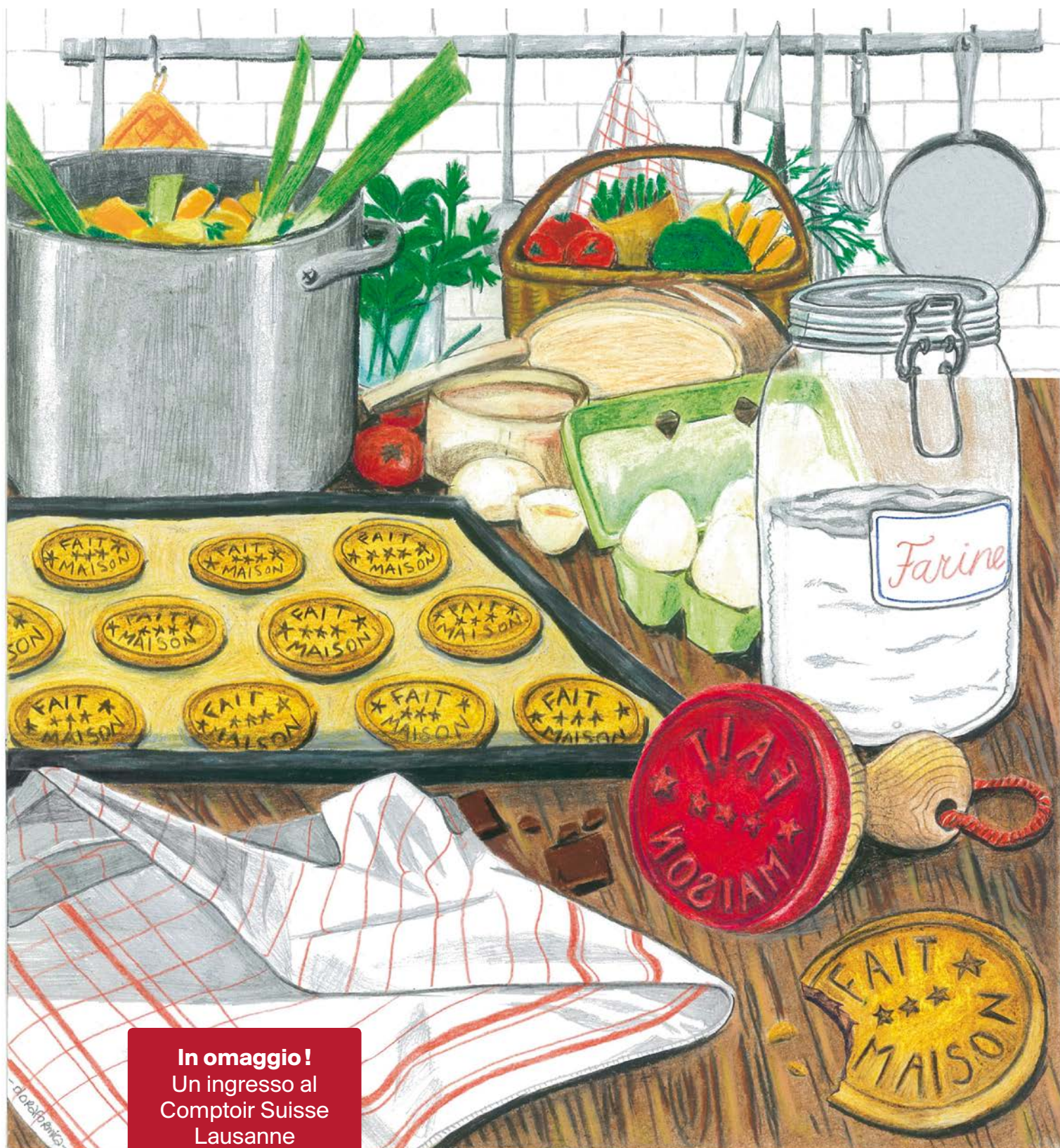
A Cossonay, Carlo Crisci, uno chef stellato, cucina divertendosi.

## MOUTIER

Una Città del Gusto in festa dove si incontrano convivialità e la cultura.

## AOP-IGP

Tre ritratti di produttori attraverso tre prodotti di punta.



**In omaggio!**  
Un ingresso al  
Comptoir Suisse  
Lausanne

Blancpain e la Settimana del Gusto:  
autenticità, passione ed emozione



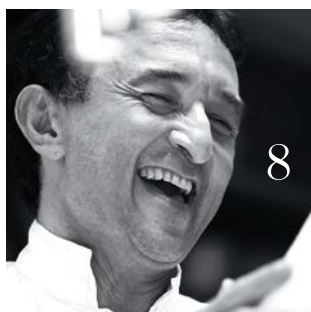
Women Collection

**IB**  
1735  
**BLANCPAIN**  
MANUFACTURE DE HAUTE HORLOGERIE

BLANCPAIN BOUTIQUES  
RUE DU RHÔNE 40 · 1204 GENEVA · TEL. +41 (0)22 312 59 39  
BAHNHOFSTRASSE 28 · PARADEPLATZ · 8001 ZURICH · TEL. +41 (0)44 220 11 80  
[www.blancpain.com](http://www.blancpain.com)

# sommario

La Settimana del Gusto 2014



<b>PREAMBOLO</b>	3
<b>MOUTIER</b> Città del Gusto 2014	5
<b>SLOWFOOD</b> la stessa fame di cambiamento	16
<b>POSTER</b> un saporito erbario	59
<b>LA CARTA</b> della Settimana del Gusto	91
<b>COMITATI QUALITÀ</b>	93

## Ritratti

<b>CARLO CRISCI</b> Padrino della Settimana del Gusto 2014	8
<b>PEOPLE</b> i loro piatti preferiti	12
<b>REYNALD PARMELIN</b> il viticoltore che vede il bio in blu	53

## Interviste

<b>RICHARD PFISTER</b> ingegnere in enologia e profumiere	48
<b>NICOLAS BIDEAU</b> direttore di Presenza Svizzera	63
<b>SOPHIE BUCHER DELLA TORRE</b> elegia per l'acqua di fonte casalinga	70

## Ricetta

<b>IL COREGONE</b> come preparare questo salmonide tipicamente svizzero	36
--	----

## Regioni

<b>IL VALLESE</b> paese della Cuccagna	32
<b>TICINO</b> sapori da scoprire	54
<b>APPENZELLO</b> un cantone da sgranocchiare	80

## Prodotti


<b>BEX</b> il Sale delle Alpi	26
<b>AOP-IGP</b> dei prodotti e degli uomini	41
<b>CIOCCOLATO</b> piacere dei sensi	86

## Inchieste e Reportage

<b>LA SCUOLA ALBERGHIERA DI LOSANNA</b> un indicatore per « mangiare sostenibile »	21
<b>BLANCPAIN</b> dall'orologeria alla gastronomia	30
<b>SWISSWINE PROMOTION</b> grandi tavole e vecchi millesimi	50
<b>GIARDINI ALPINI</b> la forza delle Alpi per il corpo e per lo spirito	67
<b>« FAIT MAISON »</b> nasce un nuovo marchio	74
<b>NUTRIZIONE</b> il lavoro della DSC a favore di un'alimentazione sana per tutti	77
<b>COMPTOIR SUISSE</b> punto d'incontro dei palati fini	84

# copertina

Illustrazione, Dora Formica



Are **you**  
pesticide-free?

Studi scientifici sempre più frequenti evidenziano gli effetti nocivi dei pesticidi. Si tratta di un problema serio.

L'uso dei pesticidi non è indispensabile ed è da evitare.

Non solo per il vostro benessere, ma anche per quello dei vostri figli, dei nostri agricoltori e della nostra nazione.

[www.panswiss.org](http://www.panswiss.org)



# Il gusto degli altri



**O**besità al nord, fame al sud, ovunque: malnutrizione. E se il nostro problema fosse la solitudine alimentare che distrugge l'amore per il cibo?

Se da una parte l'industria agro-alimentare ha senza alcun dubbio piani precisi sul tipo di alimenti da proporre alla popolazione del pianeta nei prossimi anni, dall'altra è innegabile che la scomparsa di certi stili di vita, la mobilità e gli orari di lavoro hanno ridotto la questione del cibo quotidiano a un problema marginale, all'ultima voce del budget familiare...

La cosa più grave è che abbiamo perso il gusto degli altri. Il gusto della comunità: quella dei contadini e degli allevatori che ci nutrono tutto l'anno. Il gusto del riunirsi intorno a una tavola ben apparecchiata per mangiare insieme. Il gusto della cucina, come alternativa quotidiana al premasticato standardizzato. E anche il gusto della trasmissione di questi valori ai nostri figli.

Ma non c'è nulla di inevitabile in tutto ciò! E soprattutto, non serve a niente lamentarsi di coloro che dominano questo mercato perché, certo, fanno i loro interessi e i loro affari, ma noi per il momento siamo i loro migliori alleati nella distruzione della biodiversità culinaria. Malgrado noi stessi.

In fondo, potremmo cambiare le cose. Cominciamo ad agire, allora! Diventiamo padroni di quello che mangiamo!

La Settimana del Gusto è innanzitutto un momento in cui è possibile cominciare a porsi le domande giuste e a prendere buone decisioni per se stessi, la propria famiglia, i propri amici, muovendosi al ritmo di una continua scoperta di quanto ci offrono il nostro paese e le sue regioni.

Un grazie quindi a Slow Food, nostro partner, a Carlo Crisci, Padrino della Settimana 2014, chef pieno di inventiva e allegria, a Moutier, Città svizzera del Gusto 2014 popolare e partecipativa, e un grazie a tutti gli altri compagni di viaggio che permettono alla Settimana svizzera del Gusto di diventare un gioioso momento di scambio in cui si possono stringere o consolidare tante amicizie culinarie.

Catherine David  
Coordinatrice della Settimana Svizzera del Gusto

Josef Zisyadis  
Presidente della Settimana Svizzera del Gusto



# Moutier

..... + .....

Città del Gusto 2014

*Spesso è stata ridotta al suo carattere industriale  
od orologiero, o addirittura è stata associata  
ad alcune turbolenze politiche.*

*Moutier, invece, se si deve credere al suo sindaco,  
Maxime Zuber, è più simile al villaggio  
di Astérix: « un villaggio in cui tutto si conclude  
sempre con un grande banchetto »...*

**A Moutier Città del Gusto ci saranno dunque tori arrostiti interi e una festa di San Martino gigante, concorsi di zuppe e confraternite gastronomiche, gioiose vendemmie e specialità di tutto il mondo, piantagioni urbane, passeggiate per buongustai e laboratori di cucina aperti a tutti.**

**Mescolando cultura e convivialità, la festa sarà «partecipativa e popolare» e si articolerà in una quarantina di eventi che avranno luogo prima, durante e dopo la Settimana del Gusto.**

O che hanno già avuto luogo: a cominciare da un carnevale durante il quale, in marzo, sono sfilati bambini mascherati da foreste nere, morbidi dolcetti e altre delizie al cioccolato... E a cominciare dai festeggiamenti per l'elezione di Moutier a Città del Gusto la cui genesi va ricercata nel locale Service de la jeunesse et des actions communautaires. L'idea infatti è quella di coinvolgere le giovani generazioni invitandole a partecipare concretamente a tutta una serie di manifestazioni e animazioni ludiche e pedagogiche. Più in generale, la festa vuole essere vicina alla gente e appunto «partecipativa e popolare».

All'inizio gli organizzatori erano animati da grandi ambizioni. La loro celebrazione del gusto sarebbe stata all'insegna della gastronomia, dei prodotti di alta gamma - addirittura stellata! Avrebbe servito piatti raffinati a un pubblico attento e consapevole. Avrebbe richiesto riti solenni...

Poi ci si è resi conto che a Moutier non ci sono ristoranti stellati, che i suoi prodotti tradizionali si contano sulle dita di una mano e che mancavano ricette illustri.

A questo punto, messe da parte le ambizioni iniziali hanno cominciato a emergere legioni di idee molto più originali... Da vari anni la confraternita dei Loitche-Potches prende parte attivamente alla Settimana del gusto. I Loitche-Potches? In altre parole «quelli che leccano volentieri il mestolo».

Una banda costituita da una ventina di amici che nasce circa quarant'anni fa durante un corso di cucina alla Protezione Civile: «ci si rese conto che molti erano incapaci persino di cuocersi un uovo!», racconta il suo presidente Bertrand Zahno. Da allora, su richiesta di molti partecipanti, i corsi si sono trasformati in incontri informali; la Confraternita ha addirittura acquistato e rinnovato una vecchia scuola dove ogni mese i membri si riuniscono intorno a un

diverso tema. In occasione della Settimana del Gusto i Loitche-Potches hanno lanciato un concorso di zuppe e per questa edizione hanno immaginato una serata delle zuppe del mondo con la partecipazione delle comunità straniere. In seguito si metteranno ai fornelli anche per preparare, a coronamento pantagruelico delle festività 2014, una festa di San Martino gigantesca, per 300 persone.

«A Moutier ci sono molti gruppi di appassionati e amatori, sul tipo dei Loitche-Potches», dice Silvère Ackermann, coordinatore del progetto. «Cerchiamo tutti prodotti di qualità, a volte difficili da trovare, e abbiamo voglia di creare eventi davvero popolari che promuovano il gusto utilizzando un approccio visivo».

Da qui l'idea delle piantagioni urbane: verdure, frutta, erbe aromatiche, insalate e varietà antiche di cereali saranno piantati in una decina di luoghi diversi (rotonde, piscine, ospedali e case di cura), in collaborazione con alcuni agricoltori e i giardinieri della città. Un percorso gastronomico, allestito fin dal mese di giugno, guiderà i visitatori tramite una serie di pannelli esplicativi. La stessa passeggiata condurrà fino al Museo giurassiano, sede di una mostra sul tema del gusto e del disgusto nell'arte e nell'alimentazione. Artisti della regione o di altre parti della Svizzera avranno occasione di esprimersi utilizzando registri diversi: rappresentazione o uso di derrate alimentari, interventi effimeri o creazioni durevoli, e il dialogo con opere più antiche, in particolare le nature morte. Sempre in relazione alla mostra sono previste infine due performance: il duo lucernese Paul Lipp e Reto Leuthold farà un intervento di «Fast Kunst», costituito da opere create alla massima velocità (come il fast-food) e vendute a prezzi modici, mentre l'artista giurassiano Claude Gigon inviterà il pubblico a giocare con, e a gustare un, gioco a scacchi giganti fatti di cioccolato.

Molto concreto è anche il progetto che consiste nel rilanciare un mercato a Moutier, un pretesto per promuovere piccoli produttori di pane, formaggio, salumi, verdure, con un sottofondo di animazioni musicali...

O l'idea di far fabbricare una «birra della prevostura» veramente artigianale agli abitanti della città.

In fondo, gli eventi di Moutier Città del Gusto sono di tre tipi diversi, riassume Silvère Ackermann. In primo

*Rappresentazione o uso di  
derrate alimentari,  
interventi effimeri o creazioni  
durevoli...*



luogo si tratta di eventi che esistevano già e sono stati integrati per l'occasione nella Settimana del Gusto in modo da amplificarne la portata e conformarli, se necessario, alla Carta della manifestazione. Il festival Espacestand giunto alla sua quinta edizione e rivolto al pubblico più giovane, includerà diverse animazioni tra cui un corso scolastico gigante e un pic-nic offerto a ottocento partecipanti oltre a un concerto con strumenti scolpiti nei legumi. Altri esempi di questo tipo saranno la fiera primaverile (la «Foire aux cramias», il tradizionale mercatino dell'usato (la «Fête de la vieille ville») e la fiera dei funghi porcini. In secondo luogo ci sono eventi proposti espressamente per l'occasione, come le cene del mondo organizzate dalle comunità straniere e accompagnate da altri eventi e manifestazioni artistiche. Gli scout proporranno laboratori di sensibilizzazione al gusto e l'università popolare offrirà una settimana di corsi aperti a tutti, previa iscrizione, su temi vari: pasticceria dolce o salata, cucina indiana o ayurvedica, torte, conigli di cioccolato, specialità libanesi, dolci per genitori e bambini, le basi della coltivazione della vite... In questa categoria si devono segnalare anche le attività dei due affumicatori della regione, risalenti entrambi al XVI secolo, che accoglieranno molte interessanti manifestazioni

La terza categoria comprende infine gli eventi proposti dal comitato organizzativo, i più numerosi. Le sorprese saranno molte e la festa potrebbe prendere forma in luoghi in cui non ci si aspetta di trovarla. Ad esempio all'Ospedale del Giura bernese, partner principale della Settimana del Gusto, in cui si scoprirà l'impegno di una brigata di persone a favore di ciò che è buono e si sfaterà l'immagine triste che di solito portano con sé gli istituti di cura...

E per finire... I più colti conoscono la Collegiata di Saint Germain, chiesa abbaziale dei secoli XI<sup>e</sup> XII, consacrata al santo protettore della città. Più rari sono quelli che sanno che la collegiata è circondata da una delle più giovani – e una delle più settentrionali – vigne delle nostre regioni. Un vigneto in miniatura che si è visto conferire il premio del Concorso svizzero della biodiversità nel 2012. Aurèle Morf, vignaiolo autodidatta e appassionato, lo coltiva con metodi biodinamici dal 2008. Sarà uno degli attori di Moutier Città del Gusto, in particolare con il suo cabernet del Giura. La quarta Festa della vendemmia coronerà gli eventi del gusto all'inizio di ottobre e fungerà da pretesto per rimettersi tutti a tavola facendo arrostito un toro intero sulla pizza della Collegiata, ma anche per accogliere un ciclo di conferenze sull'agricoltura e la qualità della nostra alimentazione, con vari invitati molto interessanti tra cui Claude e Lydia Bourguignon. Eh sì, Moutier è proprio un villaggio di galli dove tutto si conclude con un enorme banchetto... ●

**GOÛTS OU DÉGOÛTS :  
ART ET ALIMENTATION**

25 maggio-31 agosto

mostra al «Musée jurassien des Arts»

[www.villedugout.ch](http://www.villedugout.ch)

[www.facebook.com/villedugout](https://www.facebook.com/villedugout)

[www.musee-moutier.ch](http://www.musee-moutier.ch)

[www.claudegigon.ch](http://www.claudegigon.ch)

[www.fastkunst.twoday.net/nh](http://www.fastkunst.twoday.net/nh)

# Carlo Crisci

testo, Patrick Morier-Genoud / foto, Claude Dussez

illustrazione, Dora Formica

**Durante i trent'anni e più passati dietro ai fornelli del Cerf, a Cossonay, Carlo Crisci, 58 anni, è stato premiato più volte per la sua arte culinaria. In particolare ha ottenuto la Clé d'or de la Gastronomie, due stelle Michelin e 18/20 punti GaultMillau. Ma a fare di lui uno chef impareggiabile è la costante capacità di meravigliarsi che lo guida e che sa esprimere e comunicare. La sua eccezionale tecnica la utilizza da vero virtuoso, con inventiva e talvolta con giocosità, cercando di dare piacere ed emozione a tutti coloro che hanno la fortuna di gustare la sua cucina.**

*L'arte culinaria del  
padrino della Settimana  
del Gusto 2014, una cucina  
all'insegna dell'emozione.*

**I** filetti di piccione, di un rosso delicato, sono posati, come in un nido, su uno strato di pasta al cioccolato; le coste di sedano, tagliate a brunoise, danno l'impressione di sottili rami di sole che passano attraverso i rami di un albero, il tartufo e l'imperatoria aggiungono all'insieme un sottile aroma di sottobosco. In bocca, la tenerezza

della carne è valorizzata dal croccante del sedano e del grué (fava di cacao torrefatta, ndr) e dalla consistenza leggermente resistente della pasta. Basta chiudere gli occhi per sentire lo scricchiolio dei rametti sotto i piedi, il canto degli uccelli, l'odore di humus... I tannini del cioccolato costituiscono la base da cui emergono gli altri aromi: quelli, dolci ma anche un po' selvatici, della carne cotta a perfezione – tanto che la si immagina appena accarezzata dal calore –, quelli del sedano, che dà un tocco di vitalità al piatto, e del tartufo, che gli dà profondità, e poi dell'imperatoria che vi aggiunge forza mentre il grué lo riscalda. Non siamo più seduti a un tavolo del Cerf, a Cossonay, voliamo sopra le foreste che ricoprivano questo paese prima che l'essere umano lo abitasse.

## **In costante creazione**

Carlo Crisci è uno chef stellato, uno dei dieci migliori cuochi svizzeri, ma prima di tutto è un mago. È questo che lo rende unico. Gli occhi brillanti, lo spirito pronto, è sempre in movimento, alla ricerca

di ciò che può incantarlo e che incanterà i suoi commensali. Certo, la sua cucina è caratterizzata da una libertà fuori dal comune nelle associazioni di gusti e di consistenze. Ma anche stoviglie, decorazione, luce, servizio in sala contribuiscono al fascino del Cerf – tutto è importante ai suoi occhi. È come se fosse sempre alla ricerca di un equilibrio da riconquistare ogni giorno. Carlo Crisci è una persona molto concreta: «non invento le mie ricette in maniera cerebrale», dice, «ma lavoro con la materia, empiricamente». «A mio parere i cuochi devono cucinare, non fare teoria. Qui al Cerf siamo in costante evoluzione. Abbiamo sempre un nuovo progetto da portare avanti, un sogno da realizzare. Sono felice della notorietà che ha acquisito il nostro ristorante, lusingato dai riconoscimenti che mi tributano clienti e colleghi, ma il mio Graal, quello che mi guida, che mi anima, è l'emozione che cerco di suscitare. Un'emozione che va di pari passo con il piacere di cucinare divertendomi e che amo condividere».

Se Carlo Crisci afferma di cucinare divertendosi, di non andare alla ricerca di una perfezione fine a se stessa («a volte sono i piccoli difetti a fare i grandi piatti»), non significa però che non sia esigente. Le cotture, per esempio, sono una delle sue specialità. Cucina sotto azoto, sotto vuoto, alla piastra, allo spiedo e in tanti altri modi ancora privilegiando le cotture lente che preservano le fibre e lasciano intatto il sapore del prodotto.

## **Erbe selvatiche e olio d'oliva**

A parte le cotture, ci sono altri aspetti specifici nella cucina di Carlo Crisci. Le erbe selvatiche locali, per esempio: imperatoria, panace, geum comune, ellera terrestre, girardina silvestre, tussilago, portu-

I magneti  
che indicano  
il numero di  
tavolo →



↑  
Il papavero,  
la sua pianta  
feticcio!



↑  
La sua teiera  
di camomilla,  
per "calmarsi"  
quando la situazione  
si fa frenetica"

↑  
Le siringhe:  
accessorio indispensabile  
per dare il suo tocco  
finale ai piatti.



↑  
La lista  
dei piatti  
relativi  
a un  
tavolo,  
spuntati  
via via



laca... Lo chef ha cominciato a utilizzarle una quindicina di anni fa, iniziato dall'etnobotanico François Couplan, con il quale ha appena pubblicato un libro. «È stato come per un pittore scoprire nuovi colori. Le erbe selvatiche sono quanto di più bello ci offre il nostro territorio, e nello stesso tempo rappresentano anche qualcosa di molto esotico perché certi gusti sono stati completamente dimenticati. Non ne faccio un'ossessione, ma ci sono quasi sempre delle erbe nei miei piatti, alcune hanno addirittura sostituito altri ingredienti, ad esempio il geum comune a preso il posto del chiodo di garofano.»

E poi c'è l'olio d'oliva, che lo chef usa abbondantemente («lo metto anche in certi dessert») e di cui vanta i meriti con entusiasmo («è una carezza interiore»). Non un qualsiasi olio d'oliva, ma il suo, quello che già coltivavano i suoi antenati a Roscigno, il piccolo villaggio a sud di Napoli da cui è partito Angelo, il padre di Carlo, all'inizio degli anni cinquanta, per venire a lavorare in Svizzera.

«Sono molto felice di essere il padrino della Settimana

del Gusto quest'anno, io, il figlio di un immigrato», si rallegra lo chef. «Spero che questa valorizzazione dei mestieri della tavola sarà anche l'occasione per parlare delle condizioni di lavoro e di formazione nel campo della ristorazione, che devono assolutamente essere migliorate se si vogliono coltivare le nuove leve. Attualmente, senza gli stranieri, che sono la maggioranza nel settore alberghiero svizzero, il paese non potrebbe offrire servizi di grande qualità ai turisti che vengono in visita».

Nella cucina del Cerf, Carlo Crisci prepara un antipasto a base di coregone bianco. Il pesce è accompagnato da cavolo e lenticchie: e si sposano così bene che sembra che nient'altro potrebbe accompagnarlo. Una goccia di limone dà al piatto un sorriso malizioso, lo stesso dello chef mentre osserva i suoi ospiti intenti a gustarlo. Mi dica, Carlo, come ha fatto per rendere questo coregone così morbido senza fargli perdere consistenza? «Gli ho fatto credere che non lo stavo affatto cucinando», risponde ridendo. Un mago, come vi dicevo.

*E poi c'è l'olio d'oliva,  
che lo chef usa  
abbondantemente!*

**Per qualsiasi informazione  
sul Cerf, a Cossonay:**  
[www.lecerf-carlocrisci.ch](http://www.lecerf-carlocrisci.ch).

**I libri di Carlo Crisci:**

- Equilibre, Editions Favre, 2005
- Vertiges des saveurs, cueillir et cuisiner les herbes sauvages, con François Couplan, Editions du Belvédère, 2013.

**Da leggere:**

- *Carlo Crisci, portrait gourmand\**  
Par Patrick Morier-Genoud  
Editions Au Fil du Goût



# Il piatto preferito di...

testo, Sophie Dorsaz / foto, DR

illustrazione, Dora Formica

ALCUNE PERSONALITÀ SVIZZERE CHE ECCELLONO NELLO SPORT, NELLA CULTURA, NELLA POLITICA O NELLA VITICOLTURA CI PARLANO DELLA LORO RICETTA PREFERITA E CI SUGGERISCONO QUALCHE TRUCCO CULINARIO, UTILE AL MOMENTO DI METTERSI A TAVOLA.



## Stanislas Wawrinka

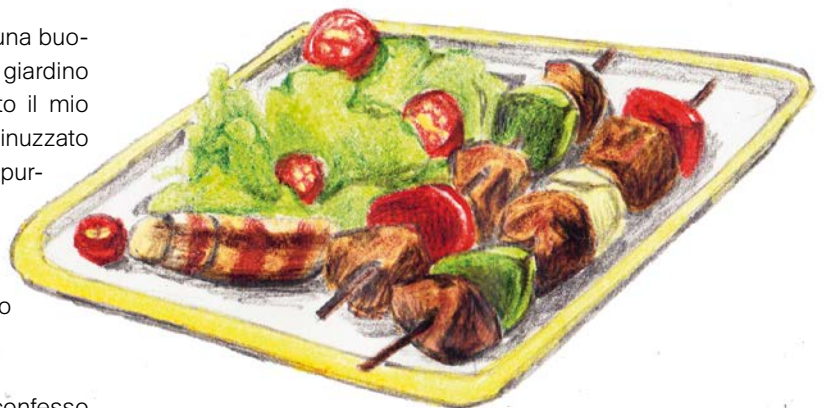
*Tennista professionista*

*Numero 3 al mondo,*

*vincitore quest'anno degli Australian Open  
e del torneo di Montecarlo.*

**I**n estate non posso fare a meno di una buona grigliata. La preparo addirittura in giardino durante Wimbledon. A parte questo il mio piatto preferito è tipicamente svizzero: sminuzzato di vitello alla zurighese e rösti. È difficile purtroppo trovarlo all'estero, quindi, quando sono a casa, ne approfitto per assaporarlo pienamente. Mi piace prepararlo – me la cavo molto bene! – ma anche mangiarlo al ristorante.

Per continuare nella tradizione svizzera, confesso che di di tanto in tanto, in inverno, mangio molto volentieri una fonduta o una raclette.



# Irene Grünenfelder

*Viticoltrice a Eichholz  
Grigioni*



**A**doro cucinare la zuppa di carote allo zenzero. Soprattutto d'inverno quando fuori fa freddo e si ha voglia di scaldarsi con un buon piatto fatto in casa. Per prepararla bisogna innanzitutto far soffriggere la cipolla, poi aggiungere la carota tagliata a rondelle e un po' di zenzero tritato in olio d'oliva. In seguito si aggiunge del vino bianco, del brodo e del latte di cocco e si lascia cuocere il tutto per circa 20 minuti prima di passarlo nel mixer. Se desidero un pasto più completo, servo la zuppa con del pesce o delle capesante. E per quanto riguarda il vino, un Sauvignon Blanc o un Crémant sono perfetti.

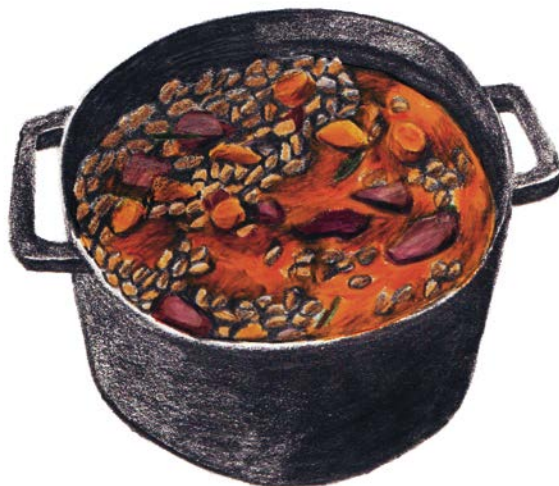


# Denis Maillefer

*Regista e co-direttore  
del Théâtre Les Halles,  
Sierre, Vallese*

**I**l mio piatto preferito è il cassoulet perché la sua preparazione è simile a una lunga cerimonia. Lo preparo il giorno prima e lo faccio cuocere per ore. Ho una ricetta a cui apporto via via piccoli miglioramenti. Bisogna per prima cosa mettere a bagno i fagioli e far cuocere la carne nel grasso d'anatra. Ci si deve poi occupare degli altri ingredienti, come l'aglio, il pomodoro ecc. per comporre un piatto stratificato.

Adoro prendermi il tempo necessario per cucinarlo e generalmente piace a tutti. Il vantaggio di questo piatto è che quando gli invitati arrivano è già pronto e può essere lasciato riposare anche per più di un'ora durante l'aperitivo. A tavola suggerisco di accompagnarlo con un vino del sud-ovest della Francia come il Cahors.



# Questa insalata sprizza verde da ogni poro.



La natura sa cosa fa bene. Per questo motivo la nostra insalata bio viene coltivata secondo severe normative, e quindi senza agenti chimici ma semplicemente grazie al sole, alla terra, all'acqua e all'aria. Una freschezza che si sente!

Parte di

GENERAZIONE **M**

## MIGROS

**M** per il Meglio del bio.



## Dominique Gisin

*Sciatrice di Engelberg,  
campionessa olimpica di discesa ai  
Giochi olimpici di Sochi 2014*

**I**l mio piatto preferito sono senza dubbio gli Älplermagronen. A base di pasta e patate gratinate con cipolla e molto formaggio (svizzero naturalmente). Una volta tolti dal forno, vanno serviti con della composta di mele! Sono questi piccoli dettagli a fare tutta la differenza. So preparare questo piatto, ma la versione migliore è quella di mia madre, a partire da una ricetta originale di mia zia.

In me evoca alcuni momenti importanti: il ritorno a casa dopo un viaggio, una settimana di allenamento o un mese passato in America. È il mio modo di dire: «eccomi di ritorno!». Per dissetarmi, li accompagno con uno «Schorle», una bevanda gassata a base di succo di mele.



## Manuele Bertoli

*ministro della cultura  
e dell'educazione del Ticino, PS*



**N**e ho diversi di piatti preferiti, ma ai primi tre posti in classifica si trovano lasagne, pizzoccheri e polenta con la mortadella e i fagioli. Amo questi piatti perché amo i gusti semplici che mi ricordano le mie radici e invitano a trascorrere un piacevole momento conviviale intorno a una tavola.

Di solito è mia moglie a prepararli, o mia madre o mia suocera. Personalmente non sono molto attivo in cucina anche se sono in grado di cavarmela. Loro invece sanno fare delle ottime lasagne con la pasta fresca, tirata a mano. Anche i pizzoccheri sono deliziosi fatti in casa e bolliti con cavolo nero e patate. Per la polenta, il segreto è cuocerla sul camino arricchita da mortadella locale. Il tutto accompagnato da un vino rosso ticinese o piemontese.

# Slow Food

25 anni e sempre la stessa fame  
di cambiamento

**Da quasi un quarto di secolo ormai il pubblico sente parlare  
di questa associazione e vi si interessa, un poco,  
molto o appassionatamente.**

testo, Alessandra Roversi / foto, Yoni Nimrod



Carlo Petrini (a destra del suonatore di fisarmonica), durante il «Cantè j'eu», una festa tradizionale del Piemonte che annuncia l'arrivo della primavera e celebra la convivialità e i prodotti locali. Giornalista, sociologo e gastronomo, nato a Bra (Piemonte, Italia), è il fondatore di Slow Food e il suo presidente da 25 anni.

### **Qualche parola sul legame tra Slow Food Internazionale e la Svizzera?**

La Svizzera ha un legame stretto con l'Italia e Slow Food tramite il Ticino. Il primo prodotto Presidio fuori dall'Italia è stato proprio un prodotto ticinese, il formaggio Zincarlin. In tutta la Svizzera ci sono tanti bei prodotti contadini e produttori che vantano tradizioni forti, ma anche atteggiamenti e tecniche moderni. Nella gastronomia, i grotti ticinesi sono un'istituzione favolosa, presenti da anni nella guida delle Osterie d'Italia. E ci sono sempre stati personaggi importanti della Svizzera nell'associazione a livello internazionale.

### **Come vede lo sviluppo di Slow Food nei prossimi anni?**

Per sviluppare Slow Food bisogna continuare a valorizzare il patrimonio locale, a fare progetti concreti per mettere in relazione produttori e consumatori, ma con cuore, anima e cervello a livello globale. Slow Food ha radici forti nel locale, ma si confronta con il mondo e diventa sempre più protagonista, per esempio con la creazione di 10.000 orti in Africa e promuovendo la tutela di 10.000 prodotti dell'Arca del Gusto in tutto il mondo.

Slow Food non è un'associazione chiusa, deve essere inclusiva e in comunanza di idee con tante altre associazioni. Sviluppiamo sempre rapporti di fraternità con associazioni locali e internazionali (Pro Specie Rara, Via Campesina, ecc.) per rafforzare i nostri obiettivi.

### **Dunque aprirsi al mondo per salvaguardare il locale?**

Assolutamente. La tutela del patrimonio alimentare è un'idea incisiva e forte che si è sviluppata prima dell'emergere di movimenti sciovinisti di tipo identitario. L'iden-

tità è figlia dello scambio, non è chiusura. Per esempio, in Italia si dice che il nostro piatto emblematico sia la pasta al pomodoro. Ma né la pasta, né il pomodoro sono italiani all'origine. In Piemonte si mangia la «bagna cauda», un tipo di salsa calda nella quale si intingono varie verdure di stagione, e né le acciughe né l'olio usato nella sua preparazione sono Piemontesi. L'identità concepita come elemento di chiusura è sbagliata anche dal punto di vista gastronomico. Per esempio non posso pensare a Zurigo senza pensare al kebab, a meno che non si parli della Zurigo di 40 anni fa.

## *L'identità è figlia dello scambio*

Che cosa può fare ognuno di noi per favorire il cibo buono, pulito e giusto? Il cittadino oggi deve prima di tutto rivendicare il diritto alla corretta informazione: non soltanto da dove viene il prodotto ma tutti i processi produttivi. Dopo, deve diventare co-produttore, attraverso la conoscenza dei prodotti. Non si può rimanere passivi, bisogna capire che comprando localmente si contribuisce all'economia mondiale.

### **Che cosa può fare ognuno di noi per favorire il cibo buono, pulito e giusto?**

Il cittadino oggi deve prima di tutto rivendicare il diritto alla corretta informazione: non soltanto da dove viene il prodotto ma tutti i processi produttivi. Dopo, deve diventare co-produttore, attraverso la conoscenza dei prodotti. Non si può rimanere passivi, bisogna capire che comprando localmente si contribuisce all'economia mondiale.

### **E come si fa a coinvolgere e sensibilizzare più gente su questa via?**

Oggi siamo soggetti a un bombardamento di informazioni, ormai dobbiamo pulirci il cervello! Avvicinarsi alle persone tramite il piacere aiuta ma bisogna stare attenti perché se si esagera, si distrugge il piacere. Il buon senso e la misura sono due cose meravigliose che non sono messe abbastanza in risalto. E bisogna dare fiducia ai giovani, aiutarli a iniziare un percorso.

### **L'educazione già da bambini è importante?**

Nella storia di Slow Food, cioè da più di 25 anni, l'educazione ha sempre avuto un ruolo centrale. È importante però ricordare e rilevare che è un processo costante che dura tutta la vita, non riguarda soltanto bambini e giovani. Certo, educare un bambino è come gettare le fondamenta di una casa mentre per una persona più anziana, come me, si tratta, diciamo, di ristrutturare i muri. Non si deve mai pensare che sia un approccio soltanto di una generazione o per un periodo della vita.

Abbiamo sviluppato gli orti come strumento che ci ha permesso di rilanciare l'educazione a un approccio corretto all'alimentazione: conoscere le materie prime ma anche produrle, selezionare sementi, preparare il terreno. Vorrei insistere anche su questa pratica manuale che fa parte dell'educazione.

### **In 25 anni è migliorato o peggiorato il contesto dell'alimentazione?**

Le cose sono migliorate, direi anche certe volte esageratamente migliorate! Trent'anni fa, non si parlava di cibo, mai, adesso se ne parla fin troppo. In televisione si vedono soltanto programmi sul cibo. Bisogna ritrovare il senso del limite. Il cibo non è un feticcio, non può solo essere letto come materia alimentare, deve anche essere capito come cultura, spiritualità, politica, filosofia. Bisogna avere una visione olistica: non c'è prima il buono e dopo il pulito e il giusto.

# Due progetti sotto i riflettori

**Il numero di attività dell'organizzazione che puntano ad avvicinare consumatori e produttori sembra infinito: campagne per migliorare le mense scolastiche in Europa dell'est, mense collettive nelle favelas del Brasile, salvaguardia dei prugni ad alto fusto del Giura tabulare in Svizzera, alleanza tra cuochi e artigiani del gusto in Marocco e molto altro. Il movimento cresce perché sempre più persone aspirano a un'alimentazione migliore, più giusta, più pulita**

10.000 orti in Africa:  
piantare un seme durevole  
e sostenibile



Al Salone del Gusto 2010 di Torino, la Fondazione Slow Food ha lanciato l'idea di sviluppare degli orti in Africa, non solo nelle scuole, dove ciò già avviene, come in altri paesi in cui l'associazione è presente, ma nelle comunità

in senso più ampio. Il primo obiettivo era quello di sostenerne 1000, ed è stato raggiunto alla fine del 2013 grazie al coinvolgimento di 350 comunità in 38 Stati del continente.

Il progetto è gestito in Africa dalla rete Slow Food, composta di giovani di Slow Food Youth, di ex studenti dell'Università degli studi di scienze gastronomiche (vedere riquadro) e di agronomi locali, che contribuiscono soprattutto all'elaborazione dei manuali d'istruzione e ai corsi di formazione per fare in modo che gli orti, coltivati con metodi sostenibili, producano, per esempio, le proprie sementi.

L'obiettivo attuale, sostenere 10.000 orti, è stato lanciato ufficialmente all'inizio del 2014. José Graziano da Silva, direttore generale della FAO (l'Organizzazione delle Nazioni Unite per l'alimentazione e l'agricoltura), che negli ultimi anni ha rafforzato i propri legami con Slow Food, ha sottolineato, al momento dell'annuncio di questo nuovo obiettivo, che l'iniziativa rappresentava un eccellente esempio di agricoltura familiare (tema dell'anno 2014 secondo quanto stabilito dall'ONU). L'iniziativa permette soprattutto di coinvolgere i giovani e di promuovere un'alimentazione migliore attraverso sistemi agricoli e alimentari sostenibili - anche se si tratta forse solo di una goccia nel mare in un oceano di sfide.

[www.slowfoodfoundation.com/en/262/slow-food-africa](http://www.slowfoodfoundation.com/en/262/slow-food-africa)

10.000 prodotti dell'Arca del  
Gusto: il repertorio della  
biodiversità alimentare

L'Arca del Gusto è un progetto lanciato da Slow Food nel 1996 e la cui missione è cercare, inventariare e far conoscere prodotti alimentari minacciati di estinzione dalla standardizzazione industriale. A tutt'oggi quasi 1700



prodotti sono stati repertoriati in questo grande catalogo mondiale dei sapori tradizionali in via di sparizione. Come un diluvio, l'agricoltura industriale e l'omogeneizzazione dei sapori stanno spazzando via alimenti, razze animali e varietà vegetali, insieme alla cultura e alla storia che portano con sé. Preservare la biodiversità permette di affrontare i cambiamenti, di adattarsi e di sopravvivere.

In Svizzera una trentina di prodotti sono inclusi in questo elenco, per esempio la fidighèla o mortadella di fegato (Ticino), i taillés aux greubons (Vaud) e la capra Toggenburg (San Gallo).

**Potete contribuire segnalando dei prodotti. Ecco come.**

→ Si può trattare di una varietà vegetale o di una razza animale autoctona importante dal punto di vista alimentare, di una specie selvatica (se è legata a modalità di raccolta, trasformazione e usi tradizionali) o di un prodotto trasformato (ad es. un formaggio, un salume, un tipo di pane, un dolce ecc.).

→ Il prodotto deve essere di qualità.

→ Deve essere legato a un territorio, alla memoria e all'identità di una comunità e a savoir-faire locali tradizionali.

→ Deve essere disponibile in quantità limitata.

→ Deve essere in via di sparizione.

[www.slowfoodfoundation.com/ark](http://www.slowfoodfoundation.com/ark)

[www.slowfood.ch/fr/nos-activites/larche-du-gout/](http://www.slowfood.ch/fr/nos-activites/larche-du-gout/)

**I 10 ANNI  
DELL'UNIVERSITÀ DI  
SCIENZE  
GASTRONOMICHE:  
30 GASTRONOMI  
SVIZZERI**

Nel suo primo libro pubblicato nel 2005 «Buono, pulito e giusto: principi di una nuova gastronomia», Carlo Petrini ricordava l'emergere di un nuovo tipo di gastronomo. Essere un gastronomo, oggi, significa andare al di là dell'edonistica ricerca del buon cibo e interessarsi all'agricoltura, all'identità dei territori, alla biologia, all'antropologia, all'ambiente e alla biodiversità, oltre che all'economia e alla politica. Nel 2004 per formare i giovani e avviarli a questa nuova professione è stata fondata a Pollenzo (Piemonte), a un tiro di schioppo da Bra, dove si trova la sede internazionale di Slow Food, nell'Italia del Nord, l'Università degli studi di scienze gastronomiche. Questa università non dimentica il valore della pratica e dell'esperienza. Durante la formazione quindi propone molti viaggi in Italia e nel mondo per incoraggiare gli studenti a scoprire realtà diverse di produzione e consumo alimentare.

Negli ultimi 10 anni, 30 svizzeri hanno studiato presso questa istituzione che organizza bachelor (3 anni) e master (di un anno o due anni) in inglese e in italiano. Nei corsi di master gli studenti hanno dai 20 ai 70 anni: non c'è un limite di età all'apprendimento!  
[www.unisg.it](http://www.unisg.it)

**GLI EVENTI DI  
QUEST'AUTUNNO!**

**4 - 5 ottobre 2014 a Losanna:**

**1° Slow Fish laghi e fiumi**

Slow Fish è una campagna sviluppata a livello internazionale da Slow Food per promuovere una gestione responsabile della pesca. A Genova, in Italia, si tiene una manifestazione biennale. La versione elvetica permetterà di capire e apprezzare la pesca sostenibile in Svizzera e altrove, grazie a un mercato di produttori locali e dell'arco alpino (pesce, ma anche senape, vino, verdure ecc.), conferenze e laboratori (ad esempio per imparare a sfilettare), film sul tema e animazioni per bambini.

[www.slowfish.ch](http://www.slowfish.ch) et

[www.slowfood.com/slowfish/](http://www.slowfood.com/slowfish/)

**23 - 27 ottobre 2014 a Torino  
(Italia): 10° Salone del Gusto e  
Terra Madre.**

Questo evento è uno dei più importanti a livello mondiale dedicati all'alimentazione e ai produttori: più di 1000 espositori di 130 paesi e poi conferenze, incontri, laboratori di cucina, pranzi e cene, discussioni con chef, contadini, pastori, pescatori, esperti e artigiani di tutto il mondo. Nel 2014 il Salone del Gusto metterà in evidenza il particolare valore dei prodotti dell'Arca del Gusto e presenterà progetti ispiratori nel quadro dell'Anno internazionale dell'agricoltura familiare.

[www.salonedelgusto.it](http://www.salonedelgusto.it)

**14 - 16 novembre 2014 a Zurigo:  
3° Slow Food Market**

Un'occasione perfetta per scoprire prodotti artigianali e produttori di tutta la Svizzera.

[www.slowfoodmarket.ch](http://www.slowfoodmarket.ch)

e se  
aderiste?



**ADERITE A SLOW FOOD SVIZZERA!**

Slow Food conta oggi 100.000 membri in 150 paesi e migliaia di persone contribuiscono con la loro azione al lavoro dell'associazione in Amazzonia, Camerun o Vietnam. Unendovi a questo movimento popolare potrete sostenere i progetti nazionali e svolgere un ruolo importante nell'organizzazione di eventi e campagne.

**Selezionate con una crocetta uno dei 3 campi seguenti:**

- Adesione individuale (fr. 120.-)
- Adesione doppia (fr. 160.-; 2 persone che vivono nella stessa casa)
- Adesione Slow Food Youth (fr. 30.-; meno di 30 anni)

**I vostri dati di contatto**

Cognome

Nome

E-mail

Data di nascita

**In caso di adesione doppia, dati della seconda persona**

Cognome

Nome

E-mail

Data di nascita

Via

Numero

NPA

Località

Telefono

# Genuss '14

22 agosto - 14 settembre 2014



Concorso  
da gustare

Das Beste  
der Region

[regionalprodukte.ch](http://regionalprodukte.ch)

Rivelateci qual è il vostro **evento preferito** e vincete uno dei **10 buoni** del valore di **30 CHF**, spendibili in una delle aziende che partecipano a Genuss '14

Partecipate ora : [www.regionalprodukte.ch](http://www.regionalprodukte.ch)

Scuola alberghiera di Losanna

# Un indicatore per « mangiare sostenibile »

testo, Manuella Magnin / fotos, DR





*Esalta il gusto dal 1893*

**L**a nostra alimentazione genera più inquinamento del settore dei trasporti. Un terzo delle emissioni di CO<sub>2</sub> proviene dalla catena alimentare. L'indicatore Beelong, messo a punto dalla Scuola alberghiera di Losanna (EHL), si rivolge ai ristoratori per rendere il loro comportamento più responsabile.

All'origine c'è un'ape, chiamata «bee» dai nostri amici anglofoni. Questo insetto, essenziale per la vita sulla terra, è minacciato dall'inquinamento, i pesticidi, i parassiti. I promotori dell'indicatore Beelong, un gruppo di studenti dell'EHL, hanno fatto di questo imenottero in pericolo il portabandiera dell'importanza delle nostre pratiche alimentari per la sopravvivenza del pianeta.

Rivolto al settore della ristorazione, l'indicatore elaborato a Losanna è uno strumento di valutazione dell'impatto ambientale degli acquisti di generi alimentari e bevande che punta a migliorare il bilancio ecologico dei nostri piatti. Implica infatti dei cambiamenti nella composizione quotidiana dei menu o nella scelta dei prodotti. Obiettivo: mangiare in modo più sostenibile.

Basato su una serie di criteri divisi in cinque gruppi, esamina la provenienza degli alimenti, il loro modo di produzione, la stagionalità, il grado di trasformazione e le emissioni di CO<sub>2</sub>.

In un'epoca in cui l'alimentazione rappresenta una delle maggiori sfide a livello mondiale, questo strumento, poco limitativo per chi lo utilizza, facilita l'esame delle modalità di acquisto, permette di individuare soluzioni per migliorarle e aiuta a comunicare le buone pratiche ai consumatori finali. L'indicatore è pensato soprattutto per ridurre il più possibile il carico di lavoro per chi lo deve applicare: la chiave per giungere a un'alimentazione più sostenibile è l'analisi delle bolle di consegna.

#### **Fase pilota**

I 14 operatori del settore della ristorazione che partecipano alla fase pilota di Beelong sono incoraggiati a

effettuare acquisti rispettosi dell'ambiente per ridurre l'impatto ambientale del cibo che mangiamo.

A capo dell'unità di sviluppo sostenibile del cantone di Vaud, Viviane Keller sottolinea l'importanza di Beelong: «l'articolo 23 della legge sull'agricoltura vodese prevede che il Consiglio di

Stato, per dare il buon esempio, promuova il consumo di prodotti agricoli locali durante le manifestazioni organizzate dai propri servizi o quelle che hanno beneficiato di sovvenzioni oltre che in tutti gli spazi gestiti dall'amministrazione cantonale». Lo Stato di Vaud prevede inoltre campagne di informazione e sensibilizzazione degli enti statali e parastatali per migliorare il loro modo di agire in questo campo.

Ma non mancano attività che vanno oltre i confini cantonali. Nel 2015, il cantone di Vaud, con l'appoggio di Coord21 (associazione di collettività e istituzioni di diritto pubblico della Svizzera romanda e del Ticino impegnate nella promozione di uno sviluppo sostenibile) creerà gruppi tramite i quali sarà possibile scambiare esperienze in merito agli acquisti alimentari responsabili.

#### **Premio Genilem**

Al di là di ristoratori e politici, Beelong è piaciuto anche a Genilem che gli ha conferito il premio «HES 2013».

Charlotte de La Baume, giovane imprenditrice che guida il progetto all'EHL, ha così vinto 20.000 franchi e un coaching Genilem di tre anni per mettere ulteriormente a punto questo strumento, scientificamente valido, che dovrebbe evolvere ancora e sfociare entro il 2016 nel lancio di un applicativo. Se si pensa che nella Svizzera romanda vengono serviti 50 milioni di pasti all'anno, è chiaro che il margine di migliora-

*Implica dei cambiamenti nella composizione dei menu o nella scelta dei prodotti. Obiettivo: mangiare in maniera più sostenibile.*

mento verso un'attitudine più responsabile nei confronti del cibo che mangiamo e l'ambiente è enorme.

### Una tendenza di fondo

Da alcuni anni i consumatori più consapevoli cominciano a preferire prodotti di prossimità e a interessarsi alla loro modalità di produzione. La ristorazione rapida ha cambiato il suo motto, da fast food a fast good, e ha messo in primo piano le buone pratiche ecologiche. Sempre più spesso i grandi gruppi di ristorazione collettiva presenti nella Svizzera romanda optano per i prodotti del territorio, per esempio ade-

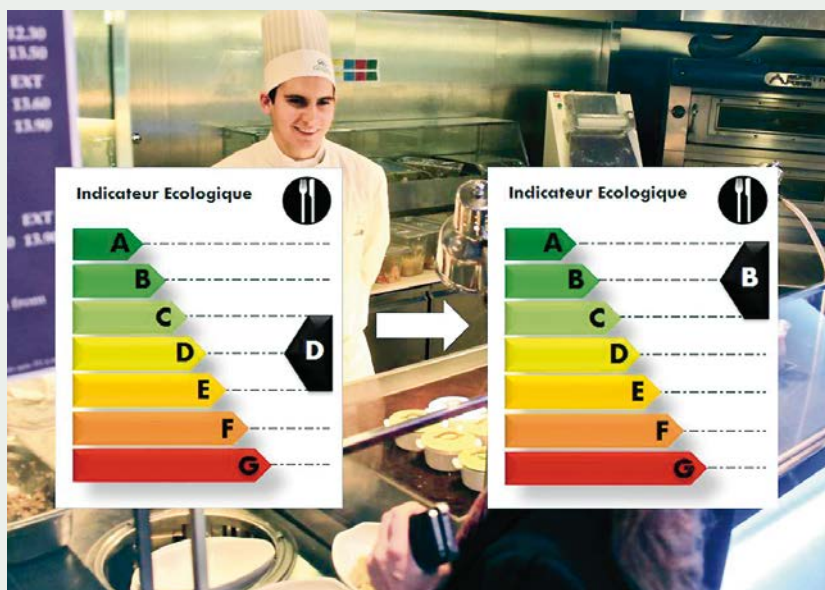
rendo al marchio GRTA (Genève Région Terre Avenir) che nell'autunno 2013 aveva già settanta membri in questo settore.

Sulla stessa linea, il gigante SV Group, che serve circa 20 milioni di pasti all'anno nei ristoranti e nelle mense collettive di tutta la Svizzera, nel 2013 ha ricevuto il Premio sul clima Zurich Svizzera & Liechtenstein per il suo programma ONE TWO WE realizzato insieme al WWF e il cui obiettivo è proprio diminuire le emissioni di CO<sub>2</sub> legate alla ristorazione. •

## Un piatto esemplare

### Pollo arrosto, porri gratinati e cavolo al burro

Il piatto servito dalla Scuola alberghiera di Losanna è riuscito a ottenere un voto molto migliore rispetto alla versione precedente grazie alla scelta, per quanto riguarda il pollo e alcune verdure, di prodotti locali a marchio «Suisse Garantie».



↓ Prima del cambiamento

↓ Dopo il cambiamento

Produit	Kg	Provenance	Saison	Mode de prod.	Transformation	g CO2	Note
Poireau	1.3	Turquie	Ok	-	Brut	1000	D
Echalotte	0.3	Suisse, Vaud	-	Suisse Garantie	Brut	1000	B
Chou frisé	1.5	Espagne	Ok	-	Brut	1000	C
Carotte	0.2	Espagne	Ok	-	Brut	1000	C
Ail	0.0	Argentine	Ok	-	Brut	1000	D
Poulet	3.0	Brésil	-	-	Surgelé	4000	F
Lard	0.1	Suisse, Valais	-	Suisse Garantie	Fumé	8000	B
Beurre	0.6	Suisse, Fribourg	-	Suisse Garantie	Pasteurisé, réfrigéré	7300	B
Fromage râpé	0.1	Italie	-	-	Réfrigéré	11400	D
Lait entier	5.0	Suisse	-	Suisse Garantie	Pasteurisé, réfrigéré	1500	B
Farine	0.4	Allemagne	-	-	Moulu	1500	C
Paprika	0.0	Méditerranée	-	-	Moulu	3500	E

Total **D**

Produit	Kg	Provenance	Saison	Mode de prod.	Transformation	g CO2	Note
Poireau	1.3	Turquie	Ok	-	Brut	1000	D
Echalotte	0.3	Suisse, Vaud	-	Suisse Garantie	Brut	1000	B
Chou frisé	1.5	Suisse, Vaud	Ok	Suisse Garantie	Brut	1000	A
Carotte	0.2	Suisse, Vaud	Ok	Suisse Garantie	Brut	1000	A
Ail	0.0	Argentine	Ok	-	Brut	1000	D
Poulet	3.0	Suisse	-	Suisse Garantie	Frais	4000	B
Lard	0.1	Suisse, Valais	-	Suisse Garantie	Fumé	8000	B
Beurre	0.6	Suisse, Fribourg	-	Suisse Garantie	Pasteurisé, réfrigéré	7300	B
Fromage râpé	0.1	Suisse, Fribourg	-	AOC (Suisse)	Réfrigéré	11400	C
Lait entier	5.0	Suisse, Vaud	-	Suisse Garantie	Pasteurisé, réfrigéré	1500	B
Farine	0.4	Suisse	-	-	Moulu	1500	B
Paprika	0.0	Méditerranée	-	-	Moulu	3500	E

Total **B**

« Scelgo sempre  
prodotti rispettosi  
dell'ambiente »



**Sylvie Chevry**  
è cuoca all'APEMS di Prélaz a Losanna e ha  
aderito con entusiasmo a Beelong.  
Intervista.

**Che cosa l'ha sedotta nel progetto  
Beelong ?**

Collaboravo già con la piattaforma bio che ci fornisce verdura e frutta di stagione.

Aderire a Beelong era dunque una conseguenza logica del mio impegno per un tipo di consumo ecologico, che rispetti la natura, le stagioni e i prodotti del territorio.

**Questo indicatore ha cambiato il suo modo di  
lavorare ?**

Grazie a Beelong, mi sono resa conto dell'importanza di fare attenzione a cosa mangiamo. Uso prodotti di stagione, regionali, rispettosi dell'ambiente. Abbiamo cambiato il tipo di pasta per privilegiare quella al farro svizzera, ma anche il tipo di riso, biologico e prodotto in Italia, di pesce ecc.. L'obiettivo è quello di offrire un cibo sano ai bambini e insegnare loro, fin dalla più tenera età, a rispettare la stagionalità dei prodotti. Evitiamo di acquistare generi alimentari che hanno percorso migliaia di chilometri. Anche se non boicotto il consumo di frutti esotici, mi accerto che la loro provenienza sia in accordo con i principi di Beelong.

**In termini di acquisti, l'indicatore ha un impatto  
sui costi degli ingredienti ?**

Naturalmente diventano un po' più cari.

**Pensa che questo sistema sia applicabile  
a tutti i tipi di ristoranti ?**

Sarebbe meraviglioso se tutti i ristoranti utilizzassero prodotti bio, locali e rispettosi dell'ambiente, ma ciò ridurrebbe la varietà e aumenterebbe il costo. Purtroppo molti non avrebbero più la possibilità di andare al ristorante.

## I locali della fase pilota

- Scuola alberghiera di Losanna (EHL)
- Università di Losanna, « L'Unithèque »
- Centre de vie enfantine (Montelly, Valency, Ancien-Stand, Bourdonnette, Grattapaille)
- APEMS (bambini in età scolare) di Prélaz e Pyramide
- Ecole d'agriculture et de viticulture - Agrilogie Marcelin
- Ecole d'agriculture du Valais
- UAPE (per allievi delle scuole) de Bassins, « L'Abriquoque »
- Hôpitaux universitaires de Genève
- Ristorante « O'Les Terrasses du Lac » a Nyon

# Il sale delle Alpi

## alla conquista dell'Elvezia

**Avallata l'aprile scorso, l'Unione della Saline svizzere del Reno e della Salina di Bex apre nuove prospettive di sviluppo per l'«oro bianco» delle Alpi. Una buona notizia per i consumatori svizzeri che vogliono un sale locale al 100%, prodotto nel rispetto di norme ambientali estremamente rigorose.**

testo, Manuella Magnin

fotos, Olivier Pasqual, Sedrik Nemeth

**S**u scala umana a volte basta un solo evento per diventare famosi. Per il sale delle nostre montagne vodesi, il cammino è stato senz'altro molto più lungo. Durante i suoi 400 anni e più di storia, «l'oro bianco» di Bex ha conosciuto diverse vicissitudini e ha fatto spesso parlare di sé prima di diventare un argomento di grande attualità nello scorso mese di maggio in tutta la Svizzera. La Salina di Bex ha visto le sue prospettive future diventare improvvisamente più ampie all'inizio di aprile di quest'anno grazie al voto dei parlamentari vodesi che hanno approvato l'unione con le Saline Svizzere del Reno. Questo matrimonio, che ha richiesto due anni almeno di discussione, permetterà alle due saline di accedere a tutto il mercato elvetico.

Finora la Salina di Bex infatti non era autorizzata a vendere la sua produzione in Svizzera al di fuori del cantone di Vaud. Per quanto riguarda invece le Saline del Reno, non potevano vendere il loro sale in terra vodese. Ormai tutti i consumatori, in qualsiasi regione del paese, potranno scegliere tra il Sale delle Alpi, estratto a Bex, e il JuraSel®, originario di Basilea Campagna e dell'Argovia.

Per quanto strano possa sembrare, la fine del monopolio della Salina di Bex nel cantone di Vaud è un'ottima notizia. Disciplinato ormai da un monopolio unico, quello delle Saline Svizzere SA, il commercio del sale nel nostro paese potrà organizzarsi all'interno di un regime di libertà controllata che mira a proteggere al meglio gli interessi dei due produttori elvetici.

Bex potrà concentrarsi sullo sviluppo dei suoi prodotti di alta gamma, il Sale delle Alpi e i trattamenti benessere per il corpo e il viso a base di oli essenziali fabbricati nella zona.

L'importazione di sale dal resto del mondo da parte dei commercianti specializzati resterà sottoposta ad autorizzazione e sarà gestita dal monopolio unico con sede a Basilea. Le tasse prelevate sulle importazioni saranno distribuite ai cantoni.

### **Una magnifica opportunità**

Per Annick Foretay, responsabile del marketing della Salina de Bex, questa nuova organizzazione centrale rappresenta una magnifica opportunità: «potremo infine lavorare allo sviluppo dei nostri marchi tenendo conto dei costi reali e così garantire al meglio la durata e la continuità dell'impresa e rendere omaggio a tutti coloro che ci hanno creduto nel corso dei secoli».

Annick Foretay ricorda anche che nel passato per tre volte la Salina di Bex è stata chiusa. «Solo grazie alla perseveranza di alcuni industriali che si sono battuti con le unghie e con i denti questo straordinario sale delle nostre Alpi vodesi può tenere ancora testa ai grandi del mondo».

### **La sfida dell'innovazione**

L'estrazione del sale è già all'avanguardia, grazie all'invenzione e alla messa in opera, nel corso del XIX secolo, da parte di Antoine-Paul Piccard, dell'evaporazione per termocompressione; la Salina di Bex può



ora incanalare le sue forze innovative nella presentazione di prodotti che mirano a sedurre i consumatori.

La moda dei sali del mondo, aromatizzati o no, ha già molti emulati. Dalla metà degli anni 2000, alcuni tipi esotici di sale venduti a peso d'oro hanno conquistato i buongustai per la loro consistenza e i particolari sapori.

Una «concorrenza» che non spaventa affatto gli strateghi dello sviluppo di nuovi prodotti a Bex! La svolta è già iniziata nella salina dello Chablais vodese, che da qualche anno propone un sale aromatizzato alle erbe e alle spezie bio (vedere riquadro) oltre che un fantastico sale all'antica che non ha nulla da invidiare ai migliori fiori di sale esteri.

«Lavoriamo anche ad accostamenti inediti e consistenze diverse collaborando con altri attori locali in un'ottica di prossimità», ci confida Annick Foretay, che è entusiasta all'idea di sorprendere i palati più fini con nuove creazioni.

Se oggi inoltre esiste il sito turistico è sempre grazie all'iniziativa e alla visione di un collaboratore della Salina (Lucien Fournier), e ai mezzi finanziari che la società ha messo a disposizione per trasformare la miniera in un vero e proprio patrimonio visitabile.

#### **La carta verde**

Bex intende soprattutto far leva sui propri punti forti: un sale al 100 % naturale, del territorio vodese, estratto nel più rigoroso rispetto dell'ambiente.

L'energia utilizzata per produrre il sale di Bex è fornita, già da molto tempo, da due fiumi, la Gryonne e l'Avançon. L'elettricità verde prodotta dalla centrale della salina copre interamente il fabbisogno di energia della miniera e una parte notevole viene immessa nella rete.

Il bilancio ecologico è dunque estremamente positivo. La commercializzazione dei prodotti avviene all'interno di un bacino di prossimità. Alla fine del 2011 l'impresa ha ottenuto la certificazione EcoEntreprise, che attesta le sue ottime performance in materia di sviluppo sostenibile.

Last but not least, le confezioni da 500 g e da 1 chilo di sale fino di Bex esibiscono il marchio climatop, che garantisce che il consumo di energia necessario alla loro produzione è nettamente inferiore a quello di altri prodotti disponibili sul mercato.

La clientela sempre più interessata a consumare locale e naturale non può che essere soddisfatta. ●



MINES ET SALINES  
DE BEX

DE BEX  
MINES ET SALINES



## Il sale di Bex in cifre

Ogni anno a Bex si producono circa 30.000 tonnellate di sale. La maggior parte di questo sale è destinata a essere cosparsa sulle strade durante l'inverno. 5.000 tonnellate circa contribuiscono all'addolcimento e alla purificazione dell'acqua, 3.000 all'alimentazione umana e 2.500 all'alimentazione animale.

La Salina di Bex dà lavoro a una quarantina di persone. Dal 1870 vi si produce inoltre elettricità. Circa 70.000 persone visitano la miniera ogni anno.

## La gamma alimentare attuale

### **Il sale fino**

Arricchito o no di iodio e fluoro, viene estratto utilizzando l'acqua di fonte dei ghiacciai, poi fatto cristallizzare per evaporazione in modo che conservi tutta la sua purezza originale. È disponibile in pacchi da 500 g e da 1 kg oppure in un'elegante saliera da 250 g.

Il sale a cui vengono aggiunti iodio e fluoro contribuisce a ridurre l'insorgere della carie e la formazione del gozzo.

Le confezioni da 1 kg e da 500 g esibiscono il marchio climatop.

Confezioni: saliera da 250 g, scatola di cartone da 500 g e da 1 kg.

### **Il sale alle erbe e alle spezie**

Sale delle Alpi, erbe e spezie provenienti da coltivazione biologica: quattro diversi mélange dal carattere ben distinto, «Doux», «Aromatique», «Oriental» e «Fort», frutto di un'accurata selezione degli ingredienti, permettono di condire in maniera armoniosa tutti i nostri piatti, carni, verdure, insalate...

Si tratta di prodotti naturali al 100% che non contengono alcun additivo né antiagglomerante. Il controllo dei prodotti biologici è effettuato da un organismo di certificazione indipendente.

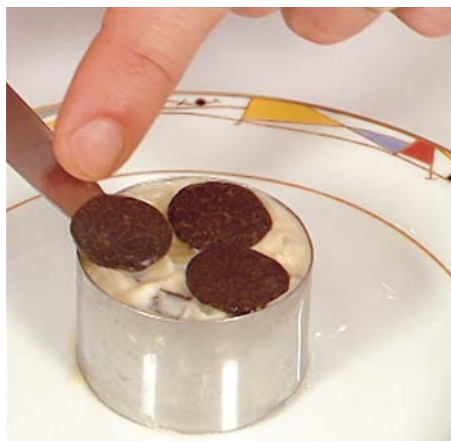
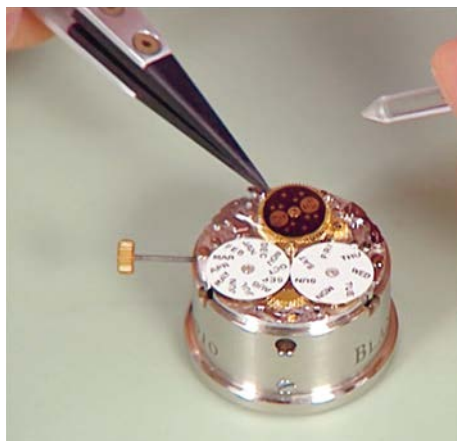
Confezione: tubo di PET, 80 g.

### **Il sale all'antica**

La salamoia naturale estratta nel cuore delle Alpi vodesi viene lasciata evaporare pazientemente su legno di larice secondo un procedimento che risale al XVII secolo. Confezionato nel suo stato naturale, puro, ricco di sali minerali e oligoelementi, senza l'aggiunta di alcun additivo, il Sale all'Antica aggiunge un gusto squisito e autentico a ogni pietanza. Ed è assolutamente divino se usato per dare il tocco finale a un piatto. Un'eccellente alternativa al fiore di sale.

Confezione: vasetto di vetro, 85 g.

# Dall'orologeria alla gastronomia, lo stesso amore per il gesto elegante



testo, Véronique Zbinden / fotos, Blancpain

**P**er Blancpain come per Benoît Violier o Carlo Crisci, il tempo è un alleato prezioso. La cottura precisa al secondo, il gesto ripetuto cento volte, sempre con la stessa accuratezza, la presentazione esteticamente perfetta. Breve immersione in due universi più vicini di quanto non si creda...

Lo si vede spiegare il proprio grembiule, affilare i coltelli, aprire una capasanta con infinita delicatezza. Gestì precisi e ripetuti cento volte. Rituale quotidiano trasformato in immagini per un film firmato Blancpain che illustra l'arte della grande cucina e quella, a lei prossima, della grande tradizione orologiera.

Le mani che sovrappongono i minuscoli e trasparenti strati di un antipasto leggerissimo o che preparano uno squisito boccone di cardo al tartufo, sono le sue. Le dita da orafo che arrotolano e creano i divini spaghetti al tartufo bianco d'Alba, sono le sue: i piatti emblematici di Crisier sono realizzati da Franck Giovannini, chef di Benoît Violier, medaglia di bronzo

al Bocuse d'or 2007 e per due volte finalista in questo stesso concorso per il quale ormai presiede le selezioni svizzere.

Per Franck Giovannini, «l'orologiera e la gastronomia sono prima di tutto due mestieri manuali, artigianali, che richiedono la stessa minuzia, lo stesso amore per il gesto elegante e il lavoro ben fatto».

Il giovane chef ha scoperto questo universo affascinante all'epoca dei suoi primi concorsi.

Il Bocuse d'or, spesso definito le olimpiadi dell'alta cucina, vede i candidati usciti vincitori dalle selezioni nazionali sfidarsi in una maratona che dura l'intera giornata. Una corsa sfrenata contro il tempo in cui ogni piccolo gesto conta e di cui Blancpain è da diversi anni lo sponsor e il cronometrista ufficiale.

L'obiettivo? Presentare piatti perfetti, o meglio opere d'arte, architetture sublimi alla Escoffier, riviste, naturalmente, secondo il gusto contemporaneo, con un pizzico di leggerezza e creatività in più, e

capaci di sedurre, rispondere alle attese e stupire una giuria di esperti mondiali...

È nella cucina di Philippe Rochat, originario della Vallée de Joux e amante dei begli orologi, che Franck si è appassionato a questa arte di vivere. Lo stesso era accaduto prima di lui a Benoît Violier, a sua volta vincitore di concorsi prestigiosi - Escoffier, Taittinger, Montagné, Meilleur Ouvrier de France -, l'uomo che ha preso le redini della mitica maison insignita di tre stelle Michelin.

Per Benoît Violier, i gesti della cucina e dell'orologeria sono cugini e gli strumenti simili: «molti degli utensili utilizzati in cucina fanno pensare all'universo tecnologico e alla precisione estrema dei maestri orologiai. Pensiamo alle pinzette a molla, alla pipetta o alla siringa utilizzata per tracciare linee molto nette, allo strumento che serve per disporre il caviale o agli stampi che permettono di delimitare una forma perfetta».

Il tempo, il tempo..., «una dimensione straordinariamente importante in cucina»,



sottolinea lo chef di Crissier, «e non solo durante i concorsi, dove può significare penalità o portare all'eliminazione, ma nella vita quotidiana di un ristorante. Si deve sempre rispettare una certa cronologia nello svolgimento di quel balletto in cui consiste la preparazione di un grande menu. Stabilisco di inviare il primo antipasto a mezzogiorno, il secondo a mezzogiorno e un quarto e via di seguito...».

Nel frattempo l'équipe tiene d'occhio l'orologio. Benoît Violier apprezza molto il suo Blancpain Fifty Fathoms, ma anche l'orologio a muro di Blancpain che spicca sulla parete della cucina, perché, dice, sono i soli orologi ad avere una lancetta dei secondi così ben visibile. «Con le nostre cotture precise al millimetro – cinquanta secondi per uno scampo, per esempio –, non la perdo mai di vista. Ma è fondamentale anche per i tempi di riposo».

Una lunga tradizione di amicizia e di scambio lega questi due universi e risale all'epoca di Fredy Girardet e di Philippe Rochat. E all'ammirazione di certi perso-

naggi chiave del mondo orologiero per la buona tavola, come Jean-Claude Biver, un fedelissimo di Crissier, o Alain Delamuraz, attuale direttore di Blancpain, che vi fece il suo stage di cucina quando studiava alla scuola alberghiera di Losanna.

Un bell'orologio inoltre è anche il regalo più apprezzato, e amato dagli chef quando vogliono onorare l'eccellenza di un collaboratore: Benoît ha ricevuto il suo primo Blancpain, con inciso il suo nome e la data del 12 maggio 2000, quando ha ottenuto il titolo di Meilleur Ouvrier de France, a regalarglielo fu quello che allora era il suo capo: Philippe Rochat. Franck ha avuto il suo orologio, un cronografo flyback, quando ha vinto la selezione svizzera per il Bocuse d'or nel 2006. Carlo Crisci ne ha donato uno al suo sommelier emerito François Gautier quando ha festeggiato i dieci anni di collaborazione.

Padrino della Settimana del gusto 2014, Carlo Crisci conserva anche lui un ricordo intenso del suo primo orologio. «Era d'oro, automatico, un po' nello stile orologio da

pilota, molto bello nella mia memoria: un regalo di mio padre per il mio compleanno, quando avevo dodici o tredici anni...».

Lo chef a due stelle del Cerf, a Cossonay, da allora ha avuto molti altri orologi, ma li considera sempre oggetti tra i più preziosi al mondo: «per il lavoro umano che richiedono, per la minuzia assoluta e la tensione verso la massima qualità».

Complessità e limpidezza. Bellezza effimera delle creazioni culinarie. Sogno e lusso. Un'estetica stupefacente che rinvia a quella che, giorno dopo giorno, creano le magiche dita della manifattura del Brassus. •

# LE STELLE GASTRONOMICHE DEL VALLESE

13 STELLE SULLA SUA BANDIERA,  
6 PRODOTTI AOP/IGP,  
60 RISTORANTI CHE ESIBISCONO I  
CAPPELLI DA CUOCO  
E 839 PUNTI GAULTMILLAU.  
CHI POTREBBE FARE DI MEGLIO?

testo, France Massy

foto, Pascal Gertschen

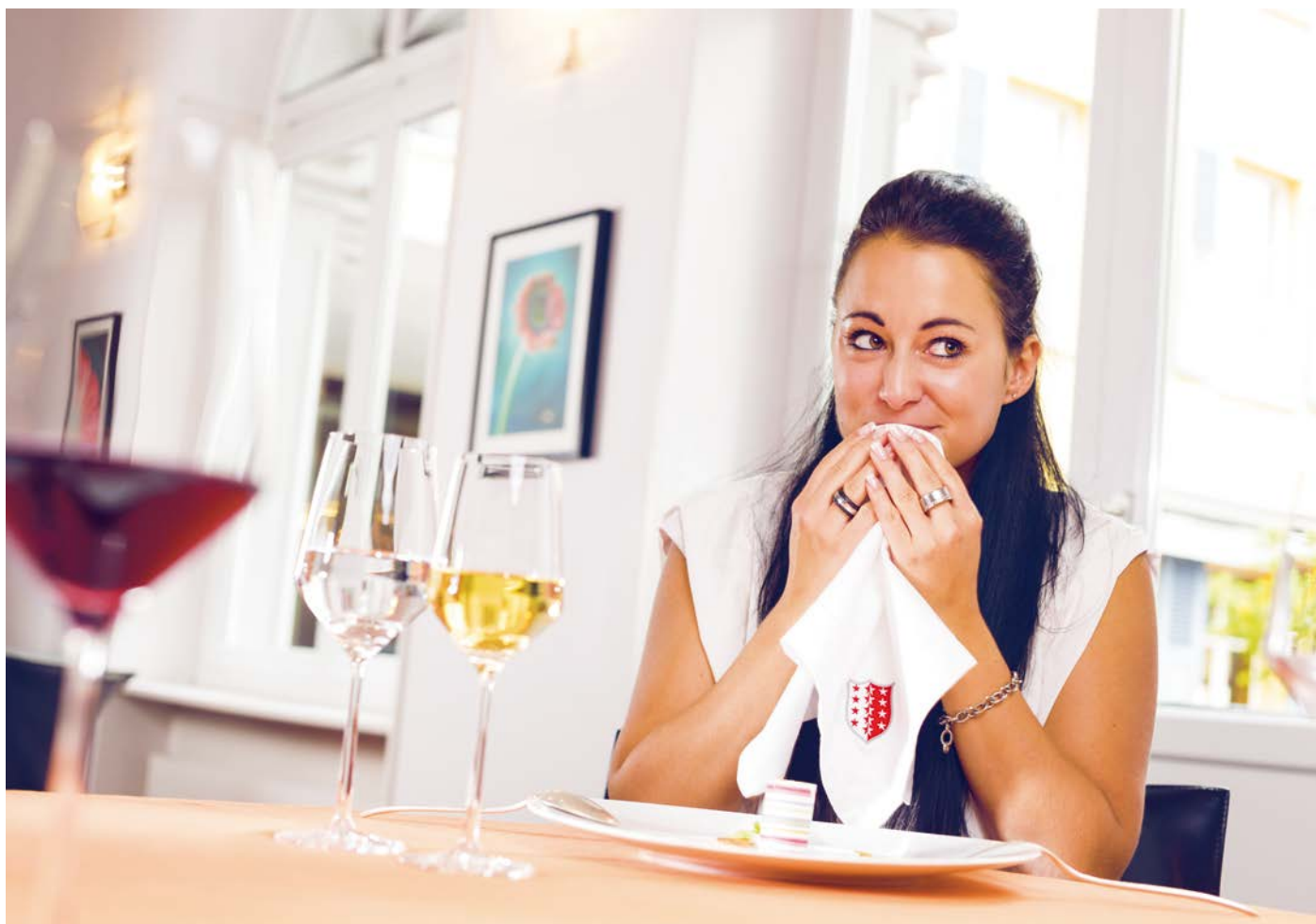
**F**ormaggio per raclette del Vallese AOP, carne secca del Vallese IGP, pane di segale vallesano AOP, zafferano di Mund AOP, grappa di pere del Vallese, Abricotine AOP... Senza contare il lardo essiccato e il prosciutto crudo del Vallese, che hanno recentemente fatto domanda per ottenere il marchio IGP, il cantone del Vallese è quello che conta il maggior numero di prodotti AOP/IGP della Svizzera.

Ed è anche il cantone in cui il rapporto tra numero di abitanti e ristoranti di alta cucina è più elevato.

Dalle rive del Lemano alla valle di Conches, la guida GaultMillau ha disseminato 839 punti. La stazione turistica di Zermatt ne raccoglie, da sola, ben 248. Non è dunque un caso che il suo Swiss Food Festival sia l'evento gastronomico della stagione estiva! Ai quattro angoli del cantone, senza per questo rinnegare la raclette o il tipico affettato misto alla vallesana, una giovane generazione di grandi chef sta mandando all'aria tutti i vecchi cliché a colpi di creazioni audaci e accostamenti inediti.

**Didier de Courten** – dell'hotel e ristorante Terminus a Sierre – 2 stelle Michelin, 19 punti GaultMillau, è l'eccezionale capofila della cucina vallesana. Appassionato conoscitore dei prodotti del territorio, possiede diverse mucche di razza d'Hérens (i cui formaggi affinati si ritrovano sul suo vassoio) e lavora con raffinatezza le specialità vallesane. Lo testimoniano quelle «noci di animelle di vitello brasate al vino dei ghiacciai su un letto di maccheroni lunghi agli asparagi verdi, accompagnate da delicate spugnole alla panna e da qualche scaglia di tartufo in estate» che hanno deliziato il nostro palato la primavera scorsa.

**Al ristorante Le Mont Rouge** di Haute-Nendaz, Loris Lathion (14 punti) profuma i suoi marshmallow al formaggio d'alpeggio, decanta le delizie dell'agnello locale ed esalta cervo, capriolo, marmotta o camoscio durante la stagione della caccia. A Crans-Montana, Franck Reynaud (17 punti) passa agilmente dall'Hostellerie au Pas de l'Ours al Bistrot des Ours con la sua cucina dorata dal sole provenzale e da quello vallesano mentre Pierre Crépaud, Hôtel LeCrans&Spa, (16 punti) esibisce la propria passione per la clorofilla



attraverso allettanti piatti alle erbe alpine e ai fiori selvatici. A qualche chilometro da Verbier, i buongustai non possono perdersi la «Complicità di atriaux e boudins» dell'hotel-ristorante Les Alpes a Orsières, opera di uno stupefacente Samuel Destaing (17 punti).

**A Saas-Fee**, a 1800 metri di altitudine, il Fletschhorn (18 punti) vi attende per offrirvi un'indimenticabile esperienza sensoriale. A Blitzingen, i piatti di Peter Gschwendtner (16 punti) fanno la gioia dei suoi commensali: vellutata leggera allo zafferano con pesce del giorno, testina di vitello lessa e verdure in inverno o vellutata di pastinaca con crêpe al miele e noci per i vegetariani...

**Nella valle di Conches**, Ernen ha conservato tutta la bellezza e il fascino di un tempo e l'eccezionale programmazione del suo festival musicale attira un pubblico di conoscitori. Ma coloro che hanno avuto la fortuna di andarci ne ritornano soprattutto con un ricordo gastronomico. Questo piccolo villaggio ospita due ristoranti di alto livello insigniti di 15 punti: il St Georg e la Gommerstuba. Nel primo, Klaus Leuenberger

serve piatti in cui l'elemento naturale è sempre al primo posto, mentre nel secondo Rolf Gruber si lascia ispirare dalle stagioni. Insomma, uno stesso voto per due artigiani del gusto che interpretano ciascuno a suo modo la stessa partitura.

**Dopo che Sion è stata Città del Gusto nel 2003**, la capitale del Vallese festeggia il gusto tutto l'anno. Sono sei i ristoranti segnalati dalla guida GaultMillau che trainano con il loro esempio il resto della ristorazione cittadina. Da Damien Germanier (17 punti) al Jardin-Restaurant La Sitterie di Jacques Bovier è tutta una festa per le nostre papille...

Ma non sarebbe finita qui, bisognerebbe citare almeno tutti gli altri 50 ristoranti presenti nella guida GaultMillau e poi tutti quelli che esibiscono il marchio Saveurs du Valais, ma ahimè la pagina è già piena! Per non perdervi nulla di questo cantone che è il regno dei buongustai non vi resta che visitarlo, zaino in spalla e armati di forchetta. ●

[www.valais.ch](http://www.valais.ch)

LES GOÛTER,  
C'EST LES AIMER.



[lesvinsduvalais.ch](http://lesvinsduvalais.ch)

**Suisse. Naturellement.**

A déguster avec modération

# a leggere...

Les trésors culinaires suisses recèlent aussi bien des recettes de pain d'épices vieilles de plusieurs siècles, que des produits industriels comme le Rivella. Son inventaire compte plus de 400 produits et recense des produits comme sel et pain, mais aussi saucisse et bière. Pour créer cet inventaire, un comité d'experts a concentré ses recherches dans les bibliothèques et les archives. Le groupe de spécialistes s'est également instruit auprès des producteurs afin de voir comment cet héritage culinaire est produit.  
[www.patrimoineculinaire.ch](http://www.patrimoineculinaire.ch)

## Le Patrimoine culinaire suisse

Miniatures de Paul Imhof; avec des recettes de Marianne Kaltenbach (Aus Schweizer Küchen) et illustré par des «tableaux culinaires» de Hans-Jörg Walter, Markus Roost et Roland Hausheer.

Echtzeit-Verlag, Bâle - [www.echtzeit.ch](http://www.echtzeit.ch)

**Volume 1:** Argovie, Lucerne, Nidwald, Obwald, Schwyz, Zoug, Zurich.

**Volume 2:** Berne, Jura, Soleure, Bâle-Campagne, Bâle-Ville.

**Volume 3:** Appenzell Rhodes-Intérieures, Appenzell Rhodes-Extérieures, Saint-Gall, Schaffhouse, Thurgovie (à paraître fin octobre 2014)

**Volume 4:** Glaris, Grisons, Tessin, Uri (à paraître fin octobre 2015)

**Volume 5:** Fribourg, Genève, Neuchâtel, Valais, Vaud (à paraître en 2015)

Per alcune persone è importante non dimenticare quei pranzi e quelle cene in famiglia intorno ai deliziosi piatti preparati dalla mamma - momenti pieni di calore che resteranno per sempre racchiusi nel loro cuore.

È a questo spirito di condivisione che si richiama la Settimana del Gusto. Da più di dieci anni si batte per salvare i valori culinari del nostro paese e per mostrare alle giovani generazioni l'importanza del mangiar bene. Attraverso questo libro la Settimana del Gusto vi svela ora una serie di ricette che in questo modo non scompariranno mai. L'opera, scritta a quattro mani da Isabelle Bratschi e Laurence Margot, ha lo scopo di salvaguardare il patrimonio culinario

## Histoire de Goûts

Editions Favre - ISBN 978-2-8289-1307-6

Ordinabile per e-mail: [contact@gout.ch](mailto:contact@gout.ch) (34 Fr.)

Tutte le copie ordinate durante la Settimana del Gusto saranno vendute al prezzo speciale di 28 Fr.

Cet héritage culinaire est justement publié dans une collection sous forme de miniatures explicatives enrichies d'anecdotes. Les différents volumes de la collection sont organisés par régions et servent également de guide de voyage pour les amoureux du bon gout. Dans ses différentes régions, la petite Suisse propose une grande diversité de produits alimentaires, qui forment un trésor fascinant de savoir et de saveurs.

romando promuovendo il consumo di prodotti locali. Il tutto a un prezzo equo. Nasce infatti dal desiderio di trasmettere un sapere culinario facendolo vivere nei nostri piatti e presenta cibi a volte misconosciuti legati alle nostre regioni.

Le ricette possono essere semplici oppure raffinate, tradizionali o innovative. Sostenitrice dei prodotti di prossimità, oltre che della frutta e della verdura di stagione, la FRC (Fédération romande des consommateurs) ha contribuito a *Histoire de goûts* raccogliendo ricette locali e calcolandone il costo. Perché, con qualche astuzia, è possibile mangiare cibi saporiti, di stagione e locali senza spendere troppo.

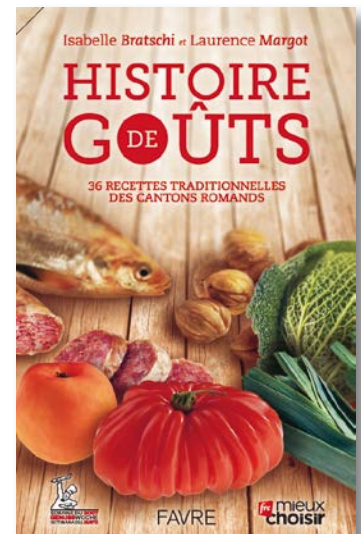
## L'eredità culinaria della Svizzera

Anisbrötli, Tête de Moine e Zwetschgenwasser...



## Storia del Gusto

Libro di ricette di Isabelle Bratschi e Laurence Margot



# Il coregone bianco

delicatezza dei nostri laghi

testo, Manuella Magnin / fotos, Corinne Sporrer

**Q**uesto splendido salmonide lacustre che gli abitanti di Neuchâtel chiamano palée è una vera delizia. Purché lo si sappia però cucinare nel modo giusto. Anche se la preparazione dei filetti è un compito che pescatori e pescivendoli svolgono con brio, può essere utile saperlo fare anche da soli. Le scuole professionali della Svizzera romanda insegnano come effettuare questo lavoro, che si impara con un po' di pratica.

Non è raro, del resto, che i futuri cuochi vadano a «scuola» dai fornitori del settore gastronomico per essere certi di superare brillantemente il loro esame di apprendistato.

Abbiamo chiesto a Alexandre Fayet, pescatore professionista di Gland, di farci vedere come si fa. Pronti allora: preparate coltelli e pinzette, prima di mettervi a tavola intorno a una divina tartare!

1 – Tenere il pesce per la testa, la pinna dorsale rivolta contro di sé, ed eliminare le scaglie con un lungo coltello partendo dalla coda verso la testa.



2 – Passare il coltello dietro le branchie e la pinna. Girare la lama verso la coda e tagliare la testa facendo leva sulla colonna vertebrale.



3 – Staccare il filetto partendo dalla testa verso la coda.



4 – Sollevare la lisca centrale per separare il secondo filetto dalla testa.

## Coregone bianco carta d'identità



Il coregone bianco ama i nostri laghi alpini. Questo coregone dal corpo affusolato è ricoperto di piccole scaglie dai riflessi argentati. Benché le sue dimensioni medie oscillino tra i 30 e i 40 centimetri, può arrivare ai 70. Gli esemplari proposti dai nostri pescatori pesano di solito tra i 600 e gli 800 grammi, ma i più belli toccano i 3 chili!

Specie un tempo minacciata dall'eutrofizzazione delle acque, oggi si è ripresa a seguito della scomparsa dei fosfati dai nostri detersivi.

La pesca è di solito vietata da metà ottobre a metà gennaio per favorire la riproduzione. Da notare: la maggior parte dei pescatori ne tiene una parte nei congelatori per gli appassionati che non possono assolutamente farne a meno in questo periodo dell'anno. Squisito crudo in tartare, il coregone è sublime anche affumicato o cotto in crosta di sale.

5 – Staccare il secondo filetto procedendo nello stesso modo.



5

6 – Togliere la pinna ventrale girando intorno all'osso.



6



7

8

7 – Togliere la parte laterale appoggiandosi con un coltello morbido sul filetto e risalire verso la coda del pesce.



8 – Togliere le lische con l'aiuto di una pinzetta.



CHAVANNES CENTRE



CENTRE

MANOR SIERRE



CENTRE

SAINT-ANTOINE VEVEY



CENTRE

MANOR MONTHHEY



# goloso

## SEMIFINALI

**Centre St-Antoine**  
Sabato 6 settembre

**Chavannes Centre**  
Sabato 13 settembre

**Centre Manor Monthey\***  
Sabato 20 settembre

**Centre Manor Sierre\***  
Sabato 27 settembre

\* si svolgono nell'ambito  
della Settimana del  
Gusto

## FINALE

**Centre St-Antoine Vevey**  
Sabato 22 novembre

  
**CHAMPIONNAT**  
romand des **CUISINIERS**  
amateurs **2014**

# La ricetta

## *Tartare di coregone bianco in gelatina al peperoncino*



**Per 4 persone**

Preparazione

**30 minuti**

Cottura

**20 minuti**

**300 g di filetti di coregone scongelati<sup>1</sup>**    **2 cucchiaini di coriandolo tagliuzzato**  
**6 peperoncini rossi mediamente piccanti**    **2 cucchiaini di semi di papavero di Ginevra<sup>2</sup>**  
**1 dl di aceto balsamico bianco**    **1 cucchiaini di olio di papavero di Ginevra<sup>2</sup>**  
**1 pompelmo & 1 limone verde**    **Sale all'antica delle Saline di Bex**  
**1 cipolla rossa**    **1 bustina di pectina (gelificante per marmellate)**

→ Privare i peperoncini dei semi e tagliarli a fettine sottili. Sbollentarli nell'aceto balsamico per poterli stendere. Scolarli e mettere da parte l'aceto. Prendere 1/3 dei peperoncini e disporli in una ciotola. Continuare a cuocere il resto dei peperoncini insieme all'aceto per 10 minuti.

Passarli nel mixer e trasferirli in una casseruola. Aggiungere la pectina e portare a ebollizione. Lasciar sobbollire lentamente fino a quando la pectina non si

sarà sciolta completamente. Versare il liquido sul fondo di quattro piccole copette. Lasciar rapprendere la gelatina.

→ Tagliare la cipolla a rondelle molto sottili con l'aiuto di un affettaverdure. Prendere gli spicchi di pompelmo pelati a vivo e tagliarle a cubetti.

→ Tagliare il pesce a tartare con un coltello. Aggiungere la cipolla, il coriandolo, i semi e l'olio di papavero, i cubetti di

pompelmo e il succo di limone. Mescolare bene. Controllare il condimento.

→ Disporre la tartare sulla gelatina. Servire con pane tostato come aperitivo.

1. Per ragioni sanitarie si raccomanda di congelare il pesce 36 ore prima di mangiarlo crudo.

I pesci (di lago o di mare) possono contenere piccoli vermi che provocano problemi gastrici. Il congelamento evita questo tipo di fastidi.

2. [www.carthagene.ch](http://www.carthagene.ch)

Anche il grande chef  
**Andreas Caminada**  
usa il Combi-Steam di V-ZUG.



Bella invenzione: i menu  
gourmet premendo un pulsante.



Scegliete la qualità svizzera: il Combi-Steam XSL con la novità mondiale **GourmetVapore**.

Cucinare a casa come i grandi chef: grazie a ricette da gourmet preprogrammate potrete preparare anche i menu più prelibati premendo semplicemente un pulsante. Scoprite di più sulle nostre straordinarie innovazioni su [vzug.ch](http://vzug.ch)



L'avanguardia in cucina e in lavanderia

# AOP-IGP



Appellation d'origine protégée Indication géographique protégée

**Spezialitäten mit Charakter  
Reflets de nos terroirs**

**F**ondata il 24 febbraio 1999 con la denominazione AOC-IGP, l'associazione svizzera che promuove i prodotti che hanno specifici legami con la loro zona d'origine geografica e una forte identità ha da poco sostituito la C di «Appellation d'Origine Contrôlée» (Denominazioni d'origine controllata) con la P di «Appellation d'Origine Protégée» (Denominazioni d'origine protetta).

Un piccolo adeguamento al mercato europeo che non implica alcun cambiamento dei suoi obiettivi e delle sue azioni.

L'associazione svizzera delle AOP-IGP seleziona derrate alimentari di qualità radicate in un determinato territorio. Territorio che non si definisce solo in senso geografico, pedologico, climatico e tecnico, ma anche e soprattutto in relazione all'elemento umano che, giorno dopo giorno, dà forma all'identità culturale di una regione.

Mentre nel caso del marchio AOP tutte le tappe

di elaborazione della specialità interessata – dalla produzione della materia prima alla trasformazione del prodotto finito – devono aver luogo nella zona d'origine, solo una fase della produzione deve essere effettuata nella regione di provenienza quando si tratta di specialità IGP.

*AOP,  
Un piccolo adeguamento  
al mercato europeo.*

Entrambe sono ugualmente protette dalla legge svizzera.

Oggi sono 30 i prodotti svizzeri registrati nel registro federale

delle AOP/IGP. Il sito [www.aop-igp.ch](http://www.aop-igp.ch) permette di scoprirli e fare conoscenza con i diversi produttori che possono fregiarsi di questi due marchi di qualità.

Le specialità a marchio AOP-IGP sono importanti per i produttori perché valorizzano il loro savoir-faire, ma lo sono ancora di più per i consumatori che in questo modo sanno che cosa mettono nei loro piatti. Sinonimo di autenticità, garanzia di tracciabilità, le AOP-IGP sono anche – e soprattutto – vettori di cultura e di piacere.



## Salsicce da far girare la testa

**Nel villaggio di Cossonay, feudo del padrino della Settimana del Gusto 2014,  
si trova una delle migliori macellerie del cantone di Vaud.  
Incontro con i Rochat – padre e figlio.**

In una piccola casa rosa, il colore del mammifero di cui, si dice, non si butta via niente, si trova una delle migliori macellerie del cantone di Vaud. E se del male non si butta via niente perché tutto è buono, allora si potrebbe aggiungere senza battere ciglio: «Da Rochat, tutto mi piace!» Dai deliziosi pâtés (campa gnolo, al pepe verde, vignaiuolo o al fegato di pollo) alle salsicce da cuocere sulla griglia passando per il prosciutto locale, gli intramontabili boutefas e il «Saucisson vaudois IGP», tutti i prodotti di Jean-Pierre e Sébastien Rochat sono la delizia dei buongustai.

### La traccia di un savoir-faire

Jean-Pierre Rochat fa parte di quegli artigiani del gusto impegnati nella ricerca della tracciabilità e della qualità e che amano condividere il loro sapere. Per rispondere alla prima esigenza, la «Boucherie de la Venoge» non fa sconti: scelta di produttori che allevano i loro animali in modo rispettoso, selezione degli esemplari, carni frollate in osso, fabbricazione

in cui si uniscono la tradizione e le più rigorose regole igieniche del ventunesimo secolo.

Per quanto riguarda il savoir-faire, Jean-Pierre Rochat lo distribuisce generosamente formando da anni apprendisti. Il figlio Sébastien, 31 anni, lavora al suo fianco e condivide la sua filosofia.

### L'IGP in primo piano

È normale dunque trovare nella loro macelleria i prodotti IGP della regione. «Saucisse aux choux vaudoise IGP» e «Saucisson vaudois IGP». «Il marchio IGP garantisce una certa qualità al consumatore. Il sigillo di piombo verde certifica il rispetto di una serie di obblighi molto rigorosi. Tuttavia le salsicce vodesi non sono tutte uguali. Il prodotto finale porta il segno di ogni macellaio. Ognuno di noi ha la propria ricetta», dice Sébastien. «I clienti lo sanno e i macellai artigianali devono il loro successo a questa differenza, a questa personalizzazione del prodotto», aggiunge Jean-Pierre

Rochat. La macinazione, più o meno grossolana, e la lunghezza del budello influenzano a loro volta il gusto.

Il «Saucisson vaudois IGP» viene preparato con il 100% di carne di maiale, qualche spezia, tra cui il coriandolo, e un pizzico di alcool.

«Non si deve assolutamente aggiungere cotenna o del muso, la nostra salsiccia vodese IGP contiene solo carne accuratamente selezionata e nessun additivo!», assicura Jean-Pierre che consiglia di consumarla accompagnata dal tipico papet vodese (fatto con patate e pere) o da un gratin, in inverno, e da una buona insalata in estate. • *France Massy*

[www.boucheriedelavenoge.ch](http://www.boucheriedelavenoge.ch)



## Formaggi d'altri tempi

**Il « Werdenberger Sauerkäse AOP » (che significa in italiano formaggio al latte acido) è probabilmente la forma più antica di formaggio: per produrlo basta aiutare un po' il processo di acidificazione del latte. Una visita alla famiglia Tischhauser a Grabs, San Gallo (Rheintal).**

Nel caseificio di Mafun il vapore sale dai calderoni. Non ci aspettavamo di poter vedere come Florian e Yvonne Tischhauser, insieme al padre Andreas, fabbricano il loro formaggio a base di latte acido, il «Werdenberger Sauerkäse AOP».

«Ho semplicemente lasciato aperte le finestre stanotte», spiega Florian. Grazie all'abbassamento della temperatura il latte ha potuto aspettare il nostro arrivo.

Il «Werdenberger Sauerkäse AOP» si distingue nettamente da un formaggio moderno. I romani sapevano già fare il formaggio con il caglio, ottenuto dallo stomaco dei vitelli, ma quando se ne andarono questa conoscenza andò perduta; i contadini cominciarono a scremare il latte e a usare al suo posto la parte acida o semplicemente a servirsi del naturale processo di acidificazione. Solo tra il XIV<sup>o</sup> e il XV secolo la tecnica che utilizza il caglio fu riscoperta, e favorì il commercio perché permette di produrre formaggi più asciutti, compatti e conservabili. Il formaggio a latte acido divenne raro: con la panna i

contadini facevano il burro e trasformavano solo il residuo più magro; il siero veniva bevuto o dato ai maiali.

Anche i Tischhauser producono burro. Florian ci mostra un paio di macchie sulla superficie della «zuppa»: «grasso. Non più di così. Il nostro «Werdenberger Sauerkäse AOP» è praticamente privo di grassi e molto salutare.» Ecco perché chi ci tiene alla linea oggi lo sta riscoprendo. A seconda della quantità di latte prodotta dalle 25 mucche, Florian trasforma due o tre «mungiture». Il latte viene portato a una temperatura di 24 gradi e rimescolato con un ramo di abete scortecciato. Sono i batteri del latte e del legno a provocare la coagulazione, con l'aggiunta eventuale di un po' di siero. Prima di versare il formaggio nelle forme la massa viene scaldata di nuovo fino a 34-35 gradi. Con le mani Florian sente la consistenza delle proteine che si coagulano e crea un morbido blocco sotto cui fa passare una rete. Poi prepara delle porzioni con una paletta bucata e riempie le forme che rigira brevemente

nel siero. Il suo è un formaggio acido a latte crudo fatto secondo gli antichi costumi dei nostri padri. Fresco ricorda, per gusto e consistenza, uno yogurt denso.

Dopo un giorno i formaggi vengono tirati fuori, frizionati con il sale e collocati in cantina. L'operazione è ripetuta uno o due giorni più tardi. A questo stadio si chiamano «Bloderkäse AOP», dopo 21 giorni «Werdenberger Sauerkäse AOP». La pulizia regolare dello strato esterno crea una pellicola quasi vetrosa, lo «Speck». Paradossalmente, lo stato fresco ha un gusto più acido di quello stagionato, noto anche come «Gääle», giallo, il colore che le forme assumono via via. • Paul Imhof

I prodotti dei Tischhauser si trovano alla fattoria (081 771 33 19), nei negozi della regione e al Werdenberger Bauernmarkt di Grabs; ([www.buuramart.ch](http://www.buuramart.ch)). [www.sauerkäse.ch](http://www.sauerkäse.ch) [www.bloderkaese.ch](http://www.bloderkaese.ch) / [www.aop-igp.ch](http://www.aop-igp.ch) [www.buuramart.ch](http://www.buuramart.ch) [www.sauerkäse.ch](http://www.sauerkäse.ch) / [www.bloderkaese.ch](http://www.bloderkaese.ch) / [www.aop-igp.ch](http://www.aop-igp.ch)

# Il piacere di gustare il pesce senza rimorsi di coscienza.

JUNICOM/MTT Limmat



Chi vuole  
proteggere i  
mari e i laghi  
del pianeta  
può scegliere  
pesce e frutti

di mare pescati in modo sostenibile secondo le normative del marchio MSC. Grazie all'ampio assortimento MSC della Migros potrai continuare a gustare ottimo pesce con la coscienza a posto.

Parte di

GENERAZIONE M

## MIGROS

**M** per un Maggiore rispetto.



## Una piccola pera piena di promesse

**La «Poire à Botzi AOP» cresce a grappolo perché non ama la solitudine. Ritrovarla nel menu del giorno della Bénichon, che è sempre una festa conviviale, è dunque più che naturale.**

Michel Losey abita a Sévaz, un comune minuscolo nel distretto della Broye friburghese. Tra i suoi 250 abitanti è il solo a coltivare la «Poire à Botzi AOP», una piccola pera a grappolo chiamata anche Bûschelibirne che proviene da un unico tipo di albero.

«Non è una coltivazione facile perché l'albero è ad alto fusto e la fruttificazione è particolarmente lunga e delicata. Ma non mi sono mai pentito di aver diversificato la mia produzione. Questo prodotto di nicchia è una carta vincente per la mia azienda», afferma Michel Losey.

### **Diversificare per sopravvivere**

Arboricoltore certificato, agricoltore in possesso di un diploma federale e di un titolo di contabile (specialista in contabilità finanziaria e di gestione), Michel Losey sa di cosa parla. Conosce bene i frutti, come le cifre. «Estesa sul 2,5 % della mia superficie agricola, la coltivazione della Poire à Botzi AOP costituisce il 15 % del mio fatturato. Si fa presto a fare i conti!»

Nel 1992, quando ha assunto la guida dell'azienda familiare, Michel Losey ha dovuto arrendersi all'evidenza: per renderla redditizia era necessario trovare nuovi sbocchi. «La Poire à Botzi AOP era praticamente scomparsa e i prodotti autentici, rari e gustosi, sono oggi sempre più richiesti. Recuperare questa coltura poteva essere la soluzione capace di ridarci slancio».

Comincia piantando un centinaio di alberi. «Volevo creare una specie di piccolo laboratorio per studiare meglio i parametri di questa coltivazione». Otto anni dopo, il frutteto già si estendeva su più di 10.000 m<sup>2</sup> per una produzione di quasi 12 tonnellate di «Poires à Botzi AOP» all'anno.

### **Il valore aggiunto del marchio AOP**

«I miei clienti non cercano solo la qualità, ma anche una storia, un savoir-faire, una tradizione ravvivata da un pizzico d'innovazione. È quello che garantisce loro il marchio AOP». Michel Losey ricorda sempre l'importanza delle denominazioni

d'origine AOP-IGP. «Aver ottenuto l'AOP ci ha permesso di far conoscere la Poire à Botzi AOP ben al di là dei nostri confini. Ha migliorato la tenuta dei prezzi e consolidato la domanda. Oggi ci sono grandi cuochi, come Pierrot Ayer, che amano farsi ambasciatori dei nostri prodotti».

La «Poire à Botzi AOP» si raccoglie in agosto. Matura ha un gusto fresco, molto aromatico, la consistenza è piacevole e succosa. Ma poiché la sua durata di conservazione è molto limitata, spesso la si trasforma in vino cotto (compagno irrinunciabile della Bénichon), in grappa o in frutta secca. • *France Massy*

[www.producteur-botzi.ch](http://www.producteur-botzi.ch)

*La produzione, l'immagazzinamento dei piccoli frutti appena raccolti e la preparazione di conserve a base di «Poire à Botzi AOP» hanno luogo solo entro i confini del cantone di Friburgo, comprese le enclaves bernesi di Clavaleyres e Münchenwiler, i distretti di Avenches e di Payerne e i comuni di Yvonand e di Dompierre del cantone di Vaud.*



# CONCORSO

## PARTECIPATE E VINCETE

in palio un cesto pieno di deliziose specialità AOP-IGP o, dal 2° al 5° posto, un duo di queste specialità.

**Entro il 31 ottobre 2014**

## TAGLIATE, COMPILATE E SPEDITE

### QUESTO TAGLIANDO A:

Association suisse des AOP-IGP  
Concorso Settimana del Gusto  
Belpstrasse 26  
3007 Berne



### 1. Qual è la differenza tra questi due marchi di qualità?



- Una specialità con marchio AOP deve essere integralmente elaborata nella regione d'origine con materie prime che provengono da altri cantoni svizzeri. Una specialità con marchio IGP può essere fatta con materie prime provenienti dai paesi confinanti.
- Una specialità con marchio AOP è interamente elaborata nella sua regione d'origine. Una specialità IGP può essere affinata a partire da materie prime provenienti da altre regioni della Svizzera.
- Una specialità con marchio AOP porta il nome della sua regione d'origine, ma può essere fabbricata in altre regioni della Svizzera. Una specialità IGP può essere elaborata in un paese confinante in base alla ricetta tradizionale svizzera.

### 2. Qual è la regione di produzione della «Poire à Botzi AOP»?

- Svizzera orientale
- Vallese
- Cantone di Friburgo

### 3. Perché il «Bloder-/Sauerkäse AOP» risponde alle esigenze dell'alimentazione moderna?

- Contiene pochissimi grassi
- È povero di grassi e calorie, ma ricco di proteine
- Non contiene molto sale

Desidero abbonarmi gratuitamente alla rivista AOP-IGP «Tradition & Terroir»  Tedesco  Francese

Cognome: .....

Nome: .....

Indirizzo: .....

NPA, Località: .....

# I PRODOTTI AOP E IGP IN SVIZZERA

## REGISTRO AOP

(Appellation d'origine protégée)

	data di pubblicazione
1. L'Etivaz AOP	02. 03. 00
2. Rheintaler Ribel AOP	14. 08. 00
3. Tête de Moine AOP	08. 05. 01
4. Gruyère AOP	12. 07. 01
5. Eau-de-vie de poire du Valais AOP	21. 12. 01
6. Sbrinz AOP	24. 04. 02
7. Formaggio d'alpe ticinese AOP	14. 02. 02
8. Abricotine AOP	06. 01. 03
9. Vacherin Mont-d'Or AOP	16. 05. 03
10. Cardon épineux genevois AOP	10. 10. 03
11. Pain de seigle valaisan AOP	27. 02. 04

## REGISTRO IGP

(Indication géographique protégée)

	data di pubblicazione
12. Berner Alpkäse AOP, Berner Hobelkäse AOP	02. 04. 04
13. Munder Safran AOP	02. 07. 04
14. Vacherin Fribourgeois AOP	28. 02. 06
15. Emmentaler AOP	06. 10. 06
16. Poire à Botzi AOP	05. 10. 07
17. Raclette du Valais AOP	26. 02. 08
18. Werdenberger Sauerkäse AOP, Liechtensteiner Sauerkäse AOP	18. 02. 10
19. Damassine AOP	09. 03. 10
20. Zuger Kirsch AOP, Rigi Kirsch AOP	02. 09. 13
21. Glarner Alpkäse AOP	30. 01. 14
22. Bündnerfleisch IGP*	29. 09. 00
23. Saucisse d'Ajoie IGP	07. 11. 02
24. Viande séchée du Valais IGP	29. 01. 03
25. Saucisson neuchâtelois IGP, Saucisse neuchâteloise IGP	06. 06. 03
26. Saucisson vaudois IGP	11. 10. 04
27. Saucisse aux choux vaudoise IGP	11. 10. 04
28. St. Galler Bratwurst IGP, St. Galler Kalbsbratwurst IGP, St. Galler OLMA-Bratwurst IGP	26. 08. 08
29. Longeole IGP	02. 04. 09
30. Glarner Kalberwurst IGP	25. 11. 11



\* Non essendo prodotto obbligatoriamente con della carne svizzera, la carne dei Grigioni IGP non può utilizzare il logo con la croce svizzera.

# Sentire il profumo di rosa o di litchi è tutta una questione di naso...

testo, France Massy / foto, Rezo.ch

**Q**ualche anno fa, durante una degustazione in una cantina vallesana, una giovane neofita esclamò, dopo aver sottoposto a un esame olfattivo e aver degustato una decina di vini diversi: «è assurdo, in tutti questi vini sento fiori, frutta, spezie, ma mai uva!»  
Non aveva torto. Ma perché dunque i profumi del vino sono così complessi? Ecco la risposta di Richard Pfister, ingegnere in enologia e viticoltura, ma anche «naso» professionista che ha alle spalle diversi anni di lavoro nella creazione di nuovi prodotti nell'ambito della profumeria.

**Richard Pfister,  
nel 2013 ha pubblicato un'opera che ha suscitato  
molto interesse nel mondo del vino,  
*Les parfums du vin\**.  
In questo libro, tramite 152 schede classifica i  
profumi del vino utilizzando i metodi della  
profumeria. In che cosa consiste la novità della  
sua classificazione?**

La classificazione CEnoflair permette di utilizzare un linguaggio comune, che si sia dei professionisti o semplicemente dei consumatori, senza limitarne tuttavia le possibilità espressive. Ispirandosi alla profumeria introduce un elemento sistematico che migliora la memorizzazione degli odori, di solito così difficile.

A Changins sono stati fatti alcuni test che hanno ottenuto risultati positivi ben superiori alle attese. Seguendo questa classificazione, le descrizioni di uno stesso vino, fatte da diversi degustatori, diventano decisamente più simili rispetto a quanto accadeva in precedenza, quando ognuno seguiva le proprie abitudini.

**Lei ed io non percepiamo necessariamente gli  
odori nello stesso modo?**

È praticamente impossibile incontrare sulla terra due

persone che percepiscano gli odori nello stesso modo... Durante la vita fetale, nel corso della 15a settimana, i recettori dell'olfatto si posizionano in maniera aleatoria sull'organo olfattivo. Poiché ne esistono dai 400 ai 500 tipi diversi e ognuno è presente in varie migliaia di esemplari non c'è bisogno di essere dei matematici per capire che le combinazioni possibili sono un'enormità!

Il trattamento delle informazioni olfattive da parte del nostro cervello è influenzato inoltre da diversi parametri, come l'umore, il ritmo cardiaco, il gusto e la vista, che variano molto a seconda delle persone. Ci sono dunque ben poche possibilità che due persone odorino esattamente la stessa cosa, nonostante rigorosi esercizi. Benché proprio l'esercizio ci permetta fortunatamente di ridurre le imprecisioni.


I neurofisiologi sono riusciti a fare molti passi avanti in questi ultimi vent'anni nella comprensione del funzionamento dell'olfatto. La classificazione CEnoflair ha potuto beneficiare della loro collaborazione per minimizzare le differenze interindividuali.

**Siamo tutti uguali davanti all'odorato?  
La capacità di percepire gli odori è iscritta nei  
nostri geni?**

Eccetto casi di malattie specifiche, di diminuzione della sensibilità o di perdita dell'odorato (anosmie), tutti possono diventare dei «nasi» o degli enologi. È soprattutto questione di allenamento e di motivazione. A prima vista l'elemento innato ha poca importanza anche se il confine tra quest'ultimo e quanto invece si è appreso è difficile da tracciare. Penso in particolare agli odori che percepiamo già mentre siamo nella pancia di nostra madre e all'ambiente olfattivo in cui ci troviamo durante le prime fasi della vita.

**Come si può utilizzare il suo libro?**

Idealmente bisognerebbe leggerlo stando seduti davanti a un bicchiere di vino e soffermandosi innanzi-



*«È praticamente impossibile incontrare sulla terra due persone che percepiscano gli odori nello stesso modo...»*

tutto sugli elementi della classificazione che permettono di individuare in maniera più semplice gli aromi che si stanno percependo. Poi si possono andare a leggere più attentamente le pagine corrispondenti. Ogni pagina aiuta a circoscrivere l'odore in questione attraverso un'immagine caratteristica e qualche aneddoto. Vengono messe in evidenza anche le somiglianze con altri odori in modo da permettere al degustatore di capire perché il suo vicino descrive un vino con termini diversi dai suoi quando forse vuole dire la stessa cosa.

A coronamento del progetto, l'intera collezione delle 152 schede che costituiscono *Les parfums du vin\** sarà disponibile nel 2015 sotto forma di flaconi e permetterà così al degustatore professionista o dilettante di allenarsi con odori di grande qualità.

#### **Si sente più enologo o profumiere?**

Devo molto al campo della profumeria, ma le mie radici sono quelle di un enologo e non potrei mai pretendere di essere un profumiere perché oggi non è più la mia attività principale. Ho lavorato molti anni in quel settore, che mi è stato d'ispirazione, ma mi sento soprattutto un enologo. •

**Nell'ambito della Settimana del Gusto partecipa a un evento rivolto ad adolescenti di 15 anni. Come pensa di iniziarli alla degustazione e che cosa potranno trarre questi ragazzi dall'esperienza fatta?**

Innanzitutto i mestieri di viticoltore e di enologo saranno presentati mettendo in evidenza l'importanza degli odori. Poi ai ragazzi saranno proposti alcuni aromi tipici del settore della profumeria che si ritrovano anche nei vini e infine gli si chiederà di analizzare delle composizioni olfattive per cercare di identificarne gli elementi. Dopo ogni fase saranno invitati a discutere della loro esperienza per rendere più interessante l'esercizio e stabilire dei legami con il mondo del vino. Si parlerà in conclusione dei danni legati all'abuso di alcol.

Lo scopo è far comprendere a questi ragazzi la complessità di un prodotto come il vino. Un consumo moderato permette di percepirne tutti gli elementi più importanti. La nostra segreta speranza è che un simile approccio mostri loro quanto poco interessante è il consumo smodato di bevande alcoliche.

#### **Per saperne di più:**

*\*Les parfums du vin, sentir et comprendre le vin.*  
Editons Delachaux et Niestlé, 2013.  
[www.oenoflair.com](http://www.oenoflair.com)



# SWISSWINE

---

Accordare cibi e vecchi  
millesimi

testo, Alexandre Truffer / foto, DR

**I migliori vini svizzeri, come quelli di tutti i grandi vigneti del mondo, richiedono tempo per raggiungere la perfezione e una volta arrivati a quel livello vi restano per diversi anni prima di «spegnersi» progressivamente.** Questo fatto contraddice l'opinione, molto diffusa tra i consumatori, secondo la quale il vino elvetico deve essere bevuto entro l'anno di produzione. Se il lavoro di pionieri come «Mémoire des Vins Suisses» o Georges Wenger per la promozione dei gran crus destinati all'invecchiamento è ben noto, anche una nuova generazione di ristoratori si impegna da parte sua, giorno dopo giorno, a favore della riscoperta dei tesori nascosti dei vigneti svizzeri.

*«Quando vedo che i clienti hanno voglia di una buona bottiglia, e capisco che si prenderanno il tempo per apprezzarla, tiro fuori un vino dalla riserva speciale».*

#### **Le potenzialità dei rossi**

Loris Lathion dirige il Mont-Rouge a Haute-Nendaz, hotel, ristorante e negozio di specialità. L'interesse per i vini da invecchiamento vallesani lo ha spinto a creare una carta speciale battezzata «Archivi liquidi del Vallese» dove sono recensite bottiglie venute in suo possesso al momento dell'acquisto di una cantina privata. «La metà di quei 250 flaconi di millesimi delle annate dal 1995 al 2003 erano rossi che sono stati venduti in pochi mesi nonostante il prezzo elevato», spiega il giovane chef. «Che cosa fa vendere? Il nome del produttore e del vitigno! Ho una straordinaria Dôle di otto anni, che tuttavia è molto più difficile da vendere di una Syrah o di un Cornalin. Lo stesso si può dire per i bianchi», prosegue questo appassionato che dichiara di essere riuscito a vendere al bicchiere dei magnums d'Érmitage 2005. «Un successo, però è impossibile ripetere questa operazione con sei o otto bottiglie. Bisogna che una grande cantina mi fornisca un lotto omogeneo di una cinquantina di colli almeno». Ma ritorniamo agli accordi: «un vecchio Ermitage o un vecchio Johannisberg sono meravigliosi con il formaggio. Per il resto, più che trovare il matrimonio perfetto, si cerca soprattutto di evitare i disaccordi con alimenti troppo dominanti, come il curry, il peperoncino, i prodotti affumicati o il tartufo», dichiara Loris

Lathion che lamenta un paradosso: «i bianchi del Vallese, soprattutto dopo dieci anni, sono superiori ai rossi, più facili da trovare e più regolari. Gli incidenti sono meno probabili, ci sono meno differenze tra le bottiglie. Eppure i consumatori continuano a chiedere i rossi...».



*Christophe Rod  
chef della Roseraie, Yverne*

#### **Accordare i vini all'umore del giorno**

A Yverne, da Christophe Rod, vecchi millesimi significa soprattutto vecchio Chasselas. «Ho una carta che si focalizza molto sui vini locali, in particolare del Chablais. Per gli altri vitigni, quando ci si interessa ai vini da invecchiamento, è difficile costituire uno stock. Sto facendo un tentativo con dei Syrah del Clos de la George, ma non li metto nella carta dei vini», dichiara lo chef della Roseraie che propone ai suoi clienti una quindicina di bianchi di qualche anno. «È impossibile trovare accordi tra cibi e vini che soddisfino tutti indistintamente perché il senso del gusto è diverso in ogni persona», afferma questo professionista che ha aperto il suo ristorante tredici anni fa. «Naturalmente, con i formaggi l'accordo è ideale, ma preferisco associare i vini con l'umore del giorno. Quando vedo che i clienti hanno voglia di una buona bottiglia, e capisco che si prenderanno il tempo per apprezzarla, tiro fuori un vino dalla riserva speciale», scherza Christophe Rod che ammette che «questi vini richiedono una lunga spiegazione. Si parla di un centinaio di bottiglie l'anno, che già non sono facili da trovare! Bisogna dunque saperle conservare per offrirle quando l'atmosfera è quella giusta». Per quanto riguarda il prezzo, lo chef vede se ritiene che sia necessario mantenersi entro limiti ragionevoli: «ho lavorato presso grandi case. I loro vecchi Chasselas erano magnifici, ma erano anche venduti a prezzi esorbitanti. Questi vini possono procurare piaceri altrettanto sublimi delle grandi annate francesi o di altre regioni, ma non sono dei Bâtard-Montrachet. Noi dobbiamo contribuire a diffonderli proponendoli a prezzi ragionevoli, perché a parte qualche raro amatore, i clienti non sono abituati allo stile aromatico dei vecchi Chasselas. Bisogna farglieli gustare diverse volte in modo che in seguito comincino ad apprezzare le sfumature dei vini da invecchiamento svizzeri». •

**Céline Huber,**  
giovane contadina bio  
di Wildegg.

## Per i prossimi 20 anni.

Da oltre 20 anni Naturaplan è sinonimo di gusto autentico e naturale, perché ogni prodotto Naturaplan è un capolavoro di Madre Natura. In quanto pionieri del bio siamo orgogliosi di continuare ad offrirvi anche in futuro il più ampio assortimento di prodotti biologici di tutta la Svizzera. E siamo pronti ad affrontare i prossimi 20 anni, lavorando fianco a fianco con la nuova generazione di agricoltori bio. Per amore della natura.  
[www.naturaplan.ch](http://www.naturaplan.ch)



**naturaplan**



Per amore della natura.

**coop**

Per me e per te.

HA RIVOLUZIONATO IL MONDO DEL VINO COMINCIANDO A UTILIZZARE, 21 ANNI FA, UNA BOTTIGLIA BLU COME I SUOI OCCHI. UNA CONFEZIONE UN TANTINO PROVOCATORIA PENSATA PER ACCOGLIERE IL VINO CHE ESIBISCE IL MARCHIO GEMMA PRODOTTO DA UNO DEI MIGLIORI VITICOLTORI DEL PAESE.

# Reynald Parmelin

l'uomo che vede il bio in blu

testo, France Massy / foto, DR



**R**eynald Parmelin ha il vino nel sangue. Rappresenta l'ottava generazione di una famiglia di viticoltori. Quando prese in mano la metà della tenuta vinicola familiare (l'altra metà passò al fratello Yvan a Bursins), decise rapidamente di fare della «Capitaine» di En Marcins (Begnins) il primo vigneto certificato bio del cantone di Vaud. «All'epoca non si aveva un'immagine molto positiva dei vini bio perché molti non professionisti si erano messi a produrli per ragioni ideali. Io volevo fare dei vini bio che non fossero solo buoni per la salute ma anche eccellenti. Migliori dei vini prodotti in base ai sistemi tradizionali di viticoltura!»

E bisogna dirlo: c'è riuscito! Oggi i suoi vini si piazzano ai primi posti nella maggior parte dei concorsi e Reynald Parmelin ha vinto per tre volte di seguito il premio per il miglior vino biologico al Grand Prix du vin suisse. «Le uve prodotte secondo metodi biologici hanno un potenziale superiore perché restano

di dimensioni più piccole e i loro aromi e la loro struttura sono più concentrati. Questo ci permette di ottenere vini bianchi molto fruttati e rossi ben strutturati».

Reynald Parmelin ha una concezione gioiosa del bio e ama far scoprire i suoi vini attraverso particolari accordi gastronomici. Nel quadro della Settimana del Gusto organizza ogni anno una serata «cibi&vini» nella sala appositamente predisposta a questo scopo nella sua tenuta. «Presentare i vini associandoli a particolari cibi permette a tutti di apprezzarli meglio. Un menu sofisticato inoltre offre l'opportunità di degustare più di un vino». Ma per lui questo tipo di eventi non è solo legato alla Settimana del Gusto. «Ne organizziamo vari a seconda delle stagioni. Entro la fine dell'anno avremo modo di mettere in evidenza la cacciagione, il tartufo e altri prodotti tipici». Reynald Parmelin cerca inoltre di lavorare con rosticciatori bio. «È ovvio per noi privilegiare il biologico, oltre ai prodotti locali e stagionali». •

## QUESTE GEMME CHE FIORISCONO

Gli svizzeri sono attenti alla loro alimentazione e alla qualità dei cibi che consumano. La prova? I prodotti bio hanno raggiunto in Svizzera una quota di mercato del 6,9% mentre il fatturato ha superato i due miliardi di franchi. Quest'anno sono 5884 i produttori che lavorano rispettando le norme della Federazione delle aziende biologiche svizzere e la superficie dedicata alla coltura biologica è di 129.000 ettari. Per avere un termine di paragone, quella del cantone di Friburgo è di 167.000 ettari. «Quasi un ottavo della superficie agricola utile è ora certificato bio», dichiara con soddisfazione il direttore Daniel Bärtschi. La qualità Gemma (un marchio che prevede direttive più severe rispetto al bio federale) distingue prodotti dell'orto e del frutteto, carne, pesce, cereali, alimenti trasformati, vino. Tutti garantiscono ai consumatori un procedimento di produzione in armonia con la natura. Nella classifica dei prodotti bio più venduti al primo posto si trovano le uova, seguite dal pane e dai legumi. *Sophie Dorsaz*



# Un tesoro di sapori

## da scoprire in ticino

testo, Alessandro Pesce / fotos, DR

**I**l Ticino è una regione privilegiata dal profilo gastronomico, ricco di eccellenti ristoranti a conferma della tradizione che lo vuole terra di grandi cuochi già dal Medioevo. Non solo alta cucina, però. Nei grotti e nelle osterie sono serviti piatti nostrani che valorizzano i prodotti del terroir come salumi, formaggi, vini, ortaggi, farine, castagne, miele, carni, pesci e olio. Gemme preziose di un giacimento agroalimentare che da due anni è promosso e tutelato dal progetto «Ticino a Tavola».

«Ticino a Tavola» non è una rassegna, ma un progetto che vuole valorizzare ogni giorno dell'anno i prodotti tipici e i ristoranti che li utilizzano per cucinare piatti della tradizione o innovativi. L'iniziativa è coordinata da GastroTicino, federazione esercenti e albergatori, attraverso il Centro di Competenza Agroalimentare, sostenuto dal Dipartimento delle finanze e dell'economia nell'ambito della «Nuova politica regionale», attraverso la collaborazione con l'Unione Contadini Ticinesi e la grande distribuzione.

Nella miniera ticinese del gusto, dicevamo, splendono gemme di grande valore. Come le castagne, i mieli di castagno, di robinia o di acacia e le erbe aromatiche. Nell'orto ticinese crescono pomodori saporiti e genuini, melanzane, zucchine, cetrioli, insalate e frutta, commercializzate con il marchio «Tior». E da oltre 50 anni sono famose le mostarde di verdure e frutta (anche nella versione purée), che la Sandro Vanini di Rivera produce con antiche ricette, e che si abbinano a carni e formaggi; da gusta-

re anche i prodotti a base di peperoncino ticinese, prodotti dalla Ticino Peppers o l'ormai famoso pepe aromatizzato in Valmaggia. Nel viaggio attraverso le golosità come non citare i salametti di maiale, cavallo, cervo e cinghiale, la carne secca di manzo e cavallo, il lardo, la mortadella di fegato, la luganiga e la luganighetta che regala emozioni alla griglia o nel risotto.

E se il Merlot, vinificato anche in bianco, è ormai conosciuto in tutta la Svizzera per aver raggiunto livelli di assoluta eccellenza, che dire dei formaggi prodotti con un latte ricco di aromi e gusti particolari, a seconda delle erbe di cui si cibano le mucche? Sono formaggi d'Alpe, formaggelle grasse e semigrasse, formaggi di caseificio semiduri e grassi, formaggini prodotti con latte vaccino o caprino, piatti o del tipo «büscion», che si mangiano freschi cosparsi di pepe macinato e olio extravergine, e magari accompagnati da un bicchierino di «Idromele», il nettare degli dei prodotto da APIS. Eccellente è anche lo «Zincarlin», formaggio fresco a cui vengono aggiunti sale e pepe macinato; di sapore più intenso è lo «Zincarlin della Val da Mücc», stagionato e lavorato per oltre due mesi con vino bianco secondo un metodo antico.

Ed è nelle valli superiori, in Leventina, che scopriamo due prodotti di nicchia. Proprio ai piedi del San Gottardo il buongustaio deve fare una tappa obbligatoria allo «yogurtificio alpino» della Agroval di Airole. Ad attenderci è Ari Lombardi che dirige con passione e competenza il caseificio artigianale di famiglia,

*Nei grotti e nelle osterie  
sono serviti piatti nostrani  
che valorizzano i prodotti  
del terroir*



# Fattorie a ritmo della natura.

JUNECOMMATT/Immat



TerraSuisse ti garantisce il meglio delle fattorie svizzere. I più di 10 000 contadini che aderiscono al programma IP-Suisse svolgono il

loro lavoro nel rispetto dell'ambiente e degli animali. Il loro benessere è garantito dalla possibilità di trascorrere tempo all'aperto, da stalle costruite appositamente per loro e da un mangime naturale.

Parte di

GENERAZIONE **M**

## MIGROS

**M** per un Mondo sostenibile.

dove produce la formaggella «La vera nostrana», il Canaria, l'Airolo Valle, il San Gottardo, il Leventina e il Fieudo (DOP), stagionati nelle tipiche cantine tradizionali di maturazione. «Lo yogurt di montagna che fa muuh» è un prodotto nato grazie all'entusiastico supporto di Migros Ticino che lo vende con simpatiche etichette in dialetto di Airolo. Moderatamente acido e cremoso, ha precise caratteristiche organolettiche e di genuinità, dovute all'impiego di latte di montagna proveniente da piccoli allevamenti di bovini foraggiati solo con erba e fieno di montagna. «Anche le ricette di frutta – spiega l'ingegnere agro-alimentare e microbiologo Aleardo Zaccheo, titolare della «bioethica food safety engineering» – sono state create tenendo conto delle attuali richieste di prodotti naturali che non contengono additivi alimentari non necessari e un dosaggio di zuccheri rispettosi delle nuove conoscenze nutrizionali sia a livello nazionale che internazionale». Lo yogurt di montagna, è prodotto in 18 gusti come mirtillo, castagna, fragole, nocciole e lamponi.

Sempre lungo la «Via delle genti» sorge un altro caseificio molto speciale, che accanto all'attività produttiva affianca una funzione didattica. Al Caseificio Dimostrativo del Gottardo si scoprono i segreti della produzione e si gustano le migliori specialità anche nel grande e luminoso ristorante. Qui ci fermiamo perché il formaggio «Gottardo Grotta» – dal colore giallo fiore e dal profumo di montagna – ha ottenuto la medaglia d'oro nella categoria formaggi a pasta dura alla quinta edizione del «Marché & Concours suisse des produits du terroir» di Delémont-Courtemelon. È un formaggio a pasta semidura prodotto con latte di montagna senza insilati, che matura per 2 mesi nella cantina del caseificio e in seguito per 5 mesi in una grotta naturale nella zona di Airolo.

Ma il Ticino non è solo pascoli. La coltivazione dei cereali è di nicchia, con alcune eccellenze che fanno la gioia dei buongustai. Dai mais da polenta si ricavano le farine classiche, ma anche la «corvina», che dà alla polenta cotta un gradevole e curioso colore violaceo. In Valle Onsernone troviamo anche la «Farina Bona», ottenuta macinando finemente mais tostato; un prodotto, riscoperto da Ilario Garbani, molto versatile che si presta alla preparazione di molte pietanze che vanno dalla pasta al gelato.

E poi una vera e propria curiosità: il riso che cresce più a Nord d'Europa. Nel 1997 furono seminate

le prime piante di riso su un terreno di circa 2 ettari dell'Azienda «Terreni alla Maggia» fondata nel 1930; azienda che produce anche vini e farine e alleva animali da cortile su 130 ettari distribuiti sui comuni di Ascona, Locarno, Gordola e Avegno. Per il riso – che cresce in risaie irrigate e non allagate – si sono raggiunti i 90 ettari, raccogliendo circa 400 tonnellate di riso «Loto», ottimo per i risotti. Il segreto di tale successo sta nelle caratteristiche del terreno, situato a 197 m.s.m., il punto più basso di tutta la Svizzera.

Con il riso, si cucina uno dei piatti più famosi: il risotto e luganighetta. Ma qui presentiamo un insaccato del tutto particolare. Il Salumificio del Castello, in occasione dell'European Cooperation Day, ha presentato alcuni prodotti contenenti i tartufi del Monte Generoso. Sì, perché al sud delle alpi è stata recentemente costituita l'«Associazione Svizzera Italiana del tartufo», membro della Federazione Svizzera del tartufo, in quanto, nelle regioni carsiche del Monte Generoso e del Monte San Giorgio, crescono naturalmente diverse specie di tartufi che possono essere raccolte tutto l'anno. Tra le specie di tartufo ritrovate in queste regioni insubriche spiccano nel periodo che va da giugno a settembre il *Tuber aestivum* anche conosciuto come tartufo di Bourgogne, mentre da settembre a gennaio i cavaatori con i loro cani addestrati, trovano il *Tuber uncinatum* e da dicembre a marzo il *Tuber mesentericum*. Il Salumificio del Castello, in collaborazione con l'Ing. Aleardo Zaccheo, ha messo a punto ricette con tartufi locali; in particolare una luganighetta al tartufo nero del Generoso che si può consumare cruda o cotta, e un salametto del Mendrisiotto sempre con tartufo nero del Generoso. •

Per scoprire tutti i segreti dei prodotti ticinesi, si può consultare il sito:

[www.ticinoatavola.ch](http://www.ticinoatavola.ch)

dove si trovano molte altre curiosità e ricette.



**DU  
18 MAI 2014  
AU 30 AVRIL  
2015**

# **DETOX**

**CROYANCES  
AUTOUR DE LA  
NUTRITION**

Ernährung - woran glauben?  
Nutrition - what do you believe?

**ALIMENTARIUM**

Musée de l'alimentation Food Museum Museum der Ernährung

Mardi-vendredi 10h-17h, samedi-dimanche 10h-18h  
Quai Perdonnet 25, 1800 Vevey - T +41 (0)21 924 41 11

[www.alimentarium.ch](http://www.alimentarium.ch)





# Verdi e magiche

testo, France Massy

illustrazione Dora Fomrica

**E**rbe magiche, erbe delle streghe o erbe del curato: le erbe aromatiche e medicinali vengono utilizzate dalla notte dei tempi per guarire il corpo e l'anima. Nel Medioevo si dava a queste erbe complesse il nome di «semplici», *simplicis herbae* o *simplicis medicinae*.

Vera e propria farmacia naturale, l'orto dei semplici medievale permetteva di alleviare i malesseri più comuni. Nella famosa pianta dell'Abbazia di San Gallo, il giardino medicinale (o *herbularius*), raccoglie sedici tipi di erbe: menta e *tanacetum balsamita* (dal profumo simile alla menta), *barbarea*, salvia, giglio, rosa, giaggiolo, puleggio, cumino, finocchio, ruta, fieno greco, santoreggia, rosmarino, levistico e fagioli dall'occhio.

Ad ogni malattia la sua pianta! Se l'effetto di alcune è molto specifico, altre, come la salvia, hanno mille virtù. Non si dice forse: «chi ha della salvia nel proprio giardino non ha bisogno del medico»?

Ma i semplici offrono anche altri benefici. Una crème brûlée al gusto di *asperula odorosa* non si accon-

tenta di solleticare il gusto. Questa bella pianta dalle foglie a corolla e dai piccoli fiori bianchi garantisce protezione, vittoria e guadagni materiali. Nella Svizzera tedesca e in Tirolo, i lottatori portavano un braccialetto di rizoma di *asperula* intorno alla caviglia destra per essere sicuri di sconfiggere l'avversario.

La radice del *geum urbanum* tiene lontani gli animali selvatici e i serpenti, ma attrae il sesso opposto. I semi delle carote selvatiche aiutano le donne a concepire e una cura di succo di carota durante la gravidanza fortifica il bambino – purché non sia rosso di capelli, però, perché in quel caso potrebbe sviluppare istinti cattivi!

Il cumino da parte sua offre protezione ed è il garante della fedeltà coniugale come la camomilla lo è della fortuna e dell'affetto. L'iperico o erba di San Giovanni guarisce dalla depressione e scaccia il diavolo. L'origano protegge dagli incantesimi, rende più lucida la mente, ma fa battere più forte il cuore agendo come un filtro d'amore... Magiche, ve lo avevamo detto! •

Se volete saperne di più correte all'Alimentarium di Vevey. La mostra intitolata «Détox» vi dirà quali sono tutti gli effetti dell'alimentazione sull'essere

umano, dalle credenze ancestrali alle ipotesi più o meno scientifiche.

**Giovedì 25 settembre**, Carlo Crisci, padrino della Settimana del Gusto, inizierà i visitatori alle virtù gustative delle erbe selvatiche durante una dimostrazione seguita dalla degustazione di un delizioso *consommé*.

[www.alimentarium.ch](http://www.alimentarium.ch)

# Erbario



Achillea millefolium



Taraxacum dens Leonis



daucus carota



berberis vulgaris



Asperula odorata



jeum urbanum



Matricaria discoidea



Origanum vulgare



Papaver rhoeas



Hypericum perforatum



Polygonum bistorta



Cuminum

# HOUSE OF SWITZERLAND



#ab...no lemonta...re



zera!

11.05.  
del Cannone  
Castello Sforzesco



GIRO DEL GUSTO 2014



PAESE SVIZZERO  
EX...NO 2015

pa...h

# Italia

## operazione seduzione

testo, Sophie Dorsaz / foto, DR

**Come introduzione all'Expo 2015 di Milano che avrà per titolo « Nutrire il pianeta: energie per la vita », Presenza Svizzera (DFAE) organizza quest'anno un Giro del Gusto in tre città italiane: Milano, Roma e Torino. La Swiss Mobile House inaugurata ai Giochi olimpici di Sochi ha fatto la sua prima tappa a Milano. Un'occasione ideale per far scoprire agli italiani una Svizzera tutta da degustare. Incontro con Nicolas Bideau, direttore di Presenza Svizzera, al Castello Sforzesco.**

**Nicolas Bideau,  
qual è lo scopo di questo Giro del Gusto?  
Si sa che gli svizzeri sono molto puntuali, ma qui  
siete davvero in anticipo rispetto  
all'Esposizione universale.**

L'anno prossimo all'Esposizione saranno presenti 144 paesi. Per quanto bello possa essere il nostro padiglione, rischiamo di passare un po' inosservati in quella massa. Abbiamo quindi voluto presentarci prendendo spunto dagli italiani stessi che da tre anni organizzano degli Expo Days nel centro della città. Anche oggi, nonostante tutto, la comunicazione non può essere solo virtuale. Deve essere anche fisica. Lo scopo della Swiss Mobile House era quello di creare un legame emotivo tra i milanesi e la Svizzera. Il Giro del Gusto è un laboratorio in cui mettere alla prova la nostra strategia per ridare smalto all'immagine del nostro paese.

**Uno studio di Presenza Svizzera pubblicato nel 2011 rivela che gli italiani hanno un'immagine riduttiva e a volte negativa della Svizzera. Giocando la carta della gastronomia cercate forse di « prenderli per la gola »?**

È vero che gli italiani ci conoscono poco e ci ritengono a volte troppo freddi, razionali e poco divertenti. L'accettazione dell'iniziativa contro l'immigrazione di massa, poi, non è di aiuto, di conseguenza a Milano abbiamo cercato di mostrare una Svizzera accogliente. La gastronomia è un tema che unisce, ma a condizione di mettere in scena i prodotti. Non basta

fare un grande mercato di Sbrinz e di salsicce vodesi, è necessario qualcosa di più. La passione degli italiani per il cibo non si riduce al tempo che passano a tavola, molto importante è anche il modo in cui il prodotto è fabbricato e la sua regione di provenienza. Abbiamo quindi voluto raccontare una storia intorno alle nostre specialità per farle vivere nel ricordo dei visitatori. Per questo la Swiss Mobile House presenta due aspetti distinti della gastronomia svizzera, la tradizione e la modernità. La mostra fotografica di Marco D'Anna mescola ad esempio immagini di prodotti locali e foto di stabilimenti industriali di grande valore estetico. I visitatori non sono ingenui, non serve a niente tentare di fargli credere che i prodotti arrivino direttamente dal piccolo produttore sull'alpeggio. Dobbiamo presentare anche l'industria di punta della Svizzera.

**Durante i dodici giorni trascorsi a Milano avete organizzato delle « food battles » tra prodotti svizzeri e italiani.**

**Era una specie di provocazione ?**

È vero, si tratta di qualcosa di un po' provocatorio, ma sempre con l'obiettivo di suscitare emozioni e scambi. E del resto abbiamo avuto successo! Sul palco due attori difendevano lo Sbrinz contro il Parmigiano o la carne secca dei Grigioni contro la Bresaola. La battaglia permetteva loro di parlare dei segreti di fabbricazione dei diversi prodotti e di raccontarne la storia. Ma sappiamo bene che non abbiamo nulla da insegnare agli italiani sui prodotti di qualità locali e

# C'ERA UNA VOLTA IL POMODORO ...

DSR partecipa alla Semaine du Goût 2014 e ogni giorno proporrà ai suoi ospiti un antipasto, un piatto o un dessert a base di pomodori.

Inoltre verrà offerto un libro di ricette a base di pomodoro.

Auguriamo fin d'ora buon appetito !

«...inviteremo a riflettere meglio su un'equa  
distribuzione del cibo, ...»

i marchi d'origine. Su questo punto sono molto più avanti di noi e dobbiamo quindi trovare forme di comunicazione originali.

**Alla fine dell'evento, che cosa ha prodotto  
la tappa milanese?**

La nostra Swiss Mobile House è stata vista da 180.000 persone. 60.000 hanno partecipato attivamente alle visite, alle degustazioni e agli eventi informativi. Durante la permanenza a Milano abbiamo fatto continuamente dei sondaggi. Ne è emerso che il 25% dei visitatori se ne sono andati con la sensazione di aver imparato qualcosa di nuovo sul nostro paese e di averne un'immagine migliore. È un risultato raro e difficile da ottenere con operazioni di marketing o di pubblicità classiche, con le quali si riescono a produrre buoni momenti, ma che nel 95% dei casi non lasciano tracce.

**Che cosa intendente migliorare ancora per il  
padiglione svizzero dell'Esposizione 2015?**

Al di là della presentazione dei vari prodotti culinari, i pranzi e le cene sono cruciali. Nel 2015, 144 paesi si ritroveranno a tavola insieme, ed è un simbolo forte. Per incoraggiare il dialogo e la convivialità offriremo maggiori spazi di incontro e di messa in scena.

**Oltre alla vetrina mediatica offerta  
da un'esposizione universale pensa che l'evento  
possa avere effetti positivi  
sul tema scelto, ovvero**

**«Nutrire il pianeta: energie per la vita»?**

Finora le esposizioni universali precedenti che ho visitato sui temi dell'urbanistica o sul futuro degli oceani, ad esempio, non mi hanno dato l'impressione di essere occasioni in cui si riuscivano a fare molti passi avanti in quei campi. Con la scelta dell'alimentazione però l'Expo 2015 potrebbe essere diversa. Ho la sensazione che ormai da qualche anno stiamo vivendo un cambiamento di paradigma. Le persone sono più sensibili all'importanza di un cibo sano e alla tutela dell'ambiente. Si tratta del tema giusto, al momento giusto e nel posto giusto perché gli italiani sono molto rigorosi in questo ambito!

**E come intende comunicare su questo tema il  
padiglione svizzero?**

Al centro del nostro padiglione ci saranno quattro torri piene di specialità svizzere. Via via che i visitatori consumeranno i prodotti, le torri si svuoteranno e le piattaforme su cui saranno collocate cominceranno ad abbassarsi. La diminuzione degli alimenti sarà registrata e comunicata in tempo reale attraverso i social media. In questo modo inviteremo a riflettere meglio su un'equa distribuzione del cibo, sui comportamenti di consumo e sulla responsabilità individuale.

**Qual è il suo prodotto svizzero preferito?  
E quello italiano?**

Il mio preferito tra i prodotti svizzeri è senza dubbio lo Sbrinz. Adoro il suo gusto leggermente salato. Del resto, per la cronaca, sono gli italiani ad aver contribuito alla sua notorietà. Sono loro ad averlo chiamato Sbrinz per dire «che viene da Brienz». Per quanto riguarda i prodotti italiani il mio preferito è il lardo della Val d'Aosta, di una bianchezza immacolata e terribilmente buono. ●

**LE DATE DEL GIRO DEL GUSTO**

**Milano:** dal 30 aprile all'11 maggio 2014

**Roma:** dal 22 al 26 settembre 2014

**Torino:** dal 23 al 27 ottobre 2014

**L'ESPOSIZIONE UNIVERSALE**

**Expo Milano 2015**

«Nutrire il pianeta: energie per la vita»  
si svolgerà dal 1° maggio al 31 ottobre 2015



# Giardini alpini

*L'energia delle Alpi per il corpo e per lo spirito*

testo, Paul Imhof / fotos, DR

**L**e erbe venivano coltivate negli orti già nell'antichità e nel medioevo, ma mantengono tutto il loro sapore e profumo quando crescono alle altitudini alpine, dove predominano altre condizioni. Un classico giardino alpino per la coltivazione di fiori ed erbe destinate ad accrescere il benessere del corpo e dell'anima dei visitatori è quello creato più di cento anni fa dall'Hotel Schatzalp sopra Davos.

In pianura la frutta sugli alberi è matura e la vendemmia è iniziata. La fermentazione del primo mosto è già in corso. Sulle Alpi, l'inverno invece è alle porte. «Coltivare un giardino o un orto sulle montagne, a quasi duemila metri di altitudine sul livello del mare, è una cosa molto diversa dal coltivarlo più in basso, nelle vallate», dice Klaus Oetjen, capo giardiniere dell'Alpinum, il giardino delle erbe dello Schatzalp. «Non solo perché la stagione è molto più breve, ma anche perché può essere interrotta da una nevicata improvvisa». Come nel 2011, quando su Davos la notte del 18 settembre cadde la neve. Una neve bagnata e pesante, una coltre di quasi mezzo metro che spezzò rami ed alberi. «Le nostre piante perenni si rompono o si piegano sotto un simile peso. Alcune poi si riprendono, altre devono essere tagliate». In ottobre molte specie cominciano a prepararsi per il riposo invernale, ma, dice Oetjen, la stagione dei giardini non è ancora del tutto finita, «è il momento della fioritura delle genziane autunnali».

Per Sven Friedland, chef del famoso hotel Schatzalp – uno «Swiss Historic Hotel» – è anche il momento di rifornire la sua dispensa di erbe per l'inverno. Erba cipollina, aneto e altre piante simili possono essere essiccate, quelle più robuste, come il rosmarino o il timo, possono essere conservate nel congelatore. Non tutti gli hotel sono in grado di offrire ai loro ospiti, durante la stagione fredda, erbe del proprio stesso orto. Friedland può servirsi di tutto ciò che

desidera scegliendo tra 40-50 tipi diversi di erbe. Per tutta la bella stagione la cucina dell'hotel inoltre propone ogni mercoledì un menu speciale alle erbe.

Un'insalata di erbe di campo con crescita d'acqua, achillea, acetosa, dente di leone e calendule con un condimento a base di miele di germogli di abete e limone, ad esempio, seguita da una zuppa alle ortiche con rosmarino e mousse di trota salmoneata e come piatto principale, a scelta, costine d'agnello alle erbe con contorno di zucchine, pomodori e patate saltate con erbe selvatiche o ravioli di farina integrale con ripieno di aglio orsino e spinaci e condimento alle erbe. Per finire, diversi formaggi alle erbe della regione e un semifreddo ai denti di leone accompagnato da una tortina al rabarbaro e basilico.

Dato tutto ciò che cresce nell'orto, la cucina del ristorante è molto varia. Nella stagione giusta si può trovare sul menu anche un semifreddo alla stella alpina. Per Sven Friedland non è importante solo la crescita spontanea, ma anche la ricchezza aromatica di queste piante, dovuta alle condizioni dell'alta montagna. «Il sapore è più intenso», dice lo chef, «basta solo pensare all'effetto del rosmarino o del timo nella salsa».

A queste altitudini, oltre che della qualità del terreno e dell'esposizione bisogna tenere conto anche della temperatura, non quella delle stagioni più fredde, bensì dei periodi più caldi: l'estate, rispetto alle regioni pianeggianti, è molto più rigida e obbliga le piante ad adattarsi. «Le piante alpine contengono molte più sostanze», scrive la biologa Sabine Joss nel suo libro «Im Gebirge» ([www.naturerleben.net](http://www.naturerleben.net)), «perché non investono la loro energia nella crescita in altezza e possono dunque produrre altre sostanze vegetali secondarie» come oli essenziali, aromi



o sostanze amare che stuzzicano l'appetito oltre a far bene alla salute. Anche le piante selvatiche che crescono in pianura, comunque, contengono più vitamine e minerali delle piante coltivate.

Sulle Alpi «il clima cambia più spesso, più rapidamente e in modo più estremo che in pianura», dice Ioss. «Le temperature sono in genere più basse,

l'aria è più secca, il vento più forte, la bella stagione è più breve e le condizioni del terreno meno favorevoli». Ciò nonostante, più di 30.000 specie animali e 13.000 specie vegetali fanno dell'arco alpino uno dei territori più ricchi di biodiversità del continente

europeo. Molte specie si trovano solo qui, altre invece sono diffuse in mezzo mondo. La stella alpina, per esempio, è originaria dell'Asia, ma anche la genziana, il rododendro e l'aster hanno fatto un lungo viaggio prima di giungere sulle Alpi dalle steppe asiatiche.

Il numero delle specie alpine è sorprendente e si può capire perché da più di 200 anni naturalisti e ricercatori hanno iniziato a interessarsi alla botanica di questa regione. Il primo giardino alpino fu creato da Anton Kerner von Marilaun nel 1875 in Tirolo, sulle Alpi dello Stubai, ma già prima della fine del secolo fu abbandonato. Nel 1884 il botanico Carl Schröter

e l'agro-biologo Friedrich Gottfried Stebler fondarono un orto per fare ricerche sulle erbe alpine al di sopra di Trimmis che nel 1932 fu spostato sull'Alpe Maran vicino ad Arosa; nel 1896 venne invece aperto un giardino di questo tipo a Rochers-de-Nayes sopra il lago Lemano. (Vedere riquadro)

Al desiderio di conoscenza si univa quello di offrire svago e ricreazione agli ospiti. Il miglior esempio di giardino alpino di questo tipo è quello dello Schatzalp, che nacque nel 1907 per mettere a disposizione dei pazienti malati di tubercolosi, che non potevano muoversi molto, le bellezze del paesaggio montano. Con la lenta scomparsa dei sanatori negli anni cinquanta del novecento anche lo Schatzalp venne trasformato in hotel; il giardino, dapprima abbandonato, fu ripristinato e ampliato tra il 1968 e il 1972. Nella Guggerbachtal c'erano infatti tutti i presupposti per creare uno spazio ricco e vario: tipi diversi di bosco, pascoli, zone rocciose e stagni. L'Alpinum si estende oggi su cinque ettari di terreno e accanto ai classici habitat naturali presenta anche speciali raccolte di piante, come stelle alpine, genziane e campanule. •

[www.schatzalp.ch](http://www.schatzalp.ch)  
[www.alpinum.ch](http://www.alpinum.ch)

*Più di 30.000 specie  
 animali e 13.000  
 specie vegetali  
 popolano l'arco alpino*

## Dall'Alpinum\* urbano agli orti di ricerca alpini

Quattro esempi di giardini alpini in Svizzera

### GIARDINO ALPINO SCHYNIGE PLATTE



Con la ferrovia a cremagliera si può raggiungere comodamente uno dei più antichi giardini alpini svizzeri: lungo un itinerario circolare di oltre un chilometro che presenta un dislivello di 40 metri è possibile ammirare più di 600 piante provenienti da tutte le Alpi svizzere e imparare a conoscerle nel loro ambiente

naturale. Le piante prosperano in un terreno identico a quello in cui sarebbero cresciute naturalmente. La maggior parte del giardino è occupato da tre tipi di fitocenosi (comunità di piante) reperibili in quell'area anche prima della sua fondazione e in cui dominano la sesleria caerulea, la carex ferruginea e la ricchezza del tipico pascolo alpino. La Schynige Platte si trova a circa 2000 metri sul livello del mare, sopra Wilderswil, una località nelle vicinanze di Interlaken, di fronte all'Eiger, il Mönch e la Jungfrau. Il giardino fu creato nel 1928 recintando una zona di pascoli alpini ed è aperto da giugno ad ottobre.

[www.alpengarten.ch](http://www.alpengarten.ch)

### ALPINUM GIARDINO BOTANICO DELL'UNIVERSITÀ DI ZURIGO



L'«Alpinum», dell'istituto botanico dell'Università di Zurigo, non può offrire un paesaggio alpino originale, ma in compenso presenta tutte le comodità del contesto urbano. I suoi visitatori possono esplorarlo senza dover fare lunghe camminate o ripide salite. Accanto a piante provenienti dalle Alpi svizzere

vi crescono anche specie originarie di altre zone montuose europee, come i Pirenei, i Carpazi e il Caucaso, insieme a specie asiatiche e americane. Come a mostrare «che la flora montana dell'emisfero nord ha tutta una stessa origine». Del resto, Asia e America erano ancora unite da una striscia di terra quando tra i 50 e i 100 milioni di anni fa si sono sviluppati importanti tipi di angiosperme.

Aperto tutto l'anno.

[www.bg.uzh.ch](http://www.bg.uzh.ch) (Unser Garten/Alpinum)

### LA RAMBERTIA ROCHERS-DE-NAYE



Tra due speroni rocciosi sulla conca di Rochers-du-Naye, a circa 2000 metri sul livello del mare, si trova uno dei più antichi giardini alpini d'Europa. Aperto nel 1896, deve il suo nome all'insegnante, naturalista e poeta del Canton Vaud Eugène Rambert (1830-1886) che ha curato un'opera in sei volumi sulle

Alpi svizzere. Oggi in questo giardino crescono circa 600 specie vegetali montane svizzere accanto ad altre provenienti da tutto il mondo, tra cui diverse varietà di stelle alpine che arrivano da Cina, Giappone, Himalaja e Siberia; in tutto le specie sono circa un migliaio. A questa altitudine è particolarmente difficile far crescere e prosperare tanti tipi di piante – in inverno infatti la temperatura può scendere a meno 30 gradi. «La Rambertia» è aperto da metà giugno a metà settembre e il prezzo del biglietto è incluso in quello della cremagliera Montreux - Rochers-de-Naye.

[www.montreuxriviera.com](http://www.montreuxriviera.com)

### GIARDINO ALPINO MARAN AROSA



A 1850 metri sul livello del mare, sopra il villaggio di Arosa, si può scoprire un giardino molto particolare in cui si trovano specie alpine e altre provenienti da molte regioni del mondo: si tratta di una raccolta di piante di patate, una collezione di varietà storiche e moderne (di Pro Specie Rara) che fa parte della

banca genetica svizzera gestita dalla stazione di ricerca Agroscope di Reckenholz-Tänikon. Le varietà di patate conosciute sono circa 10.000. In confronto le 130 dell'Alpe Maran sono poche, ma il valore della raccolta non è dovuto alla quantità, bensì alla qualità. A questa altitudine e in questo clima rigido le patate crescono praticamente al riparo da malattie come quella causata dalla peronospora o da particolari virus. Oltre a essere un luogo di studio delle patate, il giardino alpino ospita anche altre 450 specie circa ed è sempre accessibile anche se il periodo ideale va da giugno a settembre.


[www.arosa.ch](http://www.arosa.ch) (termine di ricerca: Maran)

\* Giardino botanico alpino specializzato nella conservazione e nella coltivazione di specie vegetali che crescono, in tutto il mondo, ad altitudini elevate.

# Il dissetante naturale, fresco dal rubinetto

illustrazione, Dora Fomrica





## I vantaggi dell'acqua rispetto alle bevande zuccherate

- Meno carie
- Nessuna caloria
- Non rende dipendenti dal gusto zuccherato
- Soddisfa completamente il bisogno di liquidi del corpo

Per maggiori informazioni: [www.fontesanrubinetto.ch](http://www.fontesanrubinetto.ch)

## Quantità di acqua raccomandata\*

Bambini di 1 anno:	6 dl al giorno
Bambini da 2 a 3 anni:	7 dl al giorno
Bambini da 4 a 6 anni:	8 dl al giorno
Bambini da 7 a 9 anni:	9 dl al giorno
Bambini da 10 a 12 anni:	1 l al giorno
Dopo i 12 anni:	1-2 l al giorno

\*raccomandazioni della Società svizzera di nutrizione.



**Qualunque cosa ti riservi il futuro, abbiamo una soluzione previdenziale per te.**

**La Mobiliare**  
*Capiti quel che capiti*

SWISS CHAMBER OF COMMERCE FOR BELGIUM AND THE GRAND DUCHY OF LUXEMBOURG

Founded in 1898, the Swiss Chamber of Commerce for Belgium and the Grand Duchy of Luxembourg has its headquarters in Brussels. It is a platform for meetings between Belgian, European, Luxembourg and Swiss circles in the economic, political and cultural fields.

Its Board comprises representatives of major Swiss companies and associations with a presence in Belgium and the Grand Duchy of Luxembourg. Becoming a member allows easy access to these different circles.



The activities of the Chamber of Commerce consist mainly of lunches and dinner/conferences. A summer cocktail bringing together a significant number of people is held annually in June. Members receive Swissnews, a quarterly newsletter highlighting the activities of the Chamber of Commerce and dealing with subjects closely related to the interests of members.

The Swiss Chamber of Commerce for Belgium and the Grand Duchy of Luxembourg receives no public subsidy. It is funded by contributions and donations from its members.

**JOIN US**

I, the undersigned, hereby request to join the Swiss Chamber of Commerce for Belgium and the Grand Duchy of Luxembourg as :

- an individual member (annual fee of €100)
- a patron individual member (annual fee of €250)
- a member company (annual fee of €250)
- a patron member company (annual fee of 1500 euros)

And I agree to pay an amount equal to my annual fee to bank account no. 435-2251751-73 (IBAN BE27 4352 2517 5173 KREDBEBB BIC) held at the KBC Bank Bruxelles Congrès branch.

Please return by fax to +32(0)2 649 80 19 or post - to 24 Square des Nations – 1000 Brussels

Name & first name or company name and person to contact : .....

.....

Address : .....

Tel. : ..... Fax: .....

E-mail : .....

Occupation and main sector of business activity : .....

Date : ..... Signature :



**A**ccessibile a tutti, la nostra acqua di fonte casalinga è la meno cara di tutte le bevande possibili. Priva di calorie, ci aiuta a mantenere il nostro peso corporeo ideale. Ed è una questione chiave, se si pensa che il 20% degli allievi delle scuole è sovrappeso e che un adulto su due dovrebbe perdere qualche chilo. Uno studio di Promozione Salute Svizzera, pubblicato nel settembre 2013, ha dimostrato che le bevande dolci sono corresponsabili dell'aumento di peso. Sophie Bucher Della Torre, collaboratrice scientifica nella filiera di formazione «Nutrizione e dietetica» presso la Haute école de santé di Ginevra ha risposto alle nostre domande.

Intervista a cura di Manuella Magnin

**Di recente ha partecipato allo studio di Promozione Salute Svizzera sul rapporto tra bevande zuccherate e peso corporeo nei bambini e negli adolescenti. Che cosa si intende esattamente con bevanda zuccherata e quali sono gli effetti di queste bevande sui nostri bambini?**

Non esiste una definizione ufficiale di bevanda zuccherata. In questo gruppo rientrano in pratica tutte le bevande a cui viene aggiunto dello zucchero oltre ai succhi di frutta. Fino a poco tempo fa si diceva, certo, che queste bevande dovevano avere un'influenza sul peso corporeo, ma adesso, dopo aver passato in rassegna in maniera sistematica la letteratura scientifica sull'argomento, possiamo finalmente provarlo. Anche se è difficile individuarne con precisione gli effetti, uno studio clinico realizzato negli Stati Uniti ha dimostrato che alcuni bambini di età compresa tra 4 e 12 anni che per 18 mesi avevano bevuto 250 ml di bevande zuccherate ogni giorno presentavano in media 500g di grasso corporeo in più di quelli che avevano consumato bevande che contenevano altri dolcificanti.

A parte l'effetto sul peso, questi prodotti contribuiscono all'insorgere della carie.

**Allora è meglio bere bevande light?**

È noto che in un adulto il fatto di consumare una bevanda edulcorata al posto di una zuccherata permette di ingerire meno calorie. Non siamo tuttavia ancora sicuri degli effetti che questi prodotti contenenti edulcoranti possono avere sull'organismo, per esempio su come quest'ultimo gestisce l'informazione relativa ai sostituti dello zucchero. Pare che si possano registrare effetti negativi a livello di regolamentazione dell'apporto energetico. Abbiamo inoltre pochissimi dati riferiti ai bambini. Quello che possiamo dire è che le bevande zuccherate abitano al gusto dolce e ne aumentano il bisogno e che il pH acido delle bevande contenenti dolcificanti non fa bene alla salute della bocca e dei denti.

**L'acqua è dunque la bevanda più sana. Quali sono i benefici dell'acqua?**

Fisiologicamente è necessario bere acqua per compensare le perdite dell'organismo. L'acqua è vitale per il trasporto del nutrimento alle cellule. Ci aiuta a eliminare i rifiuti ed è fondamentale per l'apporto di minerali.

**Possiamo fidarci dell'acqua del rubinetto?**

**È abbastanza pulita da poter essere bevuta?**

I regolamenti in vigore ci garantiscono un'acqua del rubinetto sana. La presenza di germi e microinquinanti viene regolarmente tenuta sotto controllo. A seconda delle regioni, poi, cambia il contenuto di minerali, che può essere più o meno elevato.

Bere un'acqua in bottiglia ricca di minerali può essere raccomandato, ad esempio, nel caso di persone che non consumano latticini e hanno bisogno di un certo apporto di calcio.

**Quanta acqua dovremmo bere?**

La Società svizzera di nutrizione formula raccomandazioni sulla quantità di acqua che si dovrebbe bere a seconda dell'età (cfr. riquadro). Queste raccomandazioni si fondano su studi e osservazioni di persone in buona salute. Si parla abitualmente di 1-2 litri al giorno a partire dai 12 anni.

**I politici dovrebbero introdurre provvedimenti mirati per ridurre il consumo di bevande zuccherate, ad esempio una tassa che disincentivi all'acquisto?**

Le tasse non sono molto popolari. Una tassa potrebbe però avere un effetto dissuasivo e ridurre gli acquisti di questo tipo di bevande. Bisognerebbe comunque soprattutto informare la popolazione e proporre come contropartita una sovvenzione che invogli a comprare più frutta e verdura. •

*Lo studio di Promozione Salute Svizzera dedicato alle bevande zuccherate e ai loro effetti sul peso corporeo nei bambini e negli adolescenti può essere scaricato dal sito: [www.promozionesalute.ch/publicazioni](http://www.promozionesalute.ch/publicazioni).*

# « fait maison »

un marchio preparato con cura



testo & fotos, France Massy

**L**a federazione romanda dei consumatori (FRC), Gastrosuisse, Slow Food e la Settimana del Gusto lavorano di concerto per elaborare un nuovo marchio che distingua i ristoratori che propongono piatti preparati e cucinati interamente nelle cucine del loro locale. Questa strada è già stata imboccata in Ticino, ma i promotori del marchio vogliono ora diffonderla a livello nazionale integrandovi un sistema di controlli per creare un vero e proprio partenariato tra ristoratori, guardiani del gusto e difensori dei consumatori.

Si sono messi a tavola nel settembre 2013. Mathieu Fleury in rappresentanza della FRC, Josef Zisyadis per

Slow Food e la Settimana del Gusto e Gilles Meystre per Gastrosuisse. Nel menu: un nuovo marchio destinato ai ristoratori che privilegiano il « fait maison ».

Le associazioni dei consumatori svizzere (ACSI, FRC e SKS) avevano lanciato l'idea già da tempo (2006) e se era subito apparso chiaro che organismi come Slow Food e la Settimana del Gusto sottoscrivevano pienamente la loro proposta, ora vi si è aggiunta Gastrosuisse e la sua partecipazione è sembrata di buon augurio, tanto che il marchio potrebbe vedere la luce già entro quest'anno. Purché naturalmente le domande di sostegno finanziario rivolte a diverse istituzioni la primavera scorsa ottengano risultati positivi.



*Mathieu Fleury*  
in rappresentanza della FRC



*Gilles Meystre*  
per Gastro Suisse



*Josef Zisyadis*  
per Slow Food e la Settimana del Gusto

### **Essere trasparenti e valorizzare le competenze**

Lasagne alla carne di cavallo, pollo alla diossina, presenza di anti-infiammatori, betabloccanti, ormoni o antibiotici nel latte e in certi omogeneizzati per neonati... Gli scandali alimentari riempiono sempre più spesso le pagine dei giornali. E più che mai il consumatore vuole sapere quello che mangia. «I ristoratori sono consapevoli di questo bisogno di trasparenza. I clienti reclamano autenticità, tracciabilità e soprattutto verità. Sono valori che condividiamo! L'obiettivo non è bandire o demonizzare il convenience food, ma essere al 100% trasparenti», spiega Gilles Meystre. «La nostra proposta è qualcosa di assolutamente positivo. Vogliamo valorizzare coloro che conservano un savoir-faire. Il marchio si baserà sulla valorizzazione e non sulla condanna», rassicura Mathieu Fleury. «Nel campo dei consumi privati la nozione di gamma è spinta all'estremo, si va dal prodotto budget al premium. Lo stesso deve valere per la ristorazione. A seconda dei momenti della giornata il cliente vuole mangiare qualcosa di semplice e rapido o assaporare un buon pranzo o una buona cena. Questo marchio gli permetterà di scegliere con cognizione di causa».

### **Un'azione volontaria**

Ogni ristoratore potrà fare la sua scelta, ma saprà di avere una bella carta da giocare. Questo marchio permetterà di distinguersi. «Negli ultimi 5 anni, 25.000 ristoranti hanno chiuso, soprattutto locali di quartiere o di campagna che non hanno la possibilità

di emergere. Il marchio potrebbe dare nuovo slancio ai loro affari perché la clientela che sa che il piatto del giorno è fatto in casa sarà anche pronta a pagare il giusto prezzo. La trasparenza è positiva. Lo specialista del microonde non può essere messo sullo stesso piano di quello della pentola!», esclama Gilles

Meystre. E Mathieu Fleury aggiunge: «Una delle ragioni per cui si va al ristorante è per approfittare di competenze che non si possiedono. Con il convenience food sembra che tutti siano uguali. Non vi pare poco corretto?» «A lungo termine il rischio è che nessuno vada più al ristorante. Questa rivalutazione del fatto in casa è in qualche modo un atto

sociale», dice Josef Zisyadis facendo notare che «il nuovo marchio potrà avere un ruolo anche a livello di offerta turistica».

Il ristoratore non sarà tuttavia costretto a fare tutto in casa per aver diritto al marchio. «Si può anche immaginare un menu in cui alcuni piatti siano accompagnati da questo marchio e altri no. Il convenience food a volte è interessante, per ragioni igieniche, logistiche o economiche. I dessert fatti in casa richiedono l'intervento di un pasticciere e non tutti i ristoranti possono permettersi di pagare altri 5000 franchi di stipendio ogni mese...».

Slow Food o la Settimana del Gusto cosa ne pensano di una simile tolleranza? Un ristorante degno di questo nome non dovrebbe servire unicamente piatti al 100% fatti in casa? «Per riuscire a proporre un marchio affidabile, ognuno di noi ha fatto delle

*«fait maison»,  
un marchio destinato a  
svilupparsi in futuro per  
estendersi anche al di là del  
mondo della ristorazione.*

concessioni. La cosa più importante era mantenere la massima trasparenza e questo modo di procedere è quello che la garantisce realmente al consumatore. Detto ciò, è ovvio che la Settimana del Gusto e Slow Food preferiscono i sapori autentici! E che il cuoco in questo campo è la figura centrale. Ma può anche diventare da attore il regista di tutti gli artigiani del gusto che operano insieme a lui: citando l'artigiano che gli consegna il suo prodotto finito, ad esempio gelati o pasta, risponde alle domande dei clienti che sempre più spesso desiderano avere questo tipo di informazioni. È bello vedere il nome di un viticoltore, un panettiere o un orticoltore sul menu. Così possiamo anche apprezzare di più una verdura che non è bio perché scopriamo che viene dai dintorni... Il cuoco del futuro è quello che usa i prodotti locali. Un cuoco patriota, ma non nazionalista.»

I ristoratori sembrano motivati. Gastrosuisse ha già ricevuto molte chiamate spontanee da cuochi o proprietari di locali che non vogliono perdere questa occasione. «La Settimana del Gusto ha dato un grande contributo a questa presa di coscienza. Nella Svizzera romanda il numero di eventi proposti per la Settimana del Gusto 2014 prova che il pubblico attualmente ha molto a cuore questi temi», aggiunge Gilles Meystre.

E Josef Zisyadis replica: «In futuro per partecipare alla Settimana del Gusto il locale dovrà avere il marchio "fait maison"».

### **Controlli indispensabili**

Il progetto pilota prenderà il via nella Svizzera romanda, ma i suoi promotori contano di estenderlo a tutto il paese, con l'obiettivo di avere 1000 locali che esibiscono il marchio entro il 2017: 650 nella Svizzera tedesca e 350 in Romandia e in Ticino. Il 5% dei membri di Gastrosuisse. Ma affinché il marchio sia affidabile sono indispensabili dei controlli. «Gastrosuisse vuole introdurre controlli veri e propri, effettuati da un organismo indipendente», afferma Gilles Meystre. E Mathieu Fleury aggiunge, «il nostro marchio darà maggiore visibilità a livello di marketing ai locali che lo esporranno. Sarà un valore aggiunto, che potrà tuttavia avere un impatto reale solo se si eserciteranno severi controlli. Ogni forma di truffa deve essere condannata, per il bene degli stessi ristoratori». La promozione sarà fatta attraverso varie forme di comunicazione, un'app per smartphone e le piattaforme dei quattro partner. «La forza di questo marchio è l'unione. I supporti attuali della gastronomia (guide o riviste specializzate) vi aderiranno senz'altro! Il marchio verrà immancabilmente integrato nelle loro selezioni», sottolinea Mathieu Fleury. •

### **IL MARCHIO «FAIT MAISON»**

I piatti, le portate, i contorni e le salse sono considerati «fatti in casa» se rispettano i seguenti criteri:

- sono preparati/elaborati/cotti interamente nelle cucine del ristorante;
- sono ottenuti da materie prime crude di origine agricola o da piscicoltura;
- le materie prime possono essere fresche, essiccate o congelate;
- non devono essere già condite, ma possono essere state preparate (lavaggio, taglio) al di fuori del locale;
- devono essere state ottenute utilizzando solo gli ingredienti tradizionali della cucina (ad es. farina, olio, burro, zucchero, spezie, latticini, salsicce, pesce affumicato, sottaceti e sott'oli, senape, fondi di cottura, brodo e leganti ecc.).

### **Controlli:**

la scelta di richiedere il marchio è lasciata al singolo ristoratore e si basa sulla sua buona fede. In seguito, un organismo indipendente effettua controlli non programmati per rafforzare la credibilità e l'affidabilità del marchio stesso.

# Nutrizione

## la sfida dei primi mille giorni

Con i suoi progetti, la DSC punta a garantire a tutti l'accesso ad un'alimentazione sana ed equilibrata e a cibi prodotti in maniera sostenibile.

testo, Véronique Zbinden / fotos, DR

**P**rimavera 2008. Il prezzo delle derrate alimentari di base cresce in maniera esponenziale in molti paesi dell'emisfero sud provocando un'ondata di rivolte senza precedenti. In Indonesia, nelle Filippine, in Senegal, nella Costa d'Avorio, in Egitto, alcune manifestazioni si trasformano in scontri violenti. Ad Haiti il prezzo del riso raddoppia in una settimana causando la caduta del governo. Nel 2008, le « rivolte della fame » sconvolgono una trentina di paesi ai quali è necessario fornire aiuti urgenti. Tutto ciò non può non suscitare una viva emozione a livello internazionale e molti timori sul futuro di questi movimenti.

Nell'aprile 2010, circa sessanta organizzazioni attive nel campo della nutrizione si riuniscono a Roma, negli uffici delle Nazioni Unite e di alcune ONG, della Banca mondiale, di Medici senza frontiere (MSF) e di Azione Internazionale contro la fame (AICF). Nel corso dei quindici anni precedenti l'alimentazione non era mai stata considerata un tema centrale. La riunione di Roma segna un risveglio e l'inizio di una presa di coscienza.

Il 2010 è anche l'anno di nascita del movimento SUN. SUN è l'acronimo di Scaling up nutrition. In altre parole, si tratta di provocare un « cambiamento di scala », accrescendo l'interesse per la nutrizione.



«All'improvviso è emersa la volontà di affrontare tutte queste problematiche insieme dando loro una portata politica», osserva Florence Lasbennes, coordinatrice del movimento.

Per la DSC, che appoggia SUN fin dall'inizio, si tratta di una svolta. «Troppo a lungo la nutrizione ha rappresentato una specie di zona grigia. I ministeri dell'agricoltura ne scaricavano la responsabilità su quelli della sanità e viceversa», afferma Peter Bieler, responsabile dei programmi di sicurezza alimentare alla DSC. «E troppo lungo si è ritenuto che la sicurezza alimentare globale significasse soprattutto un apporto calorico sufficiente per tutti. Oggi è chiaro invece che la quantità non è sufficiente se mancano la qualità e l'equilibrio, che sono alla base di carenze, ritardi della crescita, ma anche di problemi di obesità».

Altra consapevolezza recente: è chiaro ora che i primi mille giorni di vita dal momento del concepimento sono determinanti per l'esistenza di una persona. Se questa tappa non viene superata nel modo giusto le conseguenze sono irreparabili. I programmi di aiuto internazionali si concentrano spesso su interventi a breve termine che tentano di supplire alle carenze distribuendo ferro e vitamine, «la DSC preferisce lavorare per ottenere un equilibrio nutrizionale a lungo termine tramite l'apporto di frutta e verdura sana e di qualità in misura sufficiente, la tracciabilità e l'educazione», dice Peter Bieler.

I nutrizionisti avvertono: produrre di più e nutrire male non risolve niente. Un bambino su tre in tenera età è afflitto da una forma o da un'altra di malnutrizione, obesità compresa. Più di 165 milioni di bambini di meno di cinque anni soffrono di ritardi della crescita. Due miliardi di persone subiscono gli effetti devastanti della mancanza di vitamine e sali minerali essenziali. 52 milioni di bambini sottopeso hanno bisogno di cure speciali, mentre 43 milioni hanno problemi di peso eccessivo sempre più spesso legati alla povertà e a un regime alimentare inadeguato.

Nell'aprile del 2010, la situazione è ancora questa, ma qualcuno comincia a porsi domande diverse...

Alcuni studi scioccanti vengono pubblicati sulla rivista scientifica Lancet. Tutti ribadiscono che la salute, l'alimentazione, la qualità dell'acqua, l'educazione e il tempo che le madri dedicano ai loro bambini sono indissociabili; la malnutrizione può essere combattuta solo grazie a un approccio multisettoriale. I primi mil-

le giorni sono determinanti. «Se il periodo compreso tra il concepimento e i due anni di età è segnato da carenze, lo sviluppo cerebrale ne risulta rallentato, il bambino cresce meno anche a livello fisico, la sua salute è più fragile. E questi danni legati alla malnutrizione sono irreversibili», dice Florence Lasbennes. È una nuova sfida per la comunità internazionale.

Cinque o sei stati fanno parte del movimento SUN. Esistono piattaforme multisettoriali, e ogni paese si impegna a seguire una tabella di marcia adattata al suo ritmo, alla sua cultura. La DSC è contemporaneamente un attore politico e un donatore. «L'impegno della DSC è totale e comprende l'aspetto nutrizionale, l'organizzazione nella società civile e il lavoro sul campo», aggiunge Florence Lasbennes. «Nel 2011 miravamo a coinvolgere 15-20 paesi, oggi sono cinquanta. E i segni sono incoraggianti: 15 paesi registrano già un tasso di riduzione della malnutrizione di oltre il 2%». •





## Orti scolastici per promuovere la nutrizione

**Tre domande a uno dei responsabili di questo progetto della DSC, il dott. Guéladio Cissé.**

### **In che cosa consiste il progetto «Vegetables go to school»?**

Questo progetto, intitolato «Le verdure vanno a scuola», sottolinea l'importanza della nutrizione attraverso la creazione di orti scolastici. Avviato in sei paesi dell'Asia e dell'Africa - Nepal, Bhutan, Indonesia e Filippine, Burkina Faso e Tanzania - contribuisce a un consumo equilibrato attraverso una diversificazione agricola. Finanziato e supervisionato dalla DSC è frutto di un partenariato tra tre istituzioni: il World Vegetable Centre, con sede a Taiwan (un centro che promuove il consumo di legumi nei paesi in via di sviluppo), l'Università di Friburgo in Germania e l'Istituto tropicale e di salute pubblica svizzero (Swiss TPH) di Basilea.

### **Concretamente, a che punto è il progetto?**

Siamo nella prima fase, che durerà fino al 2015 e che consiste innanzitutto nella raccolta di informa-

zioni. In ogni paese coinvolto alcune scuole pilota ci aiuteranno a stabilire quale tipo di intervento è il più adatto. La selezione delle scuole è già stata fatta e un certo numero di orti sono stati piantati. Le ricerche sono in corso. In ogni paese sono tre i ministeri che partecipano al progetto (educazione, agricoltura e sanità), per sfruttare le sinergie rese possibili dal fatto di lavorare contemporaneamente su piani diversi, il piano della produzione agricola, quello della nutrizione, dell'acqua, dell'igiene e della salute. Alla fine le scuole coinvolte saranno 180, 30 in ogni paese. Le quantità prodotte varieranno a seconda della superficie disponibile. Ma il primo obiettivo è pedagogico. In certi casi i prodotti coltivati saranno direttamente utilizzati per la preparazione dei pasti scolastici, altrove saranno invece destinati alla vendita al mercato e alle famiglie.

### **Il progetto si adegua ai differenti contesti?**

Ogni paese troverà la sua strada, a seconda delle condizioni climatiche e socio-economiche e delle risorse idriche disponibili. Trattandosi di orti scolastici, la qualità dell'acqua da bere e di quella utilizzata per la preparazione dei cibi è fondamentale. Le condizioni dell'acqua potabile e dei servizi igienici saranno dunque centrali per rendere effettivi i benefici di questi orti.

*\*Il dott. Guéladio Cissé, specializzato in ingegneria sanitaria, svolge le sue ricerche in ambito epidemiologico presso il Swiss TPH di Basilea, dove è responsabile di questo progetto.*

## UN IMPEGNO A LUNGO TERMINE

La DSC coopera con diverse ONG per promuovere l'agricoltura sostenibile, elemento chiave della sicurezza alimentare mondiale.

La Direzione dello sviluppo e della cooperazione (DSC) è l'organo del Dipartimento federale degli affari esteri incaricato

della cooperazione internazionale. È nota soprattutto per i suoi interventi umanitari in caso di catastrofi naturali o di conflitti, ma i suoi collaboratori intervengono in molti altri campi, in particolare in Africa e in Asia, attraverso programmi che puntano a migliorare

l'economia rurale e la sicurezza alimentare. Le sue attività si svolgono all'insegna del motto «a lungo termine»; lo mostrano chiaramente «Vegetables go to school» e SUN (leggere qui sopra). La DSC collabora poi con l'ONG svizzera Biovision in un progetto volto a promuo-

vere l'agricoltura sostenibile in alcuni paesi africani. Si tratta di un cambiamento radicale se si pensa alle campagne degli anni Ottanta e Novanta che hanno provocato lo smantellamento di molti servizi rurali privando i piccoli contadini di ogni sostegno.



# L'Appenzello nel piatto e nel bicchiere

testo, Rosalie Manser / fotos, DR

Nell'Appenzello, questo piccolo e pacifico fazzoletto di terra nella Svizzera orientale, non manca la varietà culinaria e il numero di prelibatezze non ha eguali: dal formaggio, noto in tutto il mondo, all'«Appenzeller Alpenbitter», dalla birra «Quöllfrisch» e dal «Flauder» (la bevanda locale) alle specialità a base di carne, come il «Siedwurst» o il «Mostbröckli», fino alle dolci tentazioni, come il «Biberfladen» (il tipico dolce alle spezie) o i «Landsgmeendschrempfli». L'Appenzello ha in serbo tantissime specialità! Scopritele e gustatele durante un tour in e-bike, una visita a un caseificio di montagna, un soggiorno in una delle innumerevoli pensioncine o direttamente sul luogo di produzione.

**L'** Appenzello è una regione per intenditori. La gamma di specialità culinarie va ben oltre il noto formaggio o l'amaro «Alpenbitter». Il «Biber» appenzellese può presentarsi decorato in modo diverso e in dimensioni varie, ma gli ingredienti di base sono sempre gli stessi, pasta al miele con un morbido ripieno di mandorle di colore chiaro. Altri tipici dolci da forno sono i «Landsgmeendschrempfli», che di solito gli uomini portavano a casa per la famiglia dopo essersi riuniti per la «Landsgemeinde», l'assemblea generale dell'Appenzello. Sono fatti con una pasta a base di uova e zucchero e hanno una farcitura di nocchie finemente tritate. Ma al classico menu della «Landsgemeinde» appartiene anche una particolare salsiccia scottata, il «Siedwurst»,

fatta di carne di manzo, che si mangia tradizionalmente accompagnata da maccheroni conditi con formaggio o insalata di patate. Chi dopo tutte queste prelibatezze comincia ad avere sete può poi dissetarsi con una birra appenzellese ben fresca o un bicchiere di «Flauder» - una bevanda aromatizzata con fiori di sambuco e melissa della ditta Goba AG.

Volete portarvi a casa un pezzetto di Appenzello o regalarlo a qualcuno dei vostri cari? Allora vi consigliamo vivamente i set da regalo pieni di gustose bontà della regione ([www.appenzeller-produkte.ch](http://www.appenzeller-produkte.ch)).

#### **Sulla strada del gusto**

I modi per gustare l'Appenzello attraverso le papille sono tanti. Come ve la ca-

vate per esempio con la bici elettrica? Mangiare, guardare, andare, gustare, «Esse, luege, fahre, gnüsse», è questo il motto dell'e-bike tour proposto dall'Ufficio del turismo dell'Appenzello interno (tel. +41 (0)71 788 96 41). Durante il piacevole percorso attraverso l'ondulato paesaggio del cantone concedetevi un tipico menu a 4 portate di uno dei gastronomi locali.

#### **Perlustrare l'Appenzello... un boccone dopo l'altro**

Per chi non ama andare di fretta e vuole scoprire, un boccone dopo l'altro, le specialità del cantone, la visita guidata culinaria della capitale, Appenzello, è ideale. Durante la visita non si scoprono solo molte cose interessanti sul paese e la sua gente, ma si impara a conoscere



# La qualità è insita nella mia natura.

**Si lasci guidare dal suo buon gusto** se volete dire pane al pane e formaggio al formaggio. E se è formaggio, scegliete quello svizzero. Fatto con amore, passione e secondo norme severe. Senza compromessi.





il capoluogo dal lato del gusto facendo tappa per ogni portata in una diversa locanda tradizionale. Gli uffici turistici dell'Appenzello interno e dell'Appenzello esterno offrono anche altri affascinanti programmi per gruppi che combinano in maniera armoniosa la scoperta del paese, delle persone che lo abitano e della sua gastronomia ([www.appenzell.ch](http://www.appenzell.ch) o [www.appenzellerland.ch](http://www.appenzellerland.ch)). Così per esempio nascono interessanti simbiosi tra il mangiar bene e il viaggiare in treno: durante il tragitto culinario da San Gallo ad Appenzello il treno si ferma in diversi luoghi per permettere di apprezzare con calma un buon piatto.

#### **La vita e il lavoro del malgaro**

A chi ama sperimentare e fare le cose con le proprie mani consigliamo una visita in un forno dell'Appenzello dove, sotto una guida competente, è possibile preparare un «Biber» originale. In un'autentica baita di montagna, nel caseificio modello di Stein, i visitatori possono fabbricare personalmente il loro formaggio, il cosiddetto «Mutschli». Il 27 luglio 2014, in occasione della giornata dei caseifici alpini, diversi malgari permetteranno agli interessati di vedere come si vive su un alpeggio. Sull'Alpstein si

trovano moltissimi piccoli caseifici dove durante i mesi estivi il latte fresco appena munto viene trasformato nel miglior formaggio alpino. Naturalmente è anche possibile degustare i prodotti sul posto.

Alla fine dell'estate, in occasione della discesa a valle delle mandrie, il 4 e il 5 ottobre 2014 sullo Schwägälp, ai piedi del Säntis, si svolgerà la festa del formaggio. Per tutto il giorno i visitatori avranno la possibilità di assaggiare le specialità prodotte durante l'estate. Ad allietare questa festa alpina penserà una band locale.

#### **Escursioni del gusto**

Un'incursione nel paesaggio e nella cucina appenzellese: questo offrono le passeggiate del gusto del 5 luglio e del 23 agosto 2014. Due sabati a piedi e in compagnia di un esperto attraverso il paesaggio collinare dell'Appenzello. Tramite alcune tappe del gusto in diversi luoghi della regione ai partecipanti non vengono offerte solo squisitezze culinarie ma anche la possibilità di gettare un'occhiata nell'autentica cultura del cantone. Vari gruppi musicali e artigiani locali contribuiscono a creare la giusta atmosfera festiva ([www.genusswanderung.ch](http://www.genusswanderung.ch)).

rung.ch).

#### **L'Appenzello sulla Bärenplatz di San Gallo**

Il 20 settembre 2014, dalle 9 alle 17 si potrà unire lo shopping del sabato con un viaggio culinario attraverso l'Appenzello. Nel centro storico di San Gallo si svolgerà infatti la giornata del gusto («St. Galler Genusstag») che mette in primo piano i prodotti regionali della Svizzera orientale. Ospiti d'onore di quest'anno, l'Appenzello interno e l'Appenzello esterno presenteranno tutta la loro ricchezza culinaria e tutta la gamma dei loro deliziosi prodotti tipici. •

[www.appenzell.ch](http://www.appenzell.ch)  
[www.appenzellerland.ch](http://www.appenzellerland.ch)  
[www.appenzeller-produkte.ch](http://www.appenzeller-produkte.ch)  
[www.genusswanderung.ch](http://www.genusswanderung.ch)  
[www.st.galler-genusstag.ch](http://www.st.galler-genusstag.ch)



# — INVITATION —

Bénéficiez d'une entrée gratuite  
au Comptoir Suisse 2014  
en téléchargeant votre billet d'entrée sur  
[www.comptoir.ch/billetterie](http://www.comptoir.ch/billetterie)

- Saisissez votre code privilège:  
**COMPTOIR-GOUT-14**
- Imprimez le ticket au format PDF  
ou téléchargez-le sur votre smartphone
- Accédez directement aux halles du salon,  
sans passer par les caisses!

Valable pour une personne, à faire valoir sur une entrée adulte (valeur: CHF 14.-).  
Vous pouvez également présenter ce bon directement aux caisses du salon, en  
transmettant vos coordonnées au personnel.

Comptoir Suisse

# Un punto d'incontro per palati fini

testo, Manuella Magnin / foto, DR

**D**al 19 al 28 settembre prossimo tutti gli amanti dei prodotti tipici, degli migliori vini svizzeri e della buona cucina si danno appuntamento a Beaulieu per scoprire nuove delizie e animazioni. In anteprima, le cose da non perdere.

## Sapori vicini e lontani

Il *Comptoir Suisse* ha sempre dato ampio spazio alla gastronomia. È così con i *Magiciens de la terre*, autentici artigiani dell'agricoltura romanda raccolti nel padiglione 14.

Ma è vero anche per i sapori vicini e lontani riuniti nel cuore del padiglione 9. Un padiglione 9 interamente dedicato alle delizie della nostre regioni e del mondo intero in un'atmosfera allo stesso tempo campagnola e montanara. È tutto un fiorire di chalet di legno e banchi da mercato che offrono l'occasione di fare saporite scoperte da gustare in uno spazio pic-nic specialmente predisposto a questo scopo.

Al centro di questo scrigno conviviale, la Cucina degli chef accoglie ogni giorno una personalità romanda del mondo della gastronomia e offre un programma quotidiano di degustazioni e di dimostrazioni di cuochi rinomati.

Dopo tante delizie, un salto al padiglione 11 permette al visitatore di scoprire molte cose sul sale attraverso la mostra didattica dedicata a questo esaltatore del gusto noto fin dalla notte dei tempi.

## Il padiglione dei vini svizzeri

In territorio elvetico la coltivazione della vigna risale all'epoca romana. Il *Comptoir* ritiene essenziale mettere in evidenza il lavoro dei viticoltori della regione che curano con passione i loro vigneti per la nostra più grande gioia.

Un intero padiglione è dedicato ai vini svizzeri mentre le specialità delle varie regioni viticole sono presentate all'interno del padiglione 18.

## Il «Jean-Louis» per tutti

Chi dice vino dice spesso concorsi. Nato nel 1941, il concorso preferito dai vodesi si chiama «Jean-Louis» e dopo la recente messa a punto è ormai accessibile a chiunque, donne e uomini, giovani e meno giovani,

semplici appassionati o degustatori consumati.

Le diverse prove sono organizzate sotto forma di un Concorso giornaliero, aperto a tutti, e di una sfida destinata agli appassionati nota comunemente con il nome «Concorso dei millesimi bianchi, dei millesimi rossi, delle regioni e delle denominazioni d'origine controllate».

Il Concorso giornaliero propone ai partecipanti cinque bicchieri di chasselas che bisogna saper ricollocare nella loro regione di produzione: Côtes-de-l'Orbe/Bonvillars/Vully, La Côte, Lavaux, Dézaley e Chablais.

Il concorrente che riconosce tutte e cinque le regioni riceve un «Diploma di buon degustatore dei vini vodesi». Chi ne identifica correttamente almeno tre, ottiene un «Certificato di buon degustatore di vini vodesi». Al Concorso dei millesimi, destinato agli appassionati conoscitori, si può partecipare invece solo previa iscrizione. Le prove sono tre: i millesimi rossi, i millesimi bianchi, le regioni viticole e le denominazioni d'origine controllate.

Il vincitore assoluto delle tre prove è proclamato «Chapeau Noir». •

## UNA DISCO-SOUBE

Il 10 aprile scorso la Place de l'Europe di Losanna ha vibrato in occasione della prima Disco-soupe organizzata nella capitale vodesa. L'obiettivo era lottare contro lo spreco alimentare utilizzando i legumi che risultano invendibili perché non rientrano nel calibro richiesto. Il secondo evento di questo tipo avrà luogo al *Comptoir* il **26 settembre a partire dalle tre del pomeriggio**. Un esercito di «sbucciapatate» volontari è atteso per preparare una zuppa con le verdure messe a disposizione dagli orticoltori della regione. **Il tutto in musica, naturalmente. La zuppa è gratuita. L'evento è aperto a tutti. Sbucciapatate e degustatori sono i benvenuti!**

# Pianeta cioccolato

testo, Patricia Comby / fotos, Lindafoto.ch

TRA I TESORI DELLA  
NATURA, IL CACAO È IL  
SIMBOLO UNIVERSALE  
DEL PIACERE DEI SEN-  
SI. LA CIOCCOLATA È  
UNA MERAVIGLIA PER  
LE NOSTRE PAPILLE.  
MA NON SOLO. E SONO  
MOLTE LE RAGIONI  
PER NON PRIVARSENE.

## **Dalla piantagione alla tavoletta**

### **Dal frutto del cacao alla fava**

L'albero del cacao è originario del bacino del Rio delle Amazzoni. Si tratta di una pianta che cresce a basse altitudini e all'ombra di altre colture, come il banana. Prospera su suoli profondi in un clima regolare, costantemente caldo e umido. I fiori, e poi i frutti a forma di palla da rugby, spuntano direttamente dal tronco.

Un albero di cacao produce in media tra i 25 e i 30 frutti all'anno che arrivano a maturazione in circa sei mesi; armati per sopravvivere anche ad avverse condizioni climatiche, sono raccolti a mano due volte all'anno. Ogni frutto, chiamato cabossa, è avvolto in un guscio che lo protegge dai predatori mentre la polpa biancastra, o mucillagine, immagazzina l'umidità. Per ottenere 1 chilo di fave di cacao ci vogliono circa 20 frutti. Al momento della raccolta le cabosse vengono tagliate in due con l'aiuto di un machete. Si tratta di un lavoro di precisione perché le fave di cacao non devono essere scalfite. Le fave sono poi collocate in vasche di fermentazione, ricoperte da foglie di banana, per un periodo variabile tra i 2 e i 7 giorni. L'obiettivo di questa prima fase di lavorazione è bloccare la germinazione e permettere ai precursori degli aromi di svilupparsi. Segue la fase di essiccazione: le fave sono messe a seccare al sole per circa una settimana durante la quale vengono regolarmente rimescolate. A questo punto sono pronte per essere raccolte in sacchi di juta e conservate fino al momento dell'esportazione.

### **Esistono 4 grandi varietà di alberi di cacao:**

→ il criollo è quello originale, che cresce allo stato spontaneo in numerosi paesi produttori dell'America del sud. È molto

fragile e in via di sparizione (solo il 2% della produzione mondiale).

→ il forastero è la varietà rustica per eccellenza. Originario dell'Amazzonia, viene coltivato soprattutto in Africa e nel sud-est asiatico. È un po' la robusta del cacao: dall'elevato rendimento (80% della produzione mondiale), ma poco aromatico.

→ il trinitario è nato a Trinidad dall'incrocio tra le due varietà precedenti. Il suo rendimento (il 18% della produzione mondiale) e la sua qualità sono un compromesso tra il criollo e il forastero.

→ il nacional è un cacao ecuadoriano che deve la sua reputazione all'originale gusto floreale, il gusto arriba.

Il criollo, il trinitario e il nacional sono alla base di tutti i tipi più fini di cacao e sono molto ricercati per i loro intensi aromi floreali, fruttati o legnosi. Da parte sua il forastero è apprezzato per il suo gusto di cioccolato intenso.

I crus sono disseminati su tutta l'area di produzione, che si estende a livello dell'equatore. Come per il vino o il caffè, gli aromi di un cacao sono diversi a seconda del territorio. Il clima e la ricchezza del suolo hanno un'influenza determinante sul sapore del futuro cioccolato, ma un ruolo non trascurabile lo svolgono anche le pratiche agricole (il fatto che i frutti siano raccolti solo quando giungono a maturazione, per esempio, la coltivazione biologica ecc.). Per gli artigiani del cioccolato, il criollo è indiscutibilmente il migliore perché fornisce i grandi crus di cacao: quello dell'Ecuador è apprezzato per gli aromi di rosa, quello della Papuasiasia per gli aromi di tabacco e quello di Java per gli aromi di



caffè, il gran crus di Trinidad è caratterizzato dai sentori di frutti rossi e quello della Guyana dal gusto amaro.

#### **Dalla fava alla tavoletta**

Giunte nello stabilimento di produzione, le fave di cacao vengono pulite, selezionate, pelate e frantumate per essere sottoposte a torrefazione. L'operazione di torrefazione dura dai 10 ai 30 minuti, a una temperatura di 120°, e consente di mettere in rilievo gli aromi specifici. Si ottiene così il grué che viene poi passato in una gramolatrice. È in questo stadio che, attraverso la pressione, il burro di cacao viene separato dalla materia secca, la polvere di cacao. Subito dopo interviene il concaggio che consiste nel portare il cacao e gli altri ingredienti a una temperatura compresa tra i 70 e i 90 gradi. Grazie al continuo rimescolamento, gli aromi del cacao acquistano a questo punto tutta la loro intensità e le fave perdono l'acidità residua. Il temperaggio è l'ultima tappa della lavorazione: alternando in maniera controllata riscaldamento e raffreddamento del cioccolato si ottiene una cristallizzazione stabile che dà un prodotto liscio, brillante, dotato di una certa durezza e della caratteristica capacità di sciogliersi in bocca che può infine essere trasformato in tavolette, cioccolatini e altre golosità.

#### **Dalla tavoletta all'opera d'arte**

Il cioccolato di copertura, che si presenta sotto forma di blocchi o di pani, è riservato ai professionisti. Permette di realizzare rivestimenti, creme e tavolette. Le varietà di cioccolato di copertura sono molte, alcune vengono prodotte solo per un artigiano che ne conserva gelosamente la ricetta. Cioccolato di copertura per creare vere e proprie opere d'arte? La preparazione di cioccolatini e altre specialità al cioccolato richiede molto savoir-faire e creatività. L'artista del cacao scolpisce e modella il cioccolato come un materiale nobile. Spesso è a partire da un certo tema che gli orafi della fava di cacao mettono in evidenza tutto il loro talento. I campionati mondiali del cioccolato (World Chocolate Masters) del 2013 erano

incentrati sull'«architettura del gusto». Il cioccolataio svizzero dell'anno 2013, David Pasquiet, artigiano vallesano, era in concorso insieme ad altri 18 concorrenti internazionali. Si è classificato 10° con un'opera artistica di un metro e sessanta di altezza intitolata «Tastic, le génie du goût».

#### **I nostri 5 sensi e la degustazione**

Non si può degustare il cioccolato avendo come sola guida il gusto. Sarebbe come contemplare un paesaggio con un occhio solo. Cioccolatini ripieni, tavolette e creme concernono tutti i nostri 5 sensi. La vista. È questo il senso con cui si entra in contatto in un primo momento con il cioccolato, è essenziale quindi che non sia trascurato. Si comincia con l'apprezzare il colore del prodotto: marrone, nero, bianco? Più è scuro più è elevata la concentrazione di cacao. Ma esaminate anche il colore dal punto di vista della saturazione:

questo cioccolato è marrone scuro e quest'altro invece un po' più chiaro? I due tipi di cacao sono probabilmente stati sottoposti a una torrefazione più o meno lunga nel primo e nel secondo caso. Osservate la brillantezza, segno che la pasta di cacao è stata temperata, modellata e fatta raffreddare a regola d'arte. Il cioccolato è opaco? Il burro di cacao si è forse cristallizzato male raffreddandosi.

Il tatto. Il cioccolato si gusta anche con le dita. È liscio, rugoso, setoso? Fonde subito quando lo si prende in mano? Dare una risposta a queste domande permette di valutare la concentrazione di burro di cacao e la finezza delle micro-particelle che compongono il cioccolato in questione.

L'udito. L'orecchio fa la sua parte nella degustazione. Se l'udito non è sufficientemente coinvolto si ha di solito la curiosa impressione che un alimento abbia uno



*Il cioccolataio svizzero del 2013,  
David Pasquiet,  
artigiano, ha partecipato al concorso  
con altri 18 concorrenti internazionali.*

strano sapore. L'udito prepara il piacere della degustazione. Cosa sentite quando spezzate una tavoletta di cioccolato? Si tratta di un suono secco e breve o il cioccolato cede senza quasi emettere alcun suono? Questo ci darà degli indizi sulla freschezza del cioccolato e sulle condizioni nelle quali è stato conservato. Il cioccolato fresco si spezza in maniera netta, non presenta macchie bianche o bolle e un cioccolato nero si spezza in modo più netto e sonoro di un cioccolato al latte.

L'odorato. I diversi tipi di cioccolato hanno un odore che racconta una parte della loro vita. Si tratta di un odore forte oppure appena percepibile? Ecco un buon indicatore per capire qual è la percentuale di cacao e la qualità della torrefazione. Il profumo è dolce, muschiato, speziato o neutro? I gran crus hanno un aroma deciso che manca agli altri tipi di cacao. Poiché l'aroma del cioccolato è un importante indizio della sua freschezza, se percepisce una nota indesiderabile, forse il cioccolato è invecchiato male o si è alterato.

Il gusto. Dopo aver titillato la mucosa nasale, il pezzo di cioccolato libera del tutto i suoi aromi una volta in bocca. Al pari del bouquet di un vino, «l'opera buffa» degli aromi del cioccolato si svolge in tre atti:  
 → l'attacco è la sensazione diretta. Un cioccolato deve avere carattere, una forte presenza fin dal primo istante;  
 → il corpo si sviluppa in un secondo tempo, quando il cioccolato fonde a causa della temperatura della bocca ed emergono tutte le sue sfumature;  
 → la lunghezza e la persistenza dei sapori differenziano infine nettamente i vari tipi di cioccolato.

Il sapore è equilibrato? Oppure è troppo forte? Presenta una punta leggermente troppo acida? Un'acidità eccessiva può indicare un cacao mal fermentato o che non è stato sottoposto a una giusta essiccazione. Infine, l'amaro è forte o debole? Sono tutti indizi importanti per capire qual è la percentuale di cacao e il grado di torrefazione. •

## LE LEGGENDE AMERINDE SULLA BEVANDA DEGLI DEI

Molte leggende fanno riferimento alla nascita e al consumo di cacao e di solito hanno a che fare con delle divinità. Una di queste racconta la storia di una principessa tolteca che venerava il dio della vegetazione, il serpente piumato Quetzacoatl. In segno di riconoscenza per tanta devozione, Quetzacoatl le insegnò l'arte di coltivare l'albero del cacao. La principessa mantenne il segreto e fu uccisa dai toltechi per non averlo rivelato. Nel luogo in cui fu effettuato il sacrificio crebbe una pianta di cacao dai frutti rossi, il colore del suo sangue, e dalle fave amare come la sua sofferenza.

## PRATICHE RITUALI DEI KUNA

Ancora oggi il cacao è al centro di diverse pratiche rituali non molto conosciute dal grande pubblico. I Kuna, un gruppo etnico amerindo del centro America (Panama), usano il cacao per festeggiare ogni nascita. Bruciano fave di cacao e fanno respirare il fumo al neonato perché lanci il suo primo grido. Il bambino viene deposto in un'amaca e si colloca un piccolo braciere chiamato sinar sotto la sua testa. Anche la placenta viene posta sotto l'amaca, dove verrà sepolta alla fine del rituale che dura 4 giorni. Il fumo del cacao fa parte di tutte le cerimonie dei Kuna e segna tutte le fasi della loro vita.

Per questo gruppo etnico, il cacao ha anche virtù medicinali perché aiuta a guarire da molte malattie ed è un alimento tradizionale che le donne uti-

lizzano abitualmente nella preparazione della siagua olikwa, una zuppa a base di cacao. Dopo aver grigliato e macinato le fave, mescolano all'acqua la polvere di cacao aggiungendo farina di mais, poi portano la bevanda a ebollizione e vi aggiungono dello zucchero. Affermano che questa zuppa è ideale per rafforzare gli uomini che vanno al lavoro.

## VERITÀ E FALSITÀ A PROPOSITO DEL CIOCCOLATO

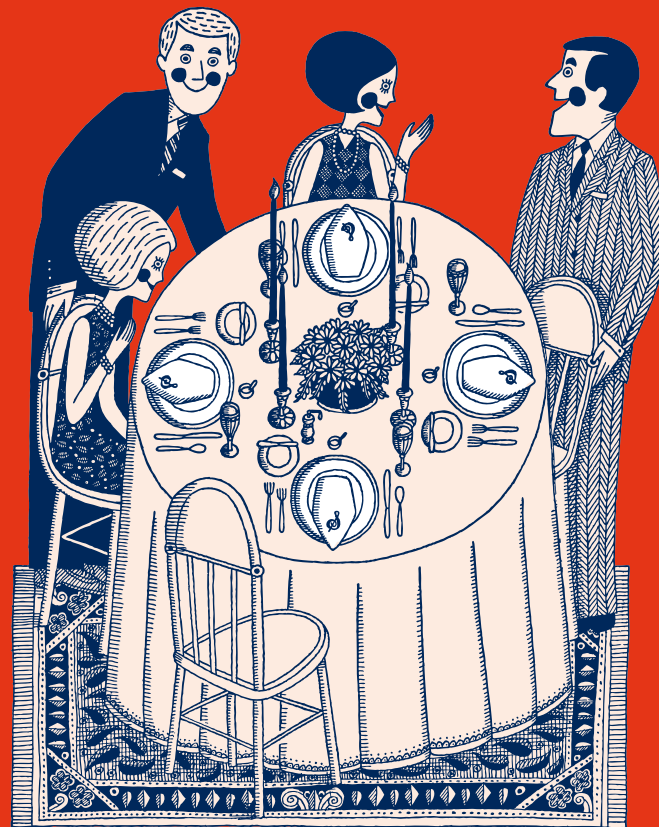
Il cioccolato può provocare la carie? Falso! Alcuni scienziati hanno scoperto che i tannini del cacao favoriscono la prevenzione perché riducono la placca. Il cioccolato contiene inoltre fluoro che rafforza lo smalto dei denti.

Il cioccolato fa bene al morale... Vero! Il cioccolato ha il potere di stimolare la secrezione delle endorfine da parte del cervello che danno una sensazione di felicità.

Il burro di cacao ha virtù cosmetiche... Vero! Fino al diciottesimo secolo, il burro di cacao era utilizzato come supporto aromatico per la preparazione di profumi perché capta gli odori. Oggi è usato nella produzione di molti prodotti cosmetici come gli oli solari o i balsami per le labbra.

Il cioccolato è tossico per cani e gatti... Vero! Il cioccolato contiene una sostanza chiamata teobromina, nociva per animali come i cani e i gatti. Contrariamente agli esseri umani, infatti, questi animali la metabolizzano molto lentamente e per loro dunque risulta tossica.

*hereinspaziert.ch*  
*venezvisiter.ch*  
*venitevedere.ch*



13. | 14. 9. 2014



Europäische Tage des Denkmals | Zu Tisch  
Journées européennes du patrimoine | A table  
Giornate europee del patrimonio | A tavola



**CHF 323**  
par mois  
pendant 7 ans\*

**RP Jeune**

## Un revenu pour réaliser ses rêves

Chez Retraites Populaires, vous pouvez désormais épargner pour vos enfants, petits-enfants, neveux ou filleuls. Avec RP Jeune, vous décidez du montant et de la fréquence des versements. A l'âge convenu, il ou elle choisira entre une rente ou un capital.

Contactez-nous au 021 348 26 26 ou consultez [www.retraitespopulaires.ch/jeune](http://www.retraitespopulaires.ch/jeune)

\* Exemple de revenu pour un versement mensuel de CHF 100 pendant 18 ans sur la base des excédents actuellement versés par Retraites Populaires (non garantis).

Votre avenir, notre mission.

**Retraites  
Populaires**

# La Carta

## Perché la settimana del gusto?

si ha sempre meno tempo per mangiare, i prodotti sono sempre più standardizzati, e spesso i giovani ed i bambini non conoscono più il sapore dei prodotti tradizionali. Il gusto merita dunque di ritrovare il suo giusto posto e la settimana che gli viene dedicata desidera incoraggiare le attività che valorizzano i piaceri relativi al mangiare con dei prodotti di qualità, il piacere per le riunioni conviviali intorno alla tavola e per le produzioni artigianali.

## Scopi ed etica della settimana del gusto

La Settimana del Gusto si iscrive in un progetto di sviluppo sostenibile e di salvaguardia del patrimonio culinario. Le attività che la costituiscono riflettono la ricchezza del gusto e di tutto quanto fa riferimento a un'alimentazione basata sul rispetto per i prodotti e in cui l'uomo e la genuinità hanno ancora tutta la loro importanza. Esse ci invitano a riunirci per nutrirci, ci fanno capire che il mangiare è un momento in cui si ritemprano le proprie forze e una fonte di piacere.



## La Settimana del Gusto desidera:

- Valorizzare la diversità dei gusti e delle culture alimentari.
- Favorire gli scambi fra le professioni del settore alimentare.
- Sensibilizzare le giovani generazioni ai piaceri del gusto.
- Rendere i consumatori più attenti alla qualità e alla stagionalità dei prodotti.
- Valorizzare le conoscenze e le tecniche di tipo artigianale
- Promuovere un'alimentazione sana.
- Favorire la scoperta di prodotti di qualità.
- Preservare la tradizione e incoraggiare le innovazioni culinarie.
- Rivalorizzare l'arte culinaria casalinga. Essa si rivolge a bambini, giovani, uomini, donne, famiglie, insegnanti e a tutti coloro che amano mangiare, scoprire prodotti di qualità, prendersi il tempo per gustarli e assaporarli e si preoccupano inoltre dell'ambiente e della propria salute.

## Ogni organizzatore si impegna a:

- Creare un evento specifico per valorizzare un prodotto, una ricetta, un savoir-faire o le riunioni conviviali.
- Lavorare con prodotti di qualità.
- Dare un aspetto pedagogico al proprio evento.




## navigate con la famiglia a piccolo prezzo!

**2 adulti, 2 bambini  
per solo CHF 49.-**

Valido dal 18.04.2014,  
vedere condizioni su [www.cgn.ch](http://www.cgn.ch)  
In vendita solo alle biglietterie CGN.

[www.cgn.ch/horizons](http://www.cgn.ch/horizons)  
infoline: +41 (0)848 811 848

CGN  HORIZONS



**JACQUES  
DUTTWEILER**  
FROMAGES DE QUALITÉ  
Présent aux marchés de Lausanne et Vevey

**SIÈGE** 1410 Thierrens  
T. 021 905 68 78  
F. 021 905 68 79

[gourmesse.ch/genusswoche](http://gourmesse.ch/genusswoche)



Zum halben Preis  
an die Gourmesse

**gourmesse**

**10. – 13. Oktober 2014**

Kongresshaus Zürich  
[www.gourmesse.ch](http://www.gourmesse.ch)

bbf.ch



## IRL plus SA, una stampa di buongusto

IRL plus SA si congratula con gli iniziatori della **Settimana del Gusto** per l'edizione 2014 di questa manifestazione nazionale.

Siamo orgogliosi di realizzare il programma che state leggendo sulle nostre attrezzature e macchine moderne ed efficienti e di contribuire così a fare di questa guida una referenza di qualità. Volete saperne di più sulle numerose prestazioni di IRL plus SA? Chiamate Alain Bassang, Philippe Delacuisine, Michel Horwath o Kurt Eicher.

✦ competenza ✦ vicinanza ✦ abilità

Chemin du Closel 5 Tel.: +41 21 525 48 00 kurt.eicher@irl.ch  
CH-1020 Renens Fax: +41 21 525 48 01 [www.irl.ch](http://www.irl.ch)



## COMITATO QUALITÀ

Abplanalp Lucienne	Enseignante	Gay Madeleine	Oenologue		
Allenspach Andreas	Président des Ostschweizer Komitees	Gex Philippe	Gouverneur du Guillon		
Alcala Thomas et Eleuterio	Affineurs de jambons	Geyer Jean-Luc	Cuisinier chef		
Amrein Olivier	Epicurien	Gigandet Pauline	Fondation rurale interjurassienne	Piazzoli Brigitte	Responsabile del servizio alberghiero del EOC
Aubry Micheline	AGRIDEA	Graff Noémie	Vigneronne	Philipona Jean-Nicolas	Produits du Terroir du Pays de Fribourg
Auf der Maur Jost	Journalist	Grandi Paolo	Sociogastronomo	Piffaretti Giuseppe	Consulente SMPPC
Ayer Pierre-André	Cuisinier chef	Guidoux Serge	Pêcheur	Pittet Jean-Luc	Gastro Jura/Jura-Bernois
Bachmann Christophe	Apiculteur	Guignard Philippe	Cuisinier chef	Porchet Jean-Louis	Producteur de film
Baeriswil Bertrand	Président Slow Food Fribourg	Häberli Rolf	Journalist	Raboud Isabelle	Ethnologue
Baermann Peter	Cuisinier chef	Haenni Frédéric	Gastro-Vaud	Raboud Marie-Josèphe	Cuisinière cheffe
Bailly Martine	Agence d'information agricole Agir	Hamdaoui Mohamed	Journaliste	Ravet Bernard	Cuisinier chef
Barthassat Luc	Pays romand pays gourmand	Hauser Muriel	Gastro-Fribourg	Rembault Necker Edmée	Directrice OVPT (NE)
Basso Pietro	Sommelier	Heyraud Marc	Professeur d'université	Reynaud-Bestenheider Franck	Cuisinier chef
Beausoleil Denis	Directeur de Genève-Terroir	Higi Michael	Slow Food Ostschweiz	Rod Christophe	Cuisinier chef
Benedetti Marc	Journalist	Hobmeier Elisabeth	Chefredaktorin	Rohner Nathalie	Produkt Managerin
Berger Pierre	Co-fondateur de la Semaine du Goût	Hofmann Anna	Slow Food	Rosset Patrick	Spécialiste épices
Bessire Jean-Marc	Cuisinier chef	Imhof Paul	Journalist	Roversi Alessandra	Slow Food Léman
Bezençon Nicolas	Uniterre	Ingold Jean-Luc	Journaliste	Ruegger Elisabeth	Région Lac de Morat
Blanc Daniel	Restaurateur	Jaques-Dufour Martine	Commission fédérale AOP	Ryser Dominique	Fromager
Blanc Roland	Restaurateur	Jenni Martin	Journalist	Said Bucher Yasmina	Alpinavera
Blaser Max	Maître boucher le Cochon d'Or	Joris Jean-Maurice	Cuisinier chef	Schächli Laura	Gastronomin
Boisseaux Stéphane	Chercheur	Jost Esther	Coordinatrice Fourchette Verte	Schaub Silvia	Redaktorin
Bolay Charles-Bernard	Président Uniterre Vaud	Juillerat Edy	Restaurateur	Schindler Ingrid	Journalistin
Böniger Daniel	Journalist	Kalandranis Gianni	Cuisinier chef	Schlumpf Annagret	Köchin
Bosia Luigi	Giornalista	Kaufmann Franz	Winzer	Schlup Michel	Historien de la gastronomie
Boverat Jean-Louis	Finale Jeunes Confiseurs	Klein Bernard	Chimiste cantonal	Schmid Heinz	Journalist
Bovier Edgard	Cuisinier chef	Kondratowicz Frederic	Cuisinier chef	Schmitz Martin	Geschäftsleiter Ueli Hof
Bratschi Isabelle	Journaliste	Krebs Etienne	Cuisinier chef	Schneider Yvan	Enseignant
Breitschmid Ueli	Curaprox	Kunkler Evelynne	Ambassadrice Prosper Montagné	Schnyder Eliane	Paysanne
Briguet Conrad	Ecole d'Ingénieurs de Changins	Labrosse Serge	Cuisinier chef	Schorderet Nicolas	Directeur de GWS aux Services du Vin SA
Brunier Alain	Directeur général EHG	Lafarge Patricia	Présidente de la Semaine du Goût VS	Schorderet Marie-Laure	Cuisinière
Buchwalder Florian	Biohof	Lampart Reto	Cuisinier chef	Schwarzenbach Hermann	Weinproduzent
Buss Pierre-Emanuel	Journaliste	Lehmann Daniel	Restaurateur	Semmler Karin	Consulente alimentare
Cassis Ignazio	Medico	Lehmann Tania	Coordinatrice Fourchette Verte	Simon Jean-Charles	Journaliste
Castella Romain	Produits du Terroir du Pays de Fribourg	Leuba Sabine	AOP/IGP	Soldati Jean-Marc	Cuisinier chef
Cerf Cédric	Ch. mission Ville de Delémont	Leuenberger Ueli	Conseiller national, enseignant	Spengler Simon	Journaliste
Chanton Marlis	Vigneronne	Liechti Walter	Slow Food und Telebasel	Stangl Michel	Cuisinier chef
Chenaux Serge	Cuisinier chef	Lischetti Isabella	Insegnante ed esperta di educazione alimentare	Steiner Thomas	Union fribourgeoise du tourisme
Chevrier Philippe	Cuisinier chef	Lonati Bernard	Cuisinier chef	Storni Roberto	Guida Osterie d'Italia
Comte Claude Victor	Oenophile	Lonati Chantal	Restauratrice	Suter Pierrick	Cuisinier chef
Cornut Didier	Oenologue	Longet René	Expert en développement durable	Tarnowski David	Cuisinier chef
Couplan François	Ethnobotaniste	Marbach-Jund Theresia	Das Beste der Region	Tenca Piero	Cuisinier chef
Cramer Robert	Conseiller aux Etats	Margot Laurence	Fourchette verte Vaud	Tettamanti Francesco	Direttore di Ticinowine
Crettenand Gilles	Addiction Valais	Marmy Françoise	Spécialiste des plantes sauvages	Thomas Pierre	Journaliste spécialisé
Cruchon Raoul	Vignerone	Martin Benoît	Gastronomie à domicile	Tièche Maryline	Diététicienne dipl. ES
de Courten Didier	Cuisinier chef	Massy France	Journaliste/vins	Tisserand Philippe	Restaurateur
Cosandey Anne-Sophie	Restauratrice	Mathier Diego	Vignerone	Valpiani Marco	Cinéaste
Décotterd Stéphane	Cuisinier chef	Mayor Jean-Philippe	Ecole de Changins	Vaucher Yann	Consulente boulanger
Doerig Eschler Gaby	Ing. Agr. ETH	Meier-Schmid Brigitte	Gastro Suisse	Violier Benoît	Cuisinier Chef
Domeniconi Guiseppa	Slow Food	Mégros Michèle	Gastronomin	Vogel Erwin	Tafelgesellschaft zum Goldenene Fisch
Droz Louis	Epicurien	Meldem Martine	Association des Marchés paysans	Vouillamoz José	Spécialiste ADN de la vigne
Dufaux Daniel	Président des oenologues suisses	Merlo Luca	Ristoratore	Vuillaume Blaise	Epicurien
Dumoulin Frédéric	Vignerone-encaveur	Miller Christina	Redaktion und Übersetzungen	Wagner Véréna	Enseignante et restauratrice
Duttweiler Jacques	Fromager	Moginier David	Journaliste	Walz Thierry	Cave Cidis/Uvavins-Cave de la Côte
Emery Jean-Marc	Notaire	Monnerat Philippe	Gastronomie	Wannaz Gilles	Vignerone
Ewald Jürg	Président Slow Food Basel	Montangero Stéphane	Fédération Fourchette Verte Suisse	Wilhelm Peter	GastroFacts
Fabbi Sidonie	Fourchette verte et Service de santé de la jeunesse	Moresi Gianni	Presidente del CF dell'EIC di Changins/VD	Wyss Katia	Appenzellerland Regionalmarketing
Fabbi Sébastien	Secrétaire Général Swiss Wine	Morier-Genoud Patrick	Journaliste	Zahno Bertrand	Cuisiniste et Loitche-Potches
Favre Dominique	Chef de l'Office de la viticulture du canton de Vaud	Mottini Donato	Commerçant	Zbinden Véronique	Journaliste
Favre Laurent	Chambre neuchâteloise d'agriculture	Mozzini Elena	Sommelier e idrosommelier		
Fazan Daniel	Journaliste	Müller-Tschirky Josef	Président Gastro St. Gallen		
Feier Eveline	Schweiz Tourismus	Naef Ruedi	Chefredaktor		
Felley Pierre-Yves	Chambre valaisanne d'agriculture	Nyffeler Regula	Geschäftsführerin Schützenstube		
Fleury Louis	Spécialiste viande séchée	Orrù Tiziano	SSAT Bellinzona		
Fleury Mathieu	Secrétaire général de la FRC	Orsat Auguste	Epicurien		
Florie Marion	Max Havelaar-Foundation	Orsat Evelynne	Chargée d'enseignement, diététicienne		
Forel Olivier	Musicien	Ott Lukas	Stadtpräsident Liestal		
Frehner Rita	Projektleiterin	Paccot Raymond	Vignerone		
Freymond Diane	Chef à domicile	Paganel David	Chocolatier		
Frôté Claude	Cuisinier chef	Pasotti Marco	Ispettore di tirocinio		
Fuchs Fabian	Cuisinier chef	Pedrioli Elena	Consulente alimentare		
Gabriel Suzanne	Prométeur vaud	Pesce Alessandro	Giornalista		
Gallais Véronique	Marchande de thé	Pfaff Rolf-Peter	Pfaffconsulting		
		Pfarrer Raphael	Slow Food Bern		
		Pfister Thomas	Kulturvermittler		

## PADRINO / MADRINA

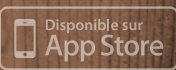
Crisci Carlo	2014
Vréni Giger	2013
Gérard Rabaey	2012
Martin Dalsass	2011
Philippe Rochat	2010
Marie-Thérèse Chappaz	2009
André Jaeger	2008
Georges Wenger	2007
Irma Dütsch	2006
Fredy Girardet	2005

**NOUVEAU**

**Téléchargez  
l'application  
Buvettes  
et auberges  
d'alpage sur  
buvettes.ch**



Plus de 350 adresses  
de buvettes,  
leurs spécialités  
du terroir, des balades  
au cœur de la nature.



*Abonnez-vous!*

Abonnez-vous ou offrez  
un abonnement de 1 an  
au prix de Fr. 80.–  
plus Le Guide La Suisse Gourmande

Plaisirs Gastronomie & Voyages  
Ch. de la Plage 12 • 2072 Saint-Blaise  
Tél. 032 841 72 53  
www.plaisirmagazine.ch

**plaisirs**  
GASTRONOMIE & VOYAGES

Fondé en 1926

*Le magazine qui fait saliver...  
...de bonheur!*

**VITISWISS**

**Vinatura®**

Ecologique et contrôlé  
Naturnah und kontrolliert  
Ecologico e controllato

**www.vinatura.ch**

**Château de Prangins.  
MUSÉE NATIONAL SUISSE.**

**DIMANCHE 28 SEPTEMBRE**  
**DÉJEUNER *sur* L'HERBE**  
**et MARCHÉ à L'ANCIENNE**

Défilé et concours de mode du 19<sup>e</sup> siècle:  
venez costumés et défilez en musique!

Journée gratuite | 10.00 – 17.00  
Musée national suisse

Château de Prangins | 1197 Prangins  
www.chateaudeprangins.ch

unikat

**SUISSE GARANTIE** Svizzera. Naturalmente.

**Giornata della mela**

«Quando è la giornata della mela?»

«Il 19 settembre 2014!»

[www.swissfruit.ch](http://www.swissfruit.ch)

**EGK-CASSA DELLA SALUTE - L'ASSICURAZIONE PIÙ NATURALE DELLA SVIZZERA**

L'alimentazione sana può essere anche gustosa! Nella app gratuita «La mia EGK» trovate la ricetta più adatta per ogni erba officinale e molto altro ancora!

«Assicuratevi in modo sano» è il nostro slogan! Ci impegniamo a favore delle pari opportunità tra medicina tradizionale e complementare, per una consulenza clienti personalizzata e offerte assicurative su misura.

EGK-Cassa della salute Telefono 061 765 51 11  
Brislachstrasse 2 info@egk.ch  
CH-4242 Laufen www.egk.ch

**EGK**  
Assicuratevi in modo sano

**j'♥ manger valaisan**

retrouvez-nous sur [saveurs-du-valais.ch](http://saveurs-du-valais.ch)

**Restaurants Saveurs du Valais**  
Ici, on sert des mets typiquement valaisans!

**SAVEURS DU VALAIS**  
WALLISER KÖSTLICHKEITEN

**Fourchette verte**

**Il marchio dell'alimentazione equilibrata**

il marchio dell'alimentazione equilibrata  
**Fourchette verte**

Fourchette verte è sostenuta da Promozione Salute Svizzera e dai Cantoni

[www.fourchetteverte.ch](http://www.fourchetteverte.ch)

NOS PARTENAIRES:



AVEC LE SOUTIEN DES CANTONS DE:



IMPRESSUM

Editeur  
Associazione per la  
Promozione del Gusto  
Avenue Dapples 21/CP 99  
1001 Lausanne  
Tél. 021 601 58 03  
www.gout.ch  
contact@gout.ch  
presse@gout.ch  
sponsoring@gout.ch

Responsable éditoriale  
Catherine David

Coordinatore redazione

France Massy  
Giornalisti  
Patricia Comby  
Sophie Dorsaz  
Paul Imhof  
Manuella Magnin  
Rosalie Manser  
France Massy  
Patrick Morier-Genoud  
Alessandro Pesce  
Alessandra Roversi  
Alexandre Truffer  
Véronique Zbinden  
Grafica  
Anouk Andenmatten  
Marika Zisyadis  
Traduzione  
Valentin Hasler  
Eve Hermann  
Monica Fiorini  
Christina Miller

Copie  
120'000 ex.  
Stampa  
IRL plus SA  
Chemin du Closel 5  
CH-1020 Renens



SALINE DE BEX  
DEPUIS 1554



SEL DES ALPES 

Ai vertici  
della purezza

# Il gusto delle Alpi.



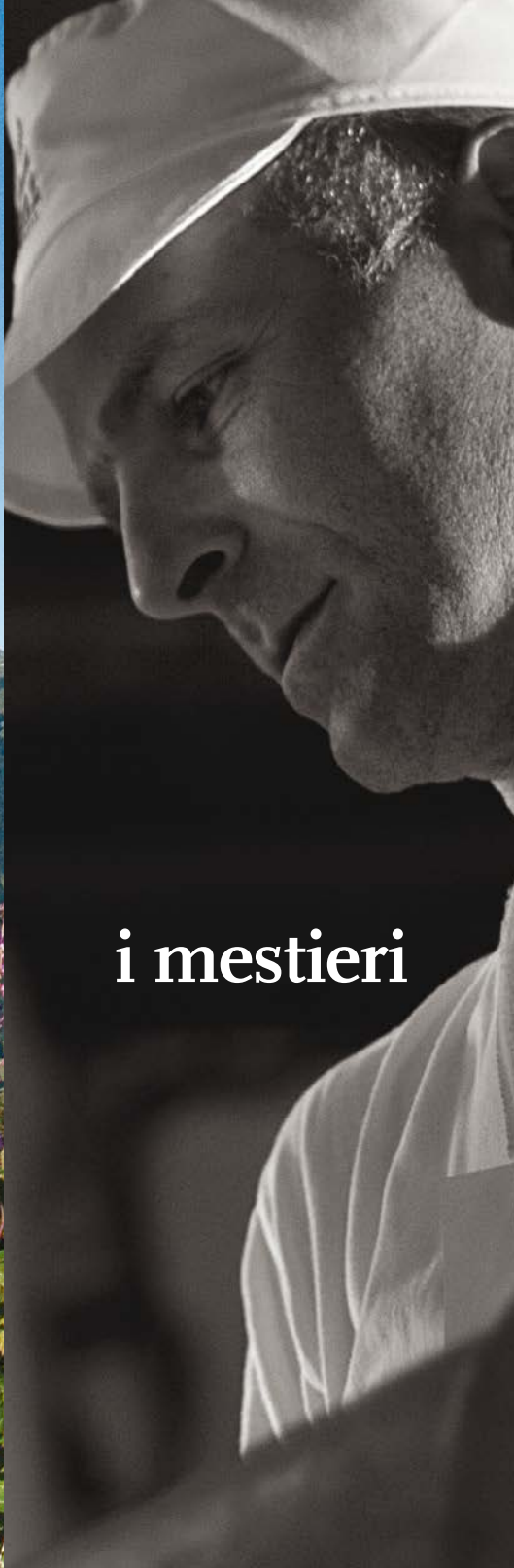
Dal cuore delle Alpi vodesi ai vostri piatti:  
Sel des Alpes conserva la sua purezza originale.  
Un prodotto rispettoso dell'ambiente ed autentico,  
capace di esaltare i sapori di tutte le vostre pietanze.

[selbex.com](http://selbex.com)





Le radici



i mestieri



il carattere

*Scegliere una specialità AOP o IGP significa innanzitutto puntare sulla bontà dei sapori. E al tempo stesso promuovere la tradizione artigiana e l'agricoltura sostenibile. Perché i prodotti svizzeri AOP e IGP fanno parte del ricco patrimonio culinario e culturale del nostro Paese.*

**Svizzera. Naturalmente.**



Appellation d'origine protégée / Indication géographique protégée

[www.aop-igp.ch](http://www.aop-igp.ch)



[www.facebook.com/aopigp](https://www.facebook.com/aopigp)